

2022 年度（令和 4 年度）

シラバス

スポーツ学科 野球コース

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2022(令和4) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ	学科	野球	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	ゼミ			講師名	土井 幸大			
				実務経験	○			
実務内容	高校で野球指導							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	一般			
授業概要	<p>学生生活の総括として、これまで学んだことを活かし、ゼミ論文を作成する。 テーマは「スポーツ」に関すること。 論文は実験と考察を重ねて、およそ5,000字を目安とし完成させる。</p>							
到達目標	<p>これまで学んだこと、また実験したことを踏まえて考察を行い、論文を完成させる。 作成した論文を相手に伝わるように発表する。</p>							
回数	講義計画							
第1回	ゼミ論文を始めるにあたって							
第2回	題目及び目的決め							
第3回	実験・考察①							
第4回	実験・考察②							
第5回	実験・考察③							
第6回	実験・考察④							
第7回	実験・考察⑤							
第8回	実験・考察⑥							
第9回	実験・考察⑦							
第10回	実験・考察⑧							
第11回	実験・考察⑨							
第12回	実験・考察⑩							
第13回	発表①							
第14回	発表②							
第15回	発表③							
テキスト	なし							
参考文献								
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率		実技(実習)
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	4 単位
科目名	実践英会話			講師名	井元 直樹		
				実務経験	○		
実務内容	英会話教室経営						
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	一般		
授業概要	基本英会話を復習後、日常生活に対応できる英会話力の習得を目指す。 野球用語や動作のフレーズを学び、国際公式記録員になるために必要最低限のコミュニケーション能力を身に付ける。 英語圏への留学、遠征にも対応できるよう、あらゆる場面を想定したロールプレイやネイティブがよく使う慣用句等を学ぶ。						
到達目標	前期: 日常英会話レベルのリスニング力の習得 後期: スムーズに質疑応答することが可能になり、自分の意思を伝えられる。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	レベル分けテスト			第16回	Discussion:Diets		
第2回	自己紹介			第17回	Discussion:Retirement savings		
第3回	基本文法復習			第18回	Discussion:Retirement savings		
第4回	挨拶・スモールトーク			第19回	Review		
第5回	Role-play:Food			第20回	Idiom:The first date		
第6回	Role-play:Health&Body			第21回	Idiom:John has a crush		
第7回	Role-play:School			第22回	Idiom:John has a crush		
第8回	Role-play:Shopping			第23回	Talking future plans		
第9回	Role-play:Socializing			第24回	Talking baseball		
第10回	Role-play:Travel&Transportation			第25回	Debate:English globalization		
第11回	Review			第26回	Debate:English globalization		
第12回	Baseball&Scoring			第27回	Debate:Ligalizing marijuana		
第13回	Discussion:Hazing			第28回	Brainstorming for speech		
第14回	Discussion:Fake news			第29回	Speech #1		
第15回	Evaluation test			第30回	Speech #2		
テキスト							
参考文献	ESL Library.com						
評価方法	○	筆記試験		小テスト	○	出席率	実技(実習)
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

2022(令和4) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	指導法Ⅲ			講師名	石山 一秀		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	野球の基本を中心に考え、指導者として言動・行動・マナー・スポーツマンシップ・人間形成のできる指導者を目指し学習させる。						
