

2020 年度（令和 2 年度）

シラバス

スポーツ学科

テニス・ソフトテニスコース

（テニス専攻）

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	興 梶 悦子			
科目名	ビジネスマナー	実務経験				
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	オリエンテーション（授業要項・目標設定・授業ルール・自己紹介）					
2	ビジネスマナーとは					
3	挨拶（お辞儀）と返事の重要性 身だしなみの基本・物の受け渡し					
4	言葉遣い；敬語1					
5	言葉遣い；敬語2					
6	言葉遣い；接遇用語					
7	敬語のミニテスト／電話対応の基本					
8	電話の受け方・メモの取り方					
9	電話のかけ方（実習先への電話）					
10	履歴書の書き方1					
11	履歴書の書き方2					
12	会社訪問の仕方（実習先への訪問）					
13	指示の受け方・報告連絡相談の仕方					
14	まとめ					
15	試験					
授業概要	2年生には就職する事を目標として、仕事をするにおいて必要な対人技能と					
	ビジネス知識を学習する。					
	授業を通じて、働くことへの大切さと共に、資格取得も目指す。2年生になって					
	すぐに就職対策が図れるように、履歴書の作成の仕方なども学習する。					
併せてサービス接遇検定、ビジネス実務マナー検定など資格取得を目指す。						
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（履歴書等提出物なども含む）				
教科書	医療スポーツ業界のサービス&ビジネスマナー					
参考書						

