2026　年度 授業計画(シラバス)

学　科	医療福祉総合学科		科目区分	専門分野	授業の方法	講義
科目名	運動トレーナーⅡ		必修/選択の別	選択	授業時数(単位数)	30 (2) 時間(単位)
対象学年	2年		学期及び曜時限	後期	教室名	観察室
担当教員	青木敦孝	実務経験とその関連資格	健康ケアトレーナー資格			

《授業科目における学習内容》

運動と保険を理解し、社会体育について学ぶ。

《成績評価の方法と基準》

試験(70%)、出席(20%)、授業での姿勢等(10%)

《使用教材(教科書)及び参考図書》

独自プリント

《授業外における学習方法》

プリントの内容を理解し、試験想定問題を繰り返し復習する

《履修に当たっての留意点》

幅広い分野から出題されるテストなので資料を熟読し暗記すること

授業の方法			内　容	使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第1回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康管理概論について理解①	独自プリント	
		各コマにおける授業予定	健康管理について理解する		
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康管理概論について理解②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康管理について理解する		
第3回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康ケアトレーナーとしての医学知識を理解①	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康ケアトレーナーに必要な医学知識について理解する		
第4回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康ケアトレーナーとしての医学知識を理解②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康ケアトレーナーに必要な医学知識について理解する		
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	栄養学を理解①	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康ケアトレーナーに必要な栄養学を理解する		

授業の方法		内　　容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義形式	授業を通じての到達目標	栄養学を理解②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康ケアトレーナーに必要な栄養学を理解する		
第7回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康運動指導を理解①	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	トレーナーとしての健康運動指導を理解する		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康運動指導を理解②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	トレーナーとしての健康運動指導を理解する		
第9回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康カウンセリングを理解	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	健康カウンセリングを理解する		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	レクリエーション基礎理論を理解①	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	レクリエーションを理解する		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	レクリエーション基礎理論を理解②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	レクリエーションを理解する		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	リハビリテーション概論を理解	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	トレーナーとしてどのようにリハビリテーションに携わっていくのか理解する		
第13回	講義形式	授業を通じての到達目標	メタボリックシンドロームを理解する	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	トレーナーとしてメタボリックシンドロームにどのように向き合うのか理解する		
第14回	講義形式	授業を通じての到達目標	総合演習①	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	検定試験に向けて模擬問題で知識を深める		
第15回	講義形式	授業を通じての到達目標	総合演習②	独自プリント	前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	検定試験に向けて模擬問題で知識を深める		