到達目標	指導時に必要となる知識・技術の習得						
回数	講義計画						
第1回	1年次復習						
第2回	守備指導に必要なスキル						
第3回	ノックの打ち方						
第4回	実践内野ノック						
第5回	実践外野ノック						
第6回	ゲーム形式ノック①						
第7回	ゲーム形式ノック②						
第8回	フライノックのコツ						
第9回	走塁指導に必要なスキル						
第10回	ベースランニングの方法						
第11回	打球判断①						
第12回	打球判断②						
第13回	スライディングの種類						
第14回	スタートの切り方						
第15回	まとめ						
テキスト							
参考文献	公認 野球規則2021						
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

2022(令和4) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ	学科	野球	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	指導法Ⅳ			講師名	石山 一秀			
				実務経験				
実務内容								
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技			
授業概要	野球の基本を中心に考え、指導者として言動・行動・マナー・スポーツマンシップ・人間形成のできる指導者を目指し学習させる。							
到達目標	指導時に必要となる知識・技術の習得							
回数	講義計画							
第1回	前期の復習							
第2回	サインの出し方							
第3回	作戦指導①							
第4回	作戦指導②							
第5回	実戦練習①							
第6回	実戦練習②							
第7回	実戦練習③							
第8回	実戦練習④							
第9回	実戦練習⑤							
第10回	実戦練習⑥							
第11回	実戦練習⑦							
第12回	実戦練習⑧							
第13回	実戦練習⑨							
第14回	実戦練習⑩							
第15回	まとめ							
テキスト								
参考文献	公認 野球規則2021							
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	○	実技(実習)		
	○	授業態度	提出物(レポート)	その他 ()				
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ	学科	野球	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	栄養アセスメント			講師名	上萩 環			
				実務経験	○			
実務内容	スポーツ関連企業(管理栄養士)ベストパフォーマンスを発揮し、尚且つ怪我の予防にも繋がる栄養指導							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論			
授業概要	栄養摂取状況の評価やアセスメントを行い、コンディション・パフォーマンスの改善・向上を目指す。加えて実践的なテーマから、どのような栄養摂取が必要か、タイミングや栄養素の種類などを考え、討論し発表まで行う。指導者や保護者になった際に、栄養面からのアセスメントを実施できるような人材を目指す。							
到達目標	自らの食事を自己分析し、パフォーマンス向上の為に改善していく能力を身に付ける。							
回数	講義計画							
第1回	栄養アセスメントについて							
第2回	自分の栄養アセスメントを立てよう①							
第3回	自分の栄養アセスメントを立てよう②							
第4回	グループワーク・討論①							
第5回	グループワーク・討論②							
第6回	食事を分析・評価しよう①							
第7回	食事を分析・評価しよう②							
第8回	食事を分析・評価しよう③							
第9回	食事を分析・評価しよう④							
第10回	競技特性を考慮したアセスメント①							
第11回	競技特性を考慮したアセスメント②							
第12回	競技特性を考慮したアセスメント③							
第13回	グループワーク①プレゼン作成							
第14回	グループワーク②プレゼン作成							
第15回	プレゼン発表							
テキスト								
参考文献								
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率		実技(実習)
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	4 単位
科目名	クラブマネジメントⅡ		講師名	廣瀬 拓哉		
実務内容	実務経験					
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門理論	