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	入試広報キャリアセンター		
科目名	キャリアデザインI		実務経験			
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	半 期 授 業 計 画					
1	本校で身に付く能力、めざすキャリアについて考える					
2	本校で身に付く能力、めざすキャリアについて考える②					
3	税金や社会保障を知る（ライフプラン表の作成にチャレンジ）					
4	社会人とは何か？働く意味を考える（討論）					
5	ロールモデルとは？プロフェッショナルの生き方に学ぶ					
6	業界研究（スポーツ関連業界を知る）					
7	職業研究（どのような職種があるのかを知る）					
8	ゲストスピーカー（講義）					
9	ゲストスピーカー（講義の振り返り）					
10	ビジネスマナーを学ぶ					
11	専門学校生を取り巻く就職環境					
12	インターンシップについて学ぶ					
13	自分はどのような仕事をしたいのかを考える（自己理解）					
14	自分の夢とキャリアを発表する					
15	自分の夢とキャリアを発表する②					
授業概要	講義を通じ、将来のキャリアを自発的に選択できる基礎的な力を養う。また、漠然としていたキャリアを明確にしていくことにより、「なりたい自分」をイメージし、その為に必要な授業や実習に対するモチベーションを向上させる。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ 期末発表 ）				
教科書						
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	上西 忠彬		
科目名	パソコン基礎		実務経験			
実務内容						
単位数	4単位					
授業時数	授 業 計 画		授 業 計 画			
1	パソコンの基本操作		EXCELの基本			
2	文字入力の基本		EXCELの基本			
3	文書作成・保存・編集・印刷		関数の活用（SUM関数）			
4	文書編集 ページ設定・文字の位置・装飾		関数の活用（AVERAGE関数）			
5	文書編集 段落・文字間行間・定型書式		関数の活用（COUNT関数）			
6	文書編集 表・罫線・図形の利用		関数の活用（MAX関数）			
7	文書編集 画像・テキストの挿入		関数の活用（IF関数）			
8	文書作成機能の利用		関数の活用（IF関数）			
9	差し込み印刷の活用		関数の活用（ROUND関数）			
10	文書ひな型の活用		表の編集			
11	複雑な文書作成		グラフ機能の活用			
12	文書作成の練習		EXCEL（VLOOKUP関数の応用）			
13	文書作成の練習		データベース機能の活用			
14	文書作成の練習		表作成練習			
15	文書作成の練習		表作成練習			
授業概要	Word・Excelは近年、企業では操作できて当たり前。スマホは使えるがPCは苦手と言われるのが多くなってきている。使えても基本が習得されていなく、PC使用前・使用中・使用後にトラブルの発生が多いように思われる。トラブル発生に至らない使用、またトラブル時の対応を習得してもらい、Word・Excelの使った目的の文書等の作成にあたって、基本から色々な操作を理解してもらい、迅速に解りやすく美しい作品が作成できるよう指導し、またそれぞれに付随した特殊な操作方法なども分かりやすく指導し、資格取得に備える。					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）	○	提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ ）				
教科書	しっかり学ぶWORD標準テキスト、しっかり学ぶEXCEL標準テキスト（記述評論社）					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	中嶋 勤成		
科目名	指導法 I		実務経験			
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	テニスの特性、テニスの歴史と現状、一貫指導システム					
2	テニス指導の考え方、グリップ、ボディコントロール、スタンス、ボールコントロール、技術構造					
3	テニスと指導者論 対象に応じた指導計画と指導内容、技術指導法と指導内容①					
4	テニスと指導者論 対象に応じた指導計画と指導内容、技術指導法と指導内容②					
5	テニスと指導者論 対象に応じた指導計画と指導内容、技術指導法と指導内容③					
6	基礎技術 グランドストローク①					
7	基礎技術 サーブ、レシーブ					
8	基礎技術 ボレー、スマッシュ					
9	テニススクール等サービス業におけるビジネスマナー					
10	現場における安全管理					
11	怪我の予防とその方法（ウォーミングアップとクールダウン）					
12	前期総合学習①					
13	前期総合学習②					
14	前期総合学習③					
15	前期総合学習④					
授業概要	①グリップ、ステップ、ボールコントロール等基礎技術の確認を行いながら、					
	さまざまな指導法を学ぶ。					
	②老若男女、レベル差等、様々な対象者に対応した指導方法の注意点の指導。					
	③テニスの基礎技術指導とゲームを楽しむ為のコーチング法					
	④中高年者や女性の身体特性の学習。体力特性などに注意した指導法の修得。					
⑤講義と実践を通して学習を深める。						
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験	○	小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）	○	提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ ）				
教科書	テニス指導教本					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	中嶋 勤成・堤 隆司			
科目名	指導法Ⅱ	実務経験				
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	テニスの指導に必要な科学的知識と指導への活用 ①					
2	テニスの指導に必要な科学的知識と指導への活用 ②					
3	テニスの指導に必要な科学的知識と指導への活用 ③					
4	テニスの戦術 基本的な戦術 シングルス					
5	テニスの戦術 基本的な戦術 ダブルス					
6	テニスと体力 ウォーミングアップとクールダウン					
7	テニスと体力 テニスにおけるトレーニング					
8	テニスのコーチング①（ボールコントロールの5つの要素、フィーディング、デモンストレーション、アドバイスのタイミング、プレーの分析）					
9	テニスのコーチング②（ボールコントロールの5つの要素、フィーディング、デモンストレーション、アドバイスのタイミング、プレーの分析）					
10	現場における安全管理①（危機管理の重要性、安全配慮義務の重要性、事故防止のための具体的方策、指導者の責任、事故発生後の措置）					
11	現場における安全管理②（危機管理の重要性、安全配慮義務の重要性、事故防止のための具体的方策、指導者の責任、事故発生後の措置）					
12	指導計画とプログラム（対象に応じた指導計画、目標設定の留意点）①					
13	指導計画とプログラム（対象に応じた指導計画、目標設定の留意点）②					
14	総合学習①					
15	前期総合学習②					
授業概要	①グリップ、ステップ、ボールコントロール等基礎技術の確認を行いながら、さまざまな指導法を学ぶ。					
	②老若男女、レベル差等、様々な対象者に対応した指導方法の注意点の指導。					
	③テニスの基礎技術指導とゲームを楽しむ為のコーチング法					
	④中高年者や女性の身体特性の学習。体力特性などに注意した指導法の修得。					
	⑤講義と実践を通して学習を深める。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験	○	小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）	○	提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（)				
教科書	テニス指導教本					
参考書						

