科目名	キャリアアップセミナーG							年度	2026
英語科目名	Career up seminar G							学期	通年
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 サッカーコース　2年次	必／選	選※	時間数	45	単位数	1	種別※	実技
担当教員	セミナー開催協会などの講師	教員の実務経験		有	実務経験の職種		スポーツ関連業界		

【科目の目的】

認定ストレッチングトレーナー・パートナー、キネシオテーピング、幼児体育指導員、介護予防運動などの短期集中講座を１つ受講し、様々な資格の取得や特殊な技術の取得を目的とします。
また資格や技術の習得をすることで就職やスポーツトレーナー、スポーツ指導者として、活動や活躍の幅を広げる事も目的の一つです。

【科目の概要】

キネシオテーピングやストレッチングトレーナーなどの短期講座を受講して、資格取得をめざします。

【到達目標】

「仕事に就く」「人の体を扱う」「指導する」ことを見据え、資格や特殊技術を取得することで個々のレベルアップを狙います。
また、資格を取得することで就職、各種実習などの選択の幅を広げ、個人が活躍するためのキャリアアップにつなげます。
A.試験に合格できる理論を身につけている
B.試験に合格できる基礎技術を身につけている
C.基礎理論・基礎技術を実生活で応用することができる

【授業の注意点】

一回の欠席でも資格取得は不可能になります。講習中は指導員の指示に従い、身勝手な行動は絶対に取らないようにしてください。身勝手な行動等を起こし他人に迷惑をかけるような者は単位取得を認めません。
※同じ資格を再度取得することはできません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル５ 優れている	レベル４ よい	レベル３ ふつう	レベル2 あと少し	レベル１ 要努力
到達目標 A	理論を十分に理解し、覚え、試験合格		理論を理解し、覚え、試験合格		理論を理解し、概ね覚え、試験合格
到達目標 B	基礎技術がしっかり身に付き、試験に合格		基礎技術が概ね身に付き、試験に合格		基礎技術が分かり、試験に合格
到達目標 C	実際に活用する事を想定でき、基礎理論・技術を応用的に展開できる		実際に活用する事を少しは想定でき、基礎理論・技術を応用的に展開できる		実際に活用する事を少しは想定でき、セミナー内容を実施できる
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

セミナー、資格ごとに配布します。

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

試験と課題を総合的に評価します。

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名	キャリアアップセミナーG	年度	2026
英語表記	Career up seminar G	学期	通年

回数	授業テーマ	各授業の目的		授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	ストレッチングとは（セルフ）	1	ストレッチング	ストレッチングを理解している	3	
			2	機能解剖	機能解剖とストレッチングの関係性を理解している		
2	ストレッチングの特性	ストレッチングと安全性（セルフ）	1	安全	安全なストレッチングを理解している	3	
			2	ケガ	ケガとストレッチングの関係性を理解している		
			3	指導	セルフストレッチングの指導を理解している		
3	ストレッチングの実際	ストレッチングの技術（セルフ）	1	下肢	下肢のストレッチング指導を理解している	2	
			2	上肢	上肢のストレッチング指導を理解している		
			3	体幹	体幹のストレッチング指導を理解している		
4	オリエンテーション	ストレッチングとは（パートナー）	1	ストレッチング	ストレッチングを理解している	3	
			2	機能解剖	機能解剖とストレッチングの関係性を理解している		
5	ストレッチングの特性	ストレッチングと安全性（パートナー）	1	安全	安全なストレッチングを理解している	3	
			2	ケガ	ケガとストレッチングの関係性を理解している		
			3	指導	パートナーストレッチングの指導を理解している		
6	ストレッチングの実際	ストレッチングの技術（パートナー）	1	下肢	下肢のストレッチング指導を理解している	2	
			2	上肢	上肢のストレッチング指導を理解している		
			3	応用	パートナーストレッチング指導の応用を理解している		
7	オリエンテーション	キネシオテーピングとは	1	キネシオテーピング	キネシオテーピングを理解している	3	
			2	取扱い	テープの取扱方を理解している		
8	キネシオテーピングの実際①	キネシオテーピングの技術①	1	下腿	下腿のテーピング技術を理解している	2	
			2	大腿	大腿のテーピング技術を理解している		
			3	腰部	腰部のテーピング技術を理解している		
9	キネシオテーピングの実際②	キネシオテーピングの技術②	1	肩部	肩部のテーピング技術を理解している	2	
			2	上腕	上腕のテーピング技術を理解している		
10	オリエンテーション	幼児体育指導員とは	1	幼児体育指導員	幼児体育指導員を理解している	3	
			2	現状	近年の子どもについて理解している		
			3	安全	安全と応急手当てについて理解している		
11	幼児体育指導員（理論）	子どもや幼児体育	1	生活・発達	こどもの生活・発達と運動の関係について理解している	3	
			2	あそび	幼児体育とあそびの関係について理解している		
			3	その他	障がい児や指導の基本について理解している		
12	幼児体育指導員（実技）	あそびと体育	1	体育あそび	体育あそびについて理解している	3	
			2	指導	体育あそびの指導について理解している		
			3	運動会種目	運動会種目について理解している		
13	オリエンテーション	介護予防運動指導員とは	1	介護予防運動	介護予防運動について理解している	3	
			2	介護予防運動指導員	介護予防運動指導員について理解している		
			3	高齢者	高齢者の現状について理解している		
14	高齢者の怪我と安全	リスクマネジメント	1	リスク	高齢者のリスクについて理解している	3	
			2	ケガ	高齢者のケガについて理解している		
			3	事故や病気	高齢者の事故や病気について理解している		
15	高齢者の介護予防	介護予防とは	1	介護予防	介護予防について理解している	3	
			2	トレーニング	高齢者の筋力向上トレーニングについて理解している		
			3	トレーニング実習	高齢者の筋力向上トレーニングについて指導できる		

評価方法：1.小テスト、2.パフォーマンス評価、3.その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等