授業概要	本講義では、目標設定の方法を紹介し、自分の内面と対話することを目的とする。その知識を自分自身の将来はもちろん、マネージャーとして、どのようにチームに影響を与えることができるかを考えてもらう。また、実践的な対人・対団体との関係の中で自らを知り、社会に出た時に必要な対人スキルを養ってもらう。個人と集団の相互影響やリーダーとフォロワーの関係性について、講義・実践学習を通じて考える。本講義を通じて、自分自身をメタ認知し、人生マネジメントについて考える。					
到達目標	目標の設定と振り返りの習慣化ができるようになる。また、心と体の構造を知り、自己コントロールをできるようにする。自分を知ることが第一とし、目標設定によるメタ認知を行うことで、日々の行動や活動を充実したものにす。					
回数	講義計画		回数	講義計画		
第1回	オリエンテーション		第16回	目標設定・目標管理方法④		
第2回	目標設定・目標管理方法①		第17回	総合的な探求の時間Ⅰ		
第3回	自己探求プログラムⅠ(脳の構造を知る)		第18回	総合的な探求の時間Ⅱ		
第4回	目標設定・目標管理実践①		第19回	目標設定・目標管理実践④		
第5回	目標設定・目標管理方法②		第20回	目標設定・目標管理方法⑤		
第6回	自己探求プログラムⅡ(心の構造を知る)		第21回	総合的な探求の時間Ⅲ		
第7回	自己探求プログラムⅢ(意識・無意識)		第22回	総合的な探求の時間Ⅳ		
第8回	目標設定・目標管理実践②		第23回	目標設定・目標管理実践⑤		
第9回	目標設定・目標管理方法③		第24回	目標設定・目標管理方法⑥		
第10回	自己探求プログラムⅣ(時間論)		第25回	総合的な探求の時間Ⅴ		
第11回	自己探求プログラムⅤ(潜在意識の特性)		第26回	総合的な探求の時間Ⅵ		
第12回	自己探求プログラムⅥ(自己源泉を知る)		第27回	目標設定・目標管理実践⑥		
第13回	目標設定・目標管理実践③		第28回	総合的な探求の時間Ⅶ		
第14回	実践学習振り返り(グループワーク・レポート)		第29回	実践学習振り返り(グループワーク・レポート)		
第15回	前期振り返り		第30回	総まとめ		
テキスト	なし					
参考文献	なし					
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	○	実技(実習)
	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○
履修上の注意						
備考						

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	4 単位
科目名	NPB/OBトレーナー対策講座			講師名	長島 裕二		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	<p>・この講義では、アスレティックトレーナーとして必要な知識を習得し、野球現場でアスレティックトレーナーとして活動できるようになることを目標に、講義を進める。</p> <p>・「知っている」ではなく「出来る」をテーマに講義を展開する。</p>						
到達目標	<p>プロトレーナーの最低限の知識・技術習得 マッサージ・ストレッチの基本習得 野球肩・肘のメカニズムの知識習得</p>						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	RICE処置:理論			第16回	投球障害の理学所見の取り方①		
第2回	RICE処置:実技			第17回	投球障害の理学所見の取り方②		
第3回	熱中症			第18回	メディカルリハビリテーション:理論		
第4回	肩関節の基礎解剖、機能解剖			第19回	メディカルリハビリテーション:実践		
第5回	肘関節の基礎解剖、機能解剖			第20回	アスレティックリハビリテーション①		
第6回	投球障害、投球障害肘			第21回	アスレティックリハビリテーション②		
第7回	触診、各種測定			第22回	投球障害予防のコンディショニング①		
第8回	投球障害肩			第23回	投球障害予防のコンディショニング②		
第9回	投球障害肘			第24回	投球障害について 総復習		
第10回	アスレティックリハビリテーション①			第25回	コンディショニング:実践①		
第11回	アスレティックリハビリテーション②			第26回	コンディショニング:実践②		
第12回	アスレティックリハビリテーション③			第27回	コンディショニング:実践③		
第13回	まとめ			第28回	まとめ		
第14回	まとめ			第29回	まとめ		
第15回	前期総復習			第30回	後期総復習		
テキスト	オリジナルプリント						
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	公式記録員対策講座			講師名	中村 風香		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	<p>前期は日本野球連盟(JABA)の公式記録員として、必要なスコアリングの知識を紹介し学習をすすめる。記録に関して重要な野球規則も同時に学ぶ。</p> <p>後期には、世界野球ソフトボール連盟(WBSC)のスコアリング方法を学習する。英語の野球用語や記録中に必要なコミュニケーションについても紹介し、日本の記録方式と異なる点も分析する。また、公式戦を含む大会での記録員業務を通して、公式記録員の一連の業務内容を体験する。</p>						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・公式記録員として必要な記録の知識を身につけ、それに関する規則を覚え理解する。 ・試合における実践経験を積み重ね、記録に必要な迅速な判断力を磨く。 						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	オリエンテーション			第16回	国際公式記録員とは、記録用紙の説明		