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	中嶋 勤成・堤 隆司		
科目名	基礎実技 I		実務経験			
実務内容						
単位数	8単位					
授業時数	授 業 計 画			授 業 計 画		
1	ラケットの握り方とその特徴（フォアハンドストローク①）基礎			ボレーの基礎説明		
2	ラケットの握り方とその特徴（フォアハンドストローク②）基礎			ボレー練習		
3	ラケットの握り方とその特徴（バックハンドストローク）基礎			フォアハンドボレー基礎 ①		
4	ラケットの握り方とその特徴（サービス、スマッシュ）基礎			フォアハンドボレー基礎 ②		
5	送球の基礎練習① 対象に応じた技術指導			動きながらのボレー基礎		
6	送球の基礎練習② 対象に応じた技術指導			バックハンドボレー基礎 ①		
7	送球によるグラウンドストローク指導 フォア対象に応じた技術指導			バックハンドボレー基礎 ②		
8	送球によるグラウンドストローク指導 バック対象に応じた技術指導			動きながらのボレー基礎		
9	ストローク練習 ①			サービスの種類と要領		
10	ストローク練習 ②			サービスの技術		
11	ストローク練習 ③（基礎）			サービス基礎練習		
12	ストローク練習 ④			サービスとレシーブ		
13	ラリー練習 ①			サーブからのラリー		
14	ラリー練習 ②			まとめ①		
15	総合練習			まとめ②		
授業概要	・テニスの技術体系とそのしくみについて実技を通して理解し、実践できる技術を身につける。					
	・応用技術においては、より高い技術の習得をめざす。					
	・ダブルスの実践技術は、コンビネーションを中心に各陣形を習得する。					
	・シングルの実践技術は、の戦術を取り入れながら習得する。					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（)				
教科書	テニス指導教本 ルールブック					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	中嶋 勤成・堤 隆司			
科目名	基礎実技Ⅱ	実務経験				
実務内容						
単位数	8単位					
授業時数	授 業 計 画		授 業 計 画			
1	フォアハンドストローク基礎① 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		コートでのトレーニング、体力測定 ラリー練習①			
2	フォアハンドストローク基礎② 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		ジュニア期のコーディネーショントレーニング ラリー練習②			
3	バックハンドストローク基礎① 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		ラリー練習③			
4	バックハンドストローク基礎② 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		ストロークからネットプレーへの移行①			
5	ボレー基礎① 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		ストロークからネットプレーへの移行②			
6	ボレー基礎② 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		ストロークからネットプレーへの移行③			
7	スマッシュ基礎 対象別指導 低年齢ジュニア・初心者指導		サーブレシーブ基礎①			
8	ボレー&スマッシュ基礎		サーブレシーブ基礎②			
9	ラリー基礎①		サーブレシーブからストロークへ移行①			
10	ラリー基礎②		サーブレシーブからストロークへ移行②			
11	ラリー基礎③		サーブレシーブからストロークへ移行③			
12	グランドストロークとネットプレー①		ゲームの理解 ① ゲーム指導			
13	グランドストロークとネットプレー②		ゲームの理解 ② ゲーム指導			
14	レシーブのグランドストローク、バックハンド (基礎②) ②		総合演習 ① 指導計画とプログラム作成と実践			
15	まとめ		総合演習 ② 指導計画とプログラム作成と実践			
授業概要	・テニスの技術体系とそのしくみについて実技を通して理解し、実践できる技術を身につける。					
	・基礎技術の習得をめざす。					
	・ストローク、サーブレシーブ、ネットプレーを習得する。					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	テニス指導教本 ルールブック					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	久留広平	
科目名	基礎実技Ⅲ		実務経験		
実務内容					
単位数	8単位				
授業時数	授 業 計 画			授 業 計 画	
1	グラウンドストロークでのゲーム基礎 ①		ダブルスゲームの基礎①		
2	グラウンドストロークでのゲーム基礎 ②		ダブルスゲームの基礎②		
3	グラウンドストロークでのゲーム基礎 ③		ダブルスゲームの基礎技術（雁行陣①）		
4	グラウンドストローク（クロス）		ダブルスゲームの基礎技術（雁行陣②）		
5	グラウンドストローク（逆クロス）		ダブルスゲームの基礎技術（雁行陣③）		
6	グラウンドストロークからネットプレーへ①		ダブルスゲームの基礎技術（並行陣①）		
7	グラウンドストロークからネットプレーへ②		ダブルスゲームの基礎技術（並行陣②）		
8	グラウンドストロークからネットプレーへ③		ダブルスゲームの基礎技術（並行陣③）		
9	グラウンドストロークからネットプレーへ④		ダブルスゲームの基礎技術（並行陣④）		
10	ボレー（ストレート・オフense）		シングルスゲームの基礎①		
11	ボレー（ストレート・ディフェンス）		シングルスゲームの基礎②		
12	ボレー（クロス・オフense）		シングルスゲームの基礎③		
13	ボレー（クロス・ディフェンス）		総合演習①		
14	コース別ボレー（逆クロス・オフense）		総合演習②		
15	コース別のボレー（逆クロス・ディフェンス）		総合演習③		
授業概要	・ テニスの技術体系とそのしくみについて実技を通して理解し、実践できる技術を身につける。				
	・ ストローク技術の習得をめざす。				
	・ ダブルスの実践中心に戦術を習得する。				
	・ シングルの実践技術は、戦術を取り入れながら習得する。				
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○ 出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○ 授業態度
		その他（ ）			
教科書	テニス指導教本 ルールブック				
参考書					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

