

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）	科目名	キャリアアップセミナーC		
<b>科目基礎情報</b>						
開設学科	スポーツ健康学科	コース名	スポーツビジネスコース	開設期 前期		
対象年次	2年次	科目区分	選択	時間数 30時間		
単位数	1単位	授業形態	実習			
教科書/教材	セミナー、資格ごとに配布					
<b>担当教員情報</b>						
担当教員	セミナー開催協会などの講師	実務経験の有無・職種	有・スポーツ関連業界			
<b>学習目的</b>						
<p>認定ストレッチャングトレーナー・パートナー、キネシオテーピング、コンプレフロス、認定コンディショニングインストラクターなどの短期集中講座を受講し、様々な資格の取得や特殊な技術の取得を1つ目指します。</p> <p>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がります。</p> <p>それによりそれぞれの活動が有利に進みます。</p>						
<b>到達目標</b>						
<p>「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ねらいます。</p> <p>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がるようにしていきます。</p>						
授業概要	資格取得のための短期講座。 短期講座を受講、終了後にテスト受け合格をすると資格取得などが可能。					
注意点	<p>一回の欠席でも資格取得は不可能になります。</p> <p>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下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>					
評価方法	種別	割合	備 考			
	試験・課題	100%	テスト合格で資格取得			
	小テスト	%				
	レポート	%				
	成果発表 (口頭・実技)	%				
	平常点	%				
<b>授業計画（1回～15回）</b>						
回	授業内容	各回の到達目標				
1回	ストレッチャングとは	ストレッチャングについて理解します				
2回	機能解剖学とストレッチャング	機能解剖学とストレッチャングの関係について理解します				
3回	ケガとストレッチャングの関係	ケガとストレッチャングの関係について理解します				
4回	安全なストレッチャングとは	安全なストレッチャング指導のポイントについて理解します				
5回	スタティックストレッチャングとは	スタティックストレッチャングについて理解します				
6回	ストレッチャングの指導	ストレッチャングの指導ポイントについて理解します				
7回	下肢のストレッチャング指導①	下肢のストレッチャング指導について理解します				
8回	下肢のストレッチャング指導②	下肢のストレッチャング指導をより深く理解します				
9回	下肢のストレッチャング指導③	下肢のストレッチャング指導ができます				
10回	下肢のストレッチャング指導④	下肢のストレッチャング指導技術が向上します				
11回	上肢のストレッチャング指導①	上肢のストレッチャング指導について理解します				
12回	上肢のストレッチャング指導②	上肢のストレッチャング指導をより深く理解します				
13回	上肢のストレッチャング指導③	上肢のストレッチャング指導ができます				
14回	上肢のストレッチャング指導④	上肢のストレッチャング指導技術が向上します				
15回	体幹のストレッチャング指導	体幹のストレッチャング指導ができる				

## 授業計画（16回～30回）

回	授業内容	各回の到達目標
16回	パートナー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
17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
18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
19回	安全なパートナーストレッチングとは	安全なパートナーストレッチング指導のポイントについて理解します
20回	下肢のパートナーストレッチング①	大腿部のストレッチングができます
21回	下肢のパートナーストレッチング②	臀部・内転筋群のストレッチングができます
22回	下肢のパートナーストレッチング③	下肢全体のストレッチングができます
23回	上肢のパートナーストレッチング①	上肢のストレッチングができます
24回	上肢のパートナーストレッチング②	肩甲帯のストレッチングができます
25回	上肢のパートナーストレッチング③	上肢全体のストレッチングができます
26回	パートナーストレッチングの応用①	様々なパートナーストレッチングの応用について理解します
27回	パートナーストレッチングの応用②	様々なパートナーストレッチングの応用を実施することができます
28回	パートナーストレッチングの応用③	様々なパートナーストレッチングの応用を実施することができます
29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
30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