第2回	公式記録員とは、記録用紙の説明			第17回	WBSC方式の記録方法、用語		
第3回	JABA方式の記入方法(基礎)			第18回	WBSC方式の記録方法、用語		
第4回	JABA方式の記入方法(基礎)、集計			第19回	WBSC方式の記録方法、用語		
第5回	安打・打点(規則の確認)、実践			第20回	書き換え(JABA→WBSC)		
第6回	失策(規則の確認)記入方法、実践			第21回	書き換え(JABA→WBSC)		
第7回	自責点・失点について			第22回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第8回	自責点・失点について			第23回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第9回	記録の決定(勝敗投手・セーブなど)			第24回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第10回	実践学習			第25回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第11回	実践学習			第26回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第12回	実践学習			第27回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第13回	実践学習			第28回	実践学習、プレイの説明(英語)		
第14回	実践学習			第29回	WBSC方式の総まとめ		
第15回	JABA方式の総まとめ			第30回	1年間の総まとめ		
テキスト	<ul style="list-style-type: none"> ・ベースボールマガジン社 日本野球連盟の公式記録完全マニュアル ・公認野球規則 2022 						
参考文献	<ul style="list-style-type: none"> ・Major League Baseball 2022 Official Rules ・WBSC Scoring manual 						
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	応用実技 I			講師名	大田 将也		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	基礎基本から応用まで幅広く理解する。 得意なポジションでなくても、そのポジションの心得や取り組み方などに興味を持ち、今後のプレーに生かす。						
到達目標	投手・捕手の特性を理解する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	ポジション別心得 投手①			第16回	ポジション別心得 捕手①		
第2回	ポジション別心得 投手②			第17回	ポジション別心得 捕手②		
第3回	投手のすべき練習①			第18回	捕手のすべき練習①		
第4回	投手のすべき練習②			第19回	捕手のすべき練習②		
第5回	投手・試合での取り組み方(準備)			第20回	捕手・試合での取り組み方(準備)		
第6回	投手・試合での取り組み方(配球)			第21回	捕手・試合での取り組み方(配球)		
第7回	投手・試合での取り組み方(観察)			第22回	捕手・試合での取り組み方(観察)		
第8回	投手・試合での取り組み方(心構え)			第23回	捕手・試合での取り組み方(心構え)		
第9回	投手の勉強(フォーム)			第24回	捕手の勉強(資質)		
第10回	投手の勉強(変化球)			第25回	捕手の勉強(インサイドワーク)		
第11回	投手の勉強(ランナーの有無)			第26回	捕手の勉強(効果的な指示)		
第12回	投手の勉強(サインプレー)			第27回	捕手の勉強(サインプレー)		
第13回	トレーニング方法①			第28回	トレーニング方法④		
第14回	トレーニング方法②			第29回	トレーニング方法⑤		
第15回	トレーニング方法③			第30回	トレーニング方法⑥		
テキスト							
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	応用実技Ⅱ			講師名	岩田 徹		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	基礎基本から応用まで幅広く理解する。 得意なポジションでなくても、そのポジションの心得や取り組み方などに興味を持ち今後のプレーに生かす。						