学年	1年	担当教員名	久留広平		
科目名	基礎実技Ⅳ	実務経験			
実務内容					
単位数	8単位				
授業時数	授 業 計 画		授 業 計 画		
1	グランドストローク（ストレート）		ダブルスゲームの基礎技術 ①		
2	グランドストローク（クロス）		ダブルスゲームの基礎技術 ②		
3	グランドストローク（ストレート&クロス）①		ダブルスゲームの基礎技術（雁行陣）①		
4	グランドストローク（ストレート&クロス）②		ダブルスゲームの基礎技術（雁行陣）②		
5	グランドストローク（逆クロス）		ダブルスゲームの基礎技術（平行陣）①		
6	グランドストロークからの展開 ①		ダブルスゲームの基礎技術（並行陣）②		
7	グランドストロークからの展開 ②		ダブルスゲームの基礎技術（雁行から平行陣）①		
8	グランドストロークからの展開 ③		ダブルスゲームの基礎技術（雁行～並行陣）②		
9	球種を考慮したグランドストローク力を磨く ①		ダブルスゲームの基礎技術（まとめ）		
10	球種を考慮したグランドストローク力を磨く ②		シングルスゲームの基礎技術①		
11	球種を考慮したグランドストローク力を磨く ③		シングルスゲームの基礎技術②		
12	ボレー（オフェンス）①		シングルスゲームの基礎技術③		
13	ボレー（ディフェンス）①		まとめ ①		
14	ボレー（オフェンス）②		まとめ ②		
15	ボレー（ディフェンス）②		まとめ ③		
授業概要	・ テニスの技術体系とそのしくみについて実技を通して理解し、実践できる技術を身につける。				
	・ 基礎技術においては、より正確な技術の習得をめざす。				
	・ ダブルスの実践技術は、コンビネーションを中心に各陣形を習得する。				
	・ シングルの実践技術は、戦術を取り入れながら習得する。				
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○ 出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○ 授業態度
		その他（ ）			
教科書	テニス指導教本 ルールブック				
参考書					

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	久留広平		
科目名	基礎実技V		実務経験			
実務内容						
単位数	8単位					
授業時数	授 業 計 画			授 業 計 画		
1	テニスの競技特性		フットワークドリル（クロスステップ）			
2	テニス試合に必要なショットについての学習		フットワークドリル（サイドステップ）			
3	サーブとレシーブ ①		フットワークの総合練習 ①			
4	サーブとレシーブ ②		フットワークの総合練習 ②			
5	サーブとレシーブ ③		フットワークの総合練習 ③			
6	サーブとレシーブ ④		サーブレシーブからの展開 ①			
7	サーブとレシーブ ⑤		サーブレシーブからの展開 ②			
8	サーブの種類（フラット、スピン、スライス）		サーブレシーブからの展開 ③			
9	ネットプレーの基本 ①		サーブレシーブからの展開 ④			
10	ネットプレーの基本 ②		サーブレシーブからの展開 ⑤			
11	ネットプレーの基本 ③		ゲーム中のトラブルショットについて①			
12	ネットプレーの基本 ④		ゲーム中のトラブルショットについて②			
13	ネットプレーの基本 ⑤		総合演習 ①			
14	ゲーム実践 ①		総合演習 ②			
15	ゲーム実践 ②		総合演習 ③			
授業概要	・ テニスの技術体系とそのしくみについて実技を通して理解し、実践できる技術を身につける。					
	・ 基礎技術における、フットワークの重要性の理解と実践での習得をめざす。					
	・ 試合中のトラブルショットの理解と実践。					
	・ サーブレシーブの習得と試合で使う技術への理解					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ ）				
教科書	テニス指導教本 ルールブック					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	久留広平	
科目名	基礎実技V I		実務経験		
実務内容					
単位数	8単位				
授業時数	授 業 計 画		授 業 計 画		
1	テニスの競技特性		フットワークドリル（基本）		
2	テニス試合に必要なショットについての学習		フットワークドリル（応用）		
3	サーブとレシーブ①		サーブレシーブからの展開 ①		
4	サーブとレシーブ②		サーブレシーブからの展開 ②		
5	シングルの展開①		シングルにおけるフットワーク①		
6	シングルの展開②		シングルにおけるフットワーク②		
7	シングルの展開③		シングルにおけるフットワーク③		
8	ダブルスのセオリー①		フォーメーションの確認①		
9	ダブルスのセオリー②		フォーメーションの確認②		
10	ダブルスのセオリー③		フォーメーションの確認③		
11	練習試合①		ゲーム中のトラブルショットについて①		
12	練習試合②		ゲーム中のトラブルショットについて②		
13	練習試合③		総合演習 ①		
14	ゲーム実践		総合演習 ②		
15	ゲーム実践		総合演習 ③		
授業概要	・練習試合を中心として技術の向上と競技特性の理解を高めることを目指す。				
	・サーブレシーブの習得と試合で使う配球の理解。				
	・ダブルスにおけるフォーメーションや動き方の習得。				
	・試合中のトラブルショットの理解と実践。				
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○ 出席率
	○	実技（実習）		提出物（レポート）	○ 授業態度
		その他（ ）			
教科書	テニス指導教本 ルールブック				
参考書					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	山下 篤央
科目名	スポーツ生理学 I	実務経験	
実務内容			
単位数	2単位		
授業時数	授 業 計 画		
1	スポーツ生理学について		
2	骨格・関節【Ⅲ-7-①】		
3	筋肉【Ⅲ-7-①】		
4	神経【Ⅲ-7-①】		
5	筋収縮のメカニズム【Ⅲ-7-①】		
6	呼吸・循環【Ⅲ-7-②】		
7	呼吸・循環機能【Ⅲ-7-②】		
8	筋収縮エネルギーとその供給①【Ⅲ-7-②】		
9	筋収縮エネルギーとその供給②【Ⅲ-7-②】		
10	スポーツバイオメカニクスの基礎【Ⅲ-7-③】		
11	体力テストとその活用【Ⅲ-8-③】（体力測定と安全対策、健康管理）		
12	体力テストとその活用【Ⅲ-8-③】（体力測定と評価）		
13	適応（環境に対する身体の働き）		
14	まとめ		
15	学期末試験		
授業概要	スポーツ生理学の基本から、トレーニングによる体系や筋肉・呼吸循環器系などの変化についての知識を、理論だけでなく実際の指導現場の話を変えて進めていき、わかりやすく理解を深めていく。 公的資格取得のために必要な内容を織り交ぜていく。		
成績評価方法（○印）	<input type="checkbox"/> 学期末試験	<input type="checkbox"/> 小テスト	<input type="checkbox"/> 出席率
	<input type="checkbox"/> 実技（実習）	<input type="checkbox"/> 提出物（レポート）	<input type="checkbox"/> 授業態度
	その他（ ）		
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成共通科目テキスト Ⅲ		
参考書			

