

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 A	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツ健康学科	コース名	スポーツインストラクターコース	開設期	通年
対象年次	1年次	科目区分	選択	時間数	15時間
単位数	1単位	授業形態	演習		
教科書/教材	セミナー、資格ごとに配布します				
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げます。</p> <p>それによりそれぞれの活動が有利に進みます。</p>					
到達目標					
<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>					
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が可能。				
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。 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%	テスト合格で資格取得		
	小テスト	0%			
	レポート	0%			
	成果発表 (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	ストレッチングとは	ストレッチングを理解する			
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する			
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する			
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を理解する			
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を理解する			
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を理解する			
7回	下肢のストレッチング指導	下肢のストレッチング指導を理解する			
8回	下肢のストレッチング指導	下肢のストレッチング指導を理解する			
9回	下肢のストレッチング指導	下肢のストレッチング指導ができる			
10回	下肢のストレッチング指導	下肢のストレッチング指導ができる			
11回	上肢のストレッチング指導	上肢のストレッチング指導を理解する			
12回	上肢のストレッチング指導	上肢のストレッチング指導を理解する			
13回	上肢のストレッチング指導	上肢のストレッチング指導ができる			
14回	上肢のストレッチング指導	上肢のストレッチング指導ができる			
15回	体幹のストレッチング指導	体幹のストレッチング指導ができる			