到達目標	内野手の特性を理解する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	ポジション別心得 内野手①			第16回	前期の復習①		
第2回	ポジション別心得 内野手②			第17回	前期の復習②		
第3回	内野手のすべき練習①			第18回	内野手としての目標(捕球姿勢の確立)		
第4回	内野手のすべき練習②			第19回	内野手としての目標(送球について)		
第5回	内野手・試合での取り組み方(準備)			第20回	内野手としての目標(フットワーク)		
第6回	内野手・試合での取り組み方(配球)			第21回	内野手の勉強(反応)		
第7回	内野手・試合での取り組み方(観察)			第22回	内野手の勉強(スムーズな動作)		
第8回	内野手・試合での取り組み方(心構え)			第23回	内野手の勉強(ポジション)		
第9回	内野手の強化(捕球)			第24回	内野手の勉強(資質)		
第10回	内野手の強化(送球)			第25回	内野手の勉強(カットプレー)		
第11回	内野手の強化(フットワーク)			第26回	内野手の勉強(アウトカウント別)		
第12回	内野手の強化(スタート)			第27回	内野手の勉強(サインプレー)		
第13回	トレーニング方法①			第28回	トレーニング方法④		
第14回	トレーニング方法②			第29回	トレーニング方法⑤		
第15回	トレーニング方法③			第30回	トレーニング方法⑥		
テキスト							
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	応用実技Ⅲ			講師名	岩田 徹		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	基礎基本から応用まで幅広く理解する。 得意なポジションでなくても、そのポジションの心得や取り組み方などに興味を持ち今後のプレーに生かす。						
到達目標	外野手の特性を理解する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	ポジション別心得 外野手①			第16回	前期の復習①		
第2回	ポジション別心得 外野手②			第17回	前期の復習②		
第3回	外野手のすべき練習①			第18回	外野手としての目標(捕球姿勢の確立)		
第4回	外野手のすべき練習②			第19回	外野手としての目標(送球について)		
第5回	外野手・試合での取り組み方(準備)			第20回	外野手としての目標(フットワーク)		
第6回	外野手・試合での取り組み方(配球)			第21回	外野手の勉強(反応)		
第7回	外野手・試合での取り組み方(観察)			第22回	外野手の勉強(スムーズな動作)		
第8回	外野手・試合での取り組み方(心構え)			第23回	外野手の勉強(ポジション)		
第9回	外野手の強化(捕球)			第24回	外野手の勉強(資質)		
第10回	外野手の強化(送球)			第25回	外野手の勉強(カットプレー)		
第11回	外野手の強化(フットワーク)			第26回	外野手の勉強(アウトカウント別)		
第12回	外野手の強化(スタート)			第27回	外野手の勉強(サインプレー)		
第13回	トレーニング方法①			第28回	トレーニング方法④		
第14回	トレーニング方法②			第29回	トレーニング方法⑤		
第15回	トレーニング方法③			第30回	トレーニング方法⑥		
テキスト							
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ	学科	野球	コース	開講時期	2年	通年	単位数	8	単位
科目名	応用実技Ⅳ				講師名	大田 将也				
					実務経験					
実務内容										
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技					
授業概要	基礎基本から応用まで幅広く理解する。 野手は自らの技術向上や考え方の質を高める。 投手は、打者の心理や技術を把握しておくことで投球術に生かす。									
到達目標	打撃に関する技術・知識を習得する。									
回数	講義計画				回数	講義計画				
第1回	打者の役割				第16回	前期の復習①				
第2回	打者の練習(ミートと確実性)				第17回	前期の復習②				
第3回	打者の練習(下半身主導のフォーム)				第18回	打者としての目標(飛距離)				
第4回	打者の練習(狙い球)				第19回	打者としての目標(打球速度)				
第5回	打者の練習(ゴロを打つ)				第20回	打者としての目標(変化球)				
第6回	打者の練習(フライを打つ)				第21回	打者の勉強(スイング①)				
第7回	試合での取り組み方(サインプレー)				第22回	打者の勉強(スイング②)				
第8回	試合での取り組み方(打球方向)				第23回	打者の勉強(スイング③)				
第9回	試合での取り組み方(集中力)				第24回	打者の勉強(狙い球①)				
第10回	試合での取り組み方(ボックス内の工夫)				第25回	打者の勉強(狙い球②)				
第11回	打者の強化(リスト)				第26回	打者の勉強(狙い球③)				
第12回	打者の強化(体幹)				第27回	打者の勉強(サインの実行)				