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年			担当教員名	中村 風香	
科目名	解剖学 I			実務経験		
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	ガイダンス(授業予定と進め方の説明)					
2	骨格・筋についてのおおまかな復習と確認					
3	上肢の骨格・関節・動き					
4	肩甲帯の筋肉					
5	肩関節の筋肉					
6	肘関節と橈尺関節の筋肉					
7	手関節と手の筋肉					
8	下肢の骨格・関節・動き					
9	股関節と骨盤帯の筋肉(1)					
1 0	股関節と骨盤帯の筋肉(2)					
1 1	膝関節の筋肉					
1 2	足関節と足の筋肉					
1 3	体幹の骨格・関節・動き					
1 4	体幹と脊柱の筋肉					
1 5	試験					
授業概要	解剖学の基礎から上肢の骨、筋肉と動きについての習得を目的に進め					
	下肢、体幹の骨、筋肉と動きについて進めていく。					
	大まかに筋肉の起始および停止を理解させ、どの部位にどのような筋肉があり					
	収縮することでどのような動きが起こるかを理解させる。					
	特にソフトテニス・テニス・野球競技ということも念頭に実際の動作と合わせながら考える。また JATI-ATI 取得とも合わせて考える。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成共通科目テキスト I、II、III					
参考書						

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	赤田 みゆき			
科目名	スポーツ栄養学Ⅰ	実務経験	○			
実務内容	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					
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	自己紹介・導入、スポーツと栄養					
2	エネルギー産生に必要な栄養素					
3	五大栄養素・糖質【Ⅰ-5-①】					
4	五大栄養素・脂質【Ⅰ-5-①】					
5	五大栄養素・たんぱく質【Ⅰ-5-①】					
6	五大栄養素・ビタミン【Ⅰ-5-①】					
7	五大栄養素・ミネラル【Ⅰ-5-①】					
8	エネルギー消費量、摂取量					
9	スポーツと栄養（熱中症対策、貧血予防、障害予防）【Ⅰ-5-①】					
10	休養期の食事【Ⅲ-4-①】					
11	トレーニング期の食事1 増量【Ⅲ-4-①】					
12	トレーニング期の食事2 減量【Ⅲ-4-①】					
13	トレーニング期の食事3 合宿【Ⅲ-4-①】					
14	試合期の食事 グリコーゲンローディング【Ⅲ-4-①】					
15	まとめ 試験					
授業概要	生命活動の源である食事について、基本の知識を身につけ、日常の食生活					
	に役立てられるように学習する。					
	栄養の知識を、実際のテニス、ソフトテニスの現場で活かせるように さらに知識を深める。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	やさしい学生トレーナーシリーズ スポーツ栄養学(最新版)					
参考書	日本スポーツ協会共通テキストⅠ・Ⅲ					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年			担当教員名	齊藤 雅子	
科目名	スポーツ心理学 I			実務経験		
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	スポーツ心理学とは					
2	スポーツと心に関わる諸問題【Ⅱ-3-①】					
3	スポーツにおける動機づけ (メカニズム)【Ⅱ-3-②】					
4	スポーツ技能の習得【Ⅱ-3-③】					
5	練習の心理【Ⅱ-3-③】					
6	指導者による心理的サポート【Ⅱ-3-③】					
7	技術指導における効果的指導法・個人差の考慮【Ⅱ-3-③】					
8	日常生活における相談【Ⅱ-3-③】					
9	チーム指導の目標【Ⅱ-3-③】					
10	指導者のリーダーシップ【Ⅱ-3-③】					
11	チームワークとは【Ⅱ-3-③】					
12	チームに関わる心理的問題【Ⅱ-3-③】					
13	コーチングの評価【Ⅱ-3-③】					
14	まとめ・復習					
15	成績評価テスト					
授業概要	「スポーツ心理学」は、スポーツ活動で生じる現象を対象とし、心理学的方法を用いて研究する学問として発展してきた。近年では、スポーツ選手の競技力向上のみならず、スポーツ現場における様々な問題や日常生活との関連などについても研究が進められている。					
	本授業では、「スポーツ心理学」の理論と実践を紹介し、スポーツ選手や指導者など様々な視点からスポーツ場面で生じる現象を捉えることで、受講生が幅広い知見を習得し、実際のスポーツ現場で実践する力を身につけることを目指す。					
