

|                                                                                                                                                                               |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------|-----------------------------|-----|--------------|------|
| 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H |      |
| 科目基礎情報                                                                                                                                                                        |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 開設学科                                                                                                                                                                          | スポーツ健康学科三年制                                                                                                |      | コース名             | テニスコース                      |     | 開設期          | 通年   |
| 対象年次                                                                                                                                                                          | 2年次                                                                                                        |      | 科目区分             | 選択                          |     | 時間数          | 60時間 |
| 単位数                                                                                                                                                                           | 2単位                                                                                                        |      | 授業形態             | 実習                          |     |              |      |
| 教科書/教材                                                                                                                                                                        | セミナー、資格ごとに配布                                                                                               |      |                  |                             |     |              |      |
| 担当教員情報                                                                                                                                                                        |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 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   |      |
| 学習目的                                                                                                                                                                          |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| <p>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、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目的とします。</p> <p>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。</p> |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 到達目標                                                                                                                                                                          |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| <p>「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。</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事も目標です。</p>                                       |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 教育方法等                                                                                                                                                                         |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 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。<br>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。<br>合計60時間の講座内容修了がキャリアアップセミナーHとなります |      |                  |                             |     |              |      |
| 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下さい。<br>・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。                             |      |                  |                             |     |              |      |
| 評価方法                                                                                                                                                                          | 種別                                                                                                         | 割合   | 備 考              |                             |     |              |      |
|                                                                                                                                                                               | 試験・課題                                                                                                      | 100% | 試験と課題を総合的に評価します。 |                             |     |              |      |
|                                                                                                                                                                               | 小テスト                                                                                                       | 0%   |                  |                             |     |              |      |
|                                                                                                                                                                               | レポート                                                                                                       | 0%   |                  |                             |     |              |      |
|                                                                                                                                                                               | 成果発表<br>（口頭・実技）                                                                                            | 0%   |                  |                             |     |              |      |
|                                                                                                                                                                               | 平常点                                                                                                        | 0%   |                  |                             |     |              |      |
| 授業計画（1回～15回）                                                                                                                                                                  |                                                                                                            |      |                  |                             |     |              |      |
| 回                                                                                                                                                                             | 授業内容                                                                                                       |      |                  | 各回の到達目標                     |     |              |      |
| 1回                                                                                                                                                                            | 介護予防概論                                                                                                     |      |                  | 高齢化社会における介護予防の重要性を理解します     |     |              |      |
| 2回                                                                                                                                                                            | 介護予防評価学①                                                                                                   |      |                  | 包括的介護予防健診の理論を理解します          |     |              |      |
| 3回                                                                                                                                                                            | 介護予防評価学②                                                                                                   |      |                  | 包括的介護予防健診の方法を理解します          |     |              |      |
| 4回                                                                                                                                                                            | 介護予防統計学                                                                                                    |      |                  | データベース構築と個人情報管理について理解します    |     |              |      |
| 5回                                                                                                                                                                            | リスクマネジメント                                                                                                  |      |                  | リスク予防とその対応について理解します         |     |              |      |
| 6回                                                                                                                                                                            | 高齢者筋力向上トレーニング①                                                                                             |      |                  | 高齢者の筋力トレーニングについて理解します       |     |              |      |
| 7回                                                                                                                                                                            | 高齢者筋力向上トレーニング②                                                                                             |      |                  | 高齢者の筋力トレーニングについて理解します       |     |              |      |
| 8回                                                                                                                                                                            | 高齢者筋力向上トレーニング③                                                                                             |      |                  | 高齢者の筋力トレーニングについて理解します       |     |              |      |
| 9回                                                                                                                                                                            | 転倒予防                                                                                                       |      |                  | 転倒、また予防の方法について理解します         |     |              |      |
| 10回                                                                                                                                                                           | 失禁予防①                                                                                                      |      |                  | 失禁について理解します                 |     |              |      |
| 11回                                                                                                                                                                           | 失禁予防②                                                                                                      |      |                  | 失禁の予防について理解します              |     |              |      |
| 12回                                                                                                                                                                           | 栄養改善                                                                                                       |      |                  | 栄養改善について理解します               |     |              |      |
| 13回                                                                                                                                                                           | 口腔機能向上                                                                                                     |      |                  | 口腔機能改善について理解します             |     |              |      |
| 14回                                                                                                                                                                           | 認知症予防                                                                                                      |      |                  | 認知症、また予防の方法について理解します        |     |              |      |
| 15回                                                                                                                                                                           | うつ・とじこもり                                                                                                   |      |                  | うつの理解と早期発見、予防プログラムについて理解します |     |              |      |

| 授業計画（１６回～３０回） |                     |                                |
|---------------|---------------------|--------------------------------|
| 回             | 授業内容                | 各回の到達目標                        |
| １６回           | コンディショニング基礎理論       | コンディショニングについて理解します             |
| １７回           | コンディショニング基礎理論       | コンディショニングをより深く理解します            |
| １８回           | コンディショニングインストラクターとは | コンディショニングインストラクターの役割について理解します  |
| １９回           | GoodConditionとは     | 良いコンディショニングについて理解します           |
| ２０回           | リセットコンディショニング       | リセットコンディショニングについて理解します         |
| ２１回           | アクティブコンディショニング      | アクティブコンディショニングについて理解します        |
| ２２回           | コンディショニングの基礎手順      | コンディショニングの基礎手順について理解します        |
| ２３回           | コンディショニングの伝え方       | コンディショニングの伝え方を習得します            |
| ２４回           | コンディショニング基本プログラム①   | コンディショニング基本プログラムについて理解します      |
| ２５回           | コンディショニング基本プログラム②   | コンディショニング基本プログラムをより深く理解します     |
| ２６回           | コンディショニング基本プログラム③   | コンディショニング基本プログラムについて指導方法を習得します |
| ２７回           | コアトレ①               | コアトレについて理解します                  |
| ２８回           | コアトレ②               | コアトレについてより深く理解します              |
| ２９回           | コアトレ③               | コアトレについて指導方法を習得します             |
| ３０回           | まとめ                 | 総合的に理解し実践する能力を習得します            |