

授業科目区分	授業科目名	授業方法	単位	時間	関連の深い授業科目
専門	総合講座	講義	4	60	フィットネスエクササイズ
学科・学年	担当教員名	科目関連 実務経歴	実務経歴・分野・授業科目との関連等		
AT学科 2年	学科教員	☐ 有 ☒ 無			
授 業 目 標 *詳細な目標は、授業の冒頭で提示					
①運動の種類、強度継続の仕方を吟味し、検討し、最も適切な運動実践に導いていく能力を身に着ける。 ②アスレティックトレーナー専門科目総まとめ					
この授業の概要、助言、学習支援の方法 など					
①全身持久力 ②筋力・筋持久力 ③柔軟性 ④調整力 ⑤マシーンの特性 ⑥マシーントレーニングの実際 ⑦アスレティックトレーナー専門科目総復習					
教科書・参考書					
公認アスレティックトレーナー専門テキスト⑥ トレーニング指導者テキスト 健康運動実践指導者テキスト					
受講時留意点、その他					
【 全科目受講時共通事項 】※詳細は学生便覧受講における遵守事項参照 ● 病気その他止むを得ない事由以外での欠席はしないこと。 ● 授業開始5分前には所定教室で待機し、指定された席で授業を受講すること。 ● 授業中は私語、および授業内容に関係のない行為は自粛すること。 ● 授業中の電子機器の使用は禁止する。但し、担当教員から許可を得た場合はこの限りではない。 ● 当番は授業前後の準備、整理を行うこと。教室、実習室の整理整頓、採光、換気、節電に努めること。 ※注意 授業開始時間後の入室は職員室にて「授業開始後入室における聴講申請書」を記入し、記入した用紙を担当講師に手渡して下さい。授業の聴講は許可しますが、出席簿は「欠席」扱いとなります。(公共交通機関遅延により遅延証明書がある場合のみ出席とみなします)					
成績評価方法					
評価方法	評価割合 (%)	具体的な評価の方法、観点 など			
定期試験					
その他	100	出席状況、授業態度、提出物により総合的に評価する			
(合計)	100				

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
1		運動と健康		/	
2		全身持久力・身体組成系		/	
3		筋力系		/	
4		筋持久力系		/	
5		柔軟性		/	
6		調整力系		/	
7		マシーンの特性と実際		/	
8		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
9		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
10		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
11		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
12		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
13		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
14		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
15		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
16		AT理論試験(基礎) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
17		AT理論試験(応用) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
18		AT理論試験(応用) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
19		AT理論試験(応用) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
20		AT理論試験(応用) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
21		AT理論試験(応用) 不正解問題に対する教科書 参考図書での確認および解説		/	
22		AT理論試験 分野別の模擬問題の実施 不正解問題に対する教科書での確認 および解説		/	
23		AT理論試験 分野別の模擬問題の実施 不正解問題に対する教科書での確認 および解説		/	
24		AT理論試験 分野別の模擬問題の実施 不正解問題に対する教科書での確認 および解説		/	
25		AT理論試験 総合問題(基礎)の実施		/	
26		AT理論試験 総合問題(基礎)の実施		/	
27		AT理論試験 総合問題(基礎)の実施		/	
28		AT理論試験 総合問題(基礎)の実施		/	
29		AT理論試験 総合問題(基礎)の実施		/	
30		AT理論試験 総合問題(応用)の実施		/	