成績評価方法 (○印)	<input type="radio"/>	学期末試験		小テスト	<input type="radio"/>	出席率
		実技 (実習)	<input type="radio"/>	提出物 (レポート)	<input type="radio"/>	授業態度
	その他 ()					
教科書	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 Ⅱ・Ⅲ (財団法人 日本スポーツ協会) 「スポーツメンタルトレーニング教本」大修館書店					
参考書	「よくわかるスポーツ心理学」ミネルヴァ書房 「これから学ぶスポーツ心理学」大修館書店					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	齊藤 雅子		
科目名	スポーツ心理学Ⅱ		実務経験			
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	メンタルマネジメントとは【Ⅲ-6-①】					
2	メンタルトレーニングとその効果【Ⅲ-6-①】					
3	リラクゼーション【Ⅲ-6-①】					
4	自己コントロール・目標設定技法【Ⅲ-6-①】					
5	実力発揮のためのイメージトレーニング【Ⅲ-6-①】					
6	集中力を高める【Ⅲ-6-①】					
7	心理的コンディショニング (測定・評価)【Ⅲ-6-①】					
8	心理的コンディションとパフォーマンス【Ⅲ-6-①】					
9	あがり、スランプの克服【Ⅲ-6-①】					
10	指導者のストレス,メンタルマネジメント【Ⅲ-6-②】					
11	競技心理の諸問題【Ⅲ-6-①、②】					
12	心理テスト法【Ⅲ-6-①】					
13	競技生活の心理的サポート【Ⅲ-6-①】					
14	まとめ・復習					
15	成績評価テスト					
授業概要	「スポーツ心理学」は、スポーツ活動で生じる現象を対象とし、心理学的方法を用いて研究する学問として発展してきた。近年では、スポーツ選手の競技力向上のみならず、スポーツ現場における様々な問題や日常生活との関連などについても研究が進められている。					
	本授業では、「スポーツ心理学」の理論と実践を紹介し、スポーツ選手や指導者など様々な視点からスポーツ場面で生じる現象を捉えることで、受講生が幅広い知見を習得し、実際のスポーツ現場で実践する力を身につけることを目指す。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技 (実習)	○	提出物 (レポート)	○	授業態度
	その他 ()					
教科書	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 Ⅱ・Ⅲ (財団法人 日本スポーツ協会) 「スポーツメンタルトレーニング教本」大修館書店					
参考書	「よくわかるスポーツ心理学」ミネルヴァ書房 「これから学ぶスポーツ心理学」大修館書店					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	土井内 友巳奈		
科目名	スポーツ医学 I		実務経験	○		
実務内容	身体やケガについて医学の知識を総合的に取り入れた授業					
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	スポーツと健康【I-4-①】					
2	スポーツ活動中に多い怪我や病気と対策 (内科)【I-4-②】					
3	スポーツ活動中に多い怪我や病気と対策 (内科)【I-4-②】					
4	スポーツ活動中に多い怪我や病気と対策 (外科)【I-4-②】					
5	スポーツ活動中に多い怪我や病気と対策 (外科)【I-4-②】					
6	まとめ、中間確認					
7	救急処置 (心肺蘇生法)【I-4-③】					
8	救急処置 (外科的救急処置)【I-4-③】					
9	救急処置の実際					
10	救急処置の実際②					
11	怪我の予防とその方法 (ウォーミングアップとクールダウン)					
12	ウォーミングアップとクールダウン、コンディショニングの実際					
13	緊急時の対処法とその確認 (施設の確認と連絡方法)					
14	まとめ					
15	テスト					
授業概要	スポーツ医学 I では、スポーツの健康との関わりやスポーツによく見られる内科的疾患やスポーツ障害を紹介し、その特徴を理解するまた応急処置の方法を理解する					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技 (実習)		提出物 (レポート)	○	授業態度
		その他 ()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成テキスト I					
参考書	テニス・ソフトテニス指導教本					