第13回	ケース別打撃①				第28回	ケース別打撃④				
第14回	ケース別打撃②				第29回	ケース別打撃⑤				
第15回	ケース別打撃③				第30回	ケース別打撃⑥				
テキスト										
参考文献										
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○	実技(実習)		
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()				
履修上の注意										
備考										

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	応用実技V			講師名	岩田 徹		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	基礎基本から応用まで幅広く理解する。 野手は自らの技術向上や考え方の質を高める。 投手は、走者の心理や技術を把握しておくことで投球術に生かす。						
到達目標	走塁に関する技術・知識を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	走者の役割			第16回	前期の復習①		
第2回	走者の練習(スタート)			第17回	前期の復習②		
第3回	走者の練習(スライディング)			第18回	走者としての目標(安全性)		
第4回	走者の練習(ベースランニング)			第19回	走者としての目標(チャレンジ)		
第5回	走者の練習(ゴロ判断)			第20回	走者としての目標(盗塁)		
第6回	走者の練習(フライ判断)			第21回	走者の勉強(クセを見抜く)		
第7回	試合での取り組み方(サインプレー)			第22回	走者の勉強(チームでの決まりごと)		
第8回	試合での取り組み方(打球方向)			第23回	走者の勉強(エンドラン)		
第9回	試合での取り組み方(集中力)			第24回	走者の勉強(ランナーコーチ)		
第10回	試合での取り組み方(リードの工夫)			第25回	走者の勉強(場面別)		
第11回	走者の強化(ダッシュ力)			第26回	走者の勉強(バント)		
第12回	走者の強化(判断力)			第27回	走者の勉強(盗塁)		
第13回	ケース別打撃①			第28回	ケース別打撃④		
第14回	ケース別打撃②			第29回	ケース別打撃⑤		
第15回	ケース別打撃③			第30回	ケース別打撃⑥		
テキスト							
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	応用実技VI			講師名	土井 幸大		
				実務経験	○		
実務内容	高校での野球指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	試合での戦い方について幅広く学ぶ。 投手・野手からイニング別の試合展開など、試合の流れを掴むための知識をつける。 1つ1つのプレーを理解することで正しい状況判断が出来るようにレベルアップを図る。						
到達目標	試合での戦い方を知り、優位に試合を進めるための知識と技術を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	試合の戦い方①			第16回	前期の復習		
第2回	試合の戦い方②			第17回	序盤(投手)		
第3回	試合での役目(投手)			第18回	序盤(打者)		
第4回	試合での役目(打者)			第19回	序盤(走者)		
第5回	試合での役目(走者)			第20回	中盤(投手)		
第6回	試合での役目(ランナーコーチ)			第21回	中盤(打者)		
第7回	試合での役目(ベンチワーク)			第22回	中盤(走者)		
第8回	状況を読む			第23回	終盤(投手)		
第9回	相手チームの特徴①			第24回	終盤(打者)		
第10回	相手チームの特徴②			第25回	終盤(走者)		
第11回	OP戦			第26回	OP戦		
第12回	OP戦			第27回	OP戦		
第13回	OP戦			第28回	OP戦		
第14回	OP戦			第29回	OP戦		
第15回	OP戦			第30回	OP戦		
テキスト							
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	○
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	トレーニング応用 I			講師名	長島 裕二		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	トレーニング概論からはじめ、自重トレーニング・マシントレーニングについて学習していく。野球などスポーツに特化したトレーニング種目の計画・実践・指導まで行えるように、実技を踏まえ理解する。またJATI-ATI取得とも合わせて考える。						
到達目標	現場によってトレーナーがいない状態もあるため、一人一人が自分で考え、個人に合ったトレーニングを指導・実践できるようにする。						
回数	講義計画						
第1回	ガイダンス(授業予定と進め方の説明)						
第2回	ウォーミングアップメニューの作成と実践						
