

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	メディカルトレーナー演習 2	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツトレーナー科	コース名		開設期	後期
対象年次	1年次	科目区分	必修	時間数	30時間
単位数	1単位	授業形態	実技		
教科書/教材	KOB A式体幹☆バランストレーニングベーシックテキスト・Bライセンステキスト、ファンクショナルマット、体幹チューブ				
担当教員情報					
担当教員	木場、野崎、辻本		実務経験の有無・職種	有・アスレティックトレーナー	
学習目的					
スポーツドクター・医療関係者と連携・協力し、医学の知識を活かしてスポーツライフをサポートするのがメディカルトレーナーです。 育成年代、一般の方、高齢者、アスリートとすべての年代・カテゴリーに必要な体幹部とそれを支えている下半身のバランス能力を強化するための身体の知識を学び、実技でよりの確な指導方法を学びます。またトップアスリートの取り組みを映像やプロトレーナーの話を聞き、どのようなサポートが必要なのかを学びます。					
到達目標					
KOB A式体幹☆バランストレーニングのライセンスのカリキュラム内で導入にあたる「ベーシック講習」、および「Bライセンス講習」を通常通りの流れで実施し、K O B A 式体幹☆バランストレーニングの理論及び、「ストレッチ」「ストレッチポール」「体幹」「体幹チューブ」「ファンクショナルマット」の種目を的確に指導できるようにします。トレーナーとしての基礎知識に加えて実技指導の際の注意点など団体指導やグループレッスンといったフィットネスクラブ、パーソナルジムでも生かせる知識・技術を習得していきます。					
教育方法等					
授業概要	幅広い年代に指導できるKOB A式体幹バランストレーニングの基礎的知識、指導能力を学びます。				
注意点	服装：学校指定ウェア、インシューズ ※アクセサリーを外して下さい。 持物：筆記用具、ベーシック＆Bライセンステキスト 授業内容、気温、天気などを考慮して水分補給の時間をとります。※各自、水・スポーツ飲料・お茶を準備。(ジュース等は不可) 授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題	50%	筆記試験		
	小テスト	%			
	レポート	%			
	成果発表 (口頭・実技)	50%	実技試験		
	平常点	%			
授業計画（1回～15回） 1回（ 2 ）時間 ※45分を1時間とする					
回	授業内容		各回の到達目標		
1回	初回オリエンテーション		資格、事務局の仕組み、講習、取得後の流れを理解する		
2回	ベーシック座学		体幹トレーニング理論を理解する		
3回	ベーシック実技①		体幹トレーニングの基礎実技を理解する		
4回	ベーシック実技②		体幹トレーニングの基礎実技を理解する		
5回	Bライセンス座学①		体幹トレーニング理論を理解する		
6回	Bライセンス座学②		体幹トレーニング理論を理解する		
7回	Bライセンス実技①		体幹トレーニングの基礎実技を理解する		
8回	Bライセンス実技②		体幹トレーニングの基礎実技を理解する		
9回	デモンストレーション		体幹トレーニングの基礎実技指導を理解する		
10回	実技 デモンストレーション実施～実技ポイント再指導		体幹トレーニングの基礎実技指導を理解する		
11回	筆記＆実技 再確認		体幹トレーニングの理論・基礎実技指導ができる		
12回	筆記 実技ポイント再指導		体幹トレーニングの理論・基礎実技指導ができる		
13回	フィードバック、実技ポイント再指導		体幹トレーニングの理論・基礎実技指導ができる		
14回	実技まとめ		体幹トレーニングの基礎実技指導ができる		
15回	実技フィードバック		体幹トレーニングの基礎実技指導ができる		