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	山下 篤央		
科目名	スポーツ医学Ⅱ		実務経験	○		
実務内容	身体やケガについて医学の知識を総合的に取り入れた授業					
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	アスリートの健康管理【Ⅲ-10-①】					
2	アスリートの内科的障害と対策【Ⅲ-10-②】					
3	アスリートの外傷・障害と対策【Ⅲ-10-③】					
4	ドーピング防止について【Ⅲ-10-⑧】					
5	ドーピング防止について【Ⅲ-10-⑧】					
6	アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画【Ⅲ-10-④】					
7	アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画【Ⅲ-10-④】					
8	コンディショニングの手法【Ⅲ-10-⑤】					
9	コンディショニングの手法【Ⅲ-10-⑤】					
10	スポーツによる精神障害と対策【Ⅲ-10-⑥】					
11	スポーツによる精神障害と対策【Ⅲ-10-⑥】					
12	特殊環境下での対応【Ⅲ-10-⑦】					
13	特殊環境下での対応【Ⅲ-10-⑦】					
14	まとめ					
15	テスト					
授業概要	スポーツ医学Ⅱでは、Ⅰで学習した内容をより細かく学びそれらの障害に対する対処法を考える。また、競技復帰への方法についても学習する					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ・Ⅲ					
参考書	テニス・ソフトテニス指導教本					

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	中村 風香		
科目名	バイオメカニクス		実務経験			
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	バイオメカニクスとは					
2	スポーツ・バイオメカニクスの基礎 (生理学・解剖学)					
3	重力と慣性力、重心、力の合成・分解と力の効果					
4	内力と外力、摩擦力、運動量と力積 (反動動作と振込動作)					
5	慣性モーメント					
6	回転運動 (慣性モーメント、角運動量の保存)					
7	流体力学 (流体からの抵抗、揚力とマグヌス効果)					
8	運動の力学的エネルギーと効率					
9	基本的運動のバイオメカニクス (歩く)					
10	基本的運動のバイオメカニクス (走る)					
11	基本的運動のバイオメカニクス (跳ぶ)					
12	基本的運動のバイオメカニクス (蹴る、投げる)					
13	基本的運動のバイオメカニクス (打つ①)					
14	基本的運動のバイオメカニクス (打つ②)					
15	定期試験					
授業概要	スポーツ技能トレーニングを効率的に行うには、運動と力の働きを理解して					
	いなければならない。バイオメカニクス、スポーツバイオメカニクスでは					
	人間の生物学的条件を考慮しながら、身体運動を力学的立場から考える事が					
	できる知識の習得が目的である。スポーツ技能の理解、技術やトレーニングを					
考える際の基礎となるものであり、テニス・ソフトテニス・野球の動きを中心に学び、知識の習得を図る。						
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技 (実習)		提出物 (レポート)	○	授業態度
		その他 ()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成共通科目テキストⅢ					
参考書						

