

2022年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科 テニスコース											
キャリアアップセミナーA											
対象	1 年次	開講期	通年	区分	選※	種別	実技	時間数	15	単位	0
担当教員	セミナー開催協会 講師			実務経験	有	職種	スポーツ関連業界				
授業概要											
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」「健康に関わる」「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目標とします。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る事も目標です。											
授業方法											
資格取得のための短期講座。短期講座を受講、終了後にテストを受け合格をすると資格取得などが可能。シラバス「キャリアアップセミナーA～D」に関連講座を記載しています。											
成績評価方法											
テスト合格で資格取得											
履修上の注意											
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。											
教科書教材											
セミナー、資格ごとに配布											
回数	授業計画										
第1回	ストレッチングとは：ストレッチングについて理解します										
第2回	機能解剖学とストレッチング：機能解剖学とストレッチングの関係について理解します										
第3回	ケガとストレッチングの関係：ケガとストレッチングの関係について理解します										

2022年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科 テニスコース	
キャリアアップセミナーA	
第4回	安全なストレッチングとは：安全なストレッチング指導のポイントについて理解します
第5回	スタティックストレッチングとは：スタティックストレッチングについて理解します
第6回	ストレッチングの指導：ストレッチングの指導ポイントについて理解します
第7回	下肢のストレッチング指導①：下肢のストレッチング指導について理解します
第8回	下肢のストレッチング指導②：下肢のストレッチング指導をより深く理解します
第9回	下肢のストレッチング指導③：下肢のストレッチング指導ができます
第10回	上肢のストレッチング指導①：上肢のストレッチング指導について理解します
第11回	上肢のストレッチング指導②：上肢のストレッチング指導をより深く理解します
第12回	上肢のストレッチング指導③：上肢のストレッチング指導ができます
第13回	まとめ①：上記全ての理論について理解することができます
第14回	まとめ②：実技を安全・効果的に実施することができます
第15回	全体まとめ