第3回	ウォーミングアップメニューの作成と実践						
第4回	Mobilityとstability						
第5回	Mobilityとstabilityメニューの作成と実践						
第6回	自重トレーニングメニューの作成と実践①						
第7回	自重トレーニングメニューの作成と実践②						
第8回	自重トレーニングメニューの作成と実践③						
第9回	体幹トレーニングメニューの作成と実践①						
第10回	体幹トレーニングメニューの作成と実践②						
第11回	体幹トレーニングメニューの作成と実践③						
第12回	マシントレーニングメニューの作成と実践①						
第13回	マシントレーニングメニューの作成と実践②						
第14回	マシントレーニングメニューの作成と実践③						
第15回	総まとめ						
テキスト	トレーニング指導者テキスト理論編 トレーニング指導者テキスト実践編						
参考文献							
評価方法		筆記試験		小テスト		出席率	
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	トレーニング応用Ⅱ			講師名	長島 裕二		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	実際にトレーニングメニューを目的に合わせて作成し、実践して理解を深めていく。野球などスポーツに特化したトレーニング種目の計画・実践・指導まで行えるように実技を踏まえ理解する。またJATI-ATI取得とも合わせて考える。						
到達目標	現場によってトレーナーがいない状態もあるため、一人一人が自分で考え個人に合ったトレーニングを指導・実践できるようにする。						
回数	講義計画						
第1回	ガイダンス(授業予定と進め方の説明)						
第2回	フリーウェイトトレーニングのメニュー作成と実践①						
第3回	フリーウェイトトレーニングのメニュー作成と実践②						
第4回	フリーウェイトトレーニングのメニュー作成と実践③						
第5回	フリーウェイトトレーニングのメニュー作成と実践④						
第6回	持久トレーニングのメニュー作成と実践						
第7回	アジリティートレーニングのメニュー作成と実践						
第8回	クイックネストレーニングのメニュー作成と実践						
第9回	スピードトレーニングのメニュー作成と実践						
第10回	プライオメトリックトレーニングのメニュー作成と実践						
第11回	ピリオダイゼーション						
第12回	野球選手のトレーニング計画の作成						
第13回	成長期のトレーニング計画の作成と実践						
第14回	高齢者のトレーニング計画の作成と実践						
第15回	総まとめ						
テキスト	トレーニング指導者テキスト理論編 トレーニング指導者テキスト実践編						
参考文献							
評価方法	筆記試験	小テスト	出席率	実技(実習)			
	○ 授業態度	○ 提出物(レポート)	その他 ()				
履修上の注意							
備考							

2022(令和4) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科	野球	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位	
科目名	コンディショニングⅡ			講師名	元脇 周也			
				実務経験				
実務内容								
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門理論			
授業概要	生活習慣・メンタルとカラダのつながりを学ぶ。 コンディショニングとは何か？コンディショニングの具体的な方法を学ぶ。 パフォーマンスを発揮するためには、能力と同じくらいコンディショニング作りが重要。そのため の知識とスキルを高める。							
到達目標	最高のパフォーマンスを発揮し続けるコンディショニングの作り方を知る。							
回数	講義計画							
第1回	オリエンテーション							
第2回	ファスティング①(概論)							
第3回	ファスティング②(各論)							
第4回	睡眠①(概論)							
第5回	睡眠②(各論)							
第6回	チームの作り方							
第7回	呼吸・瞑想							
第8回	メンタルワーク①(ジャッジメントワーク)							
第9回	メンタルワーク②(バケツリスト)							
第10回	メンタルワーク③(憧れの人、悔しかった体験、自分の好きな部分嫌いな部分)							
第11回	メンタルワーク④(親に愛された記憶、価値観の影響と社会に伝えたいこと)							
第12回	ウォーミングアップ、クーリングダウン							
第13回	投球フォーム指導							
第14回	チーム帯同でのトレーナーの役割①							
第15回	チーム帯同でのトレーナーの役割②							
テキスト	プリント配布							
参考文献	なし							
評価方法	○	筆記試験		小テスト	○	出席率	○	実技(実習)
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意								
備考								