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1 年	担当教員名	中嶋 勤成		
科目名	スポーツ指導論 I	実務経験			
実務内容					
単位数	2 単位				
授業時数	授 業 計 画				
1	オリエンテーション 概要説明				
2	スポーツ指導者とは【I-2-①】				
3	スポーツ指導者の倫理①【I-2-②】				
4	スポーツ指導者の倫理②【I-2-②】				
5	指導者の心構え・視点①【I-2-③】				
6	指導者の心構え・視点②【I-2-③】				
7	世界の舞台を目指すアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割①【I-2-④】				
8	世界の舞台を目指すアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割②【I-2-④】				
9	指導計画の立て方①【I-6-①】				
10	指導計画の立て方②【I-6-①】				
11	指導計画の立て方③【I-6-①】				
12	スポーツ活動と安全管理①【I-6-②】				
13	スポーツ活動と安全管理②【I-6-②】				
14	スポーツ活動と安全管理③【I-6-②】				
15	学期末試験				
授業概要	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I に沿い授業を行い スポーツ指導者の考えた、指導者の基礎を学ぶ。 指導者の基本やスポーツと文化、安全管理、競技者育成プログラムなど 指導者としての基礎を幅広く学ぶ事を目的とする。				
成績評価方法 (○印)	学期末試験		小テスト	○	出席率
	実技(実習)	○	提出物(レポート)	○	授業態度
	その他()				
教科書	日本スポーツ協会共通テキスト I				
参考書					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	山下 篤央		
科目名	スポーツ指導論Ⅱ		実務経験	○		
実務内容	選手の能力向上のためのプログラムの研究や指導					
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	プレーヤーと指導者の望ましい関係【Ⅲ-2-①】					
2	ミーティングの方法【Ⅲ-2-②】					
3	世界の頂点を目指すアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割【Ⅲ-2-③】					
4	世界の頂点を目指すアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割【Ⅲ-2-③】					
5	トレーニング理論とその方法【Ⅲ-8-①】(パワー向上トレーニングの理論とプログラム)					
6	トレーニング理論とその方法【Ⅲ-8-①】(テニス、ソフトテニスのトレーニング理論)					
7	トレーニング計画とその実際【Ⅲ-8-②】(目標設定とプログラムの設計)					
8	トレーニング計画とその実際【Ⅲ-8-②】(疲労の回復と休養、環境整備と心理的サポート)					
9	トップアスリートを育てるために～指導者が持つべき視点～【Ⅲ-9-①】					
10	トップアスリートの育成・強化の方法とその評価【Ⅲ-9-②】					
11	トップアスリートの育成・強化の方法とその評価【Ⅲ-9-②】					
12	競技力向上のためのチームマネジメント【Ⅲ-9-③】					
13	競技力向上のための情報とその活用【Ⅲ-9-④】					
14	まとめ					
15	学期末試験					
授業概要	競技者を育成する上での競技者個人としての見方、またチームの中の個人としての見方、チームとして考えないといけないことなどのプランをはじめ、チーム運営の計画性、チームマネジメント、またそれらに必要な情報収集能力などを学ぶ					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)	○	提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	(財)日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ					
参考書						

2020 (令和 2) 年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	土井内 友巳奈		
科目名	トレーニング理論		実務経験			
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	授業概要説明・体力とは【I-3-①】(テニス、ソフトテニスに必要な体力)					
2	トレーニングの進め方【I-3-②】(トレーニングの原理、原則)					
3	トレーニングの進め方【I-3-②】(トレーニング処方、ウォーミングアップとクールダウン)					
4	トレーニングの種類【I-3-③】(有酸素性、無酸素性持久力トレーニングの理論とプログラム)					
5	トレーニングの種類【I-3-③】(スピードトレーニングの理論とプログラム)					
6	トレーニングの種類【I-3-③】(筋力トレーニングの理論とプログラム)					
7	アスリートの健康管理と心理的サポート					
8	スポーツ・バイオメカニクスの基礎(生理学・解剖学)					
9	重力と慣性力、重心、力の合成・分解と力の効果					
10	内力と外力、摩擦力、運動量と力積(反動動作と振込動作)					
11	回転運動(慣性モーメント、角運動量の保存)					
12	流体力学(流体からの抵抗、揚力とマグヌス効果)					
13	運動の力学的エネルギーと効率					
14	トレーニング実践(トレーニング器具の使い方)					
15	まとめ、試験					
授業概要	トレーニング論では、体力測定などと関連させながらどのような測定によってどのような効果が期待できるのか、またどのようにトレーニングすべきかについて理論的に理解しながら実際にトレーニング器具の使用方法も理解する。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成共通科目テキストⅠ、Ⅱ、Ⅲ					
参考書	テニス・ソフトテニス指導教本					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	山下 篤央		
科目名	発育発達論		実務経験	○		
実務内容	発育発達期における変化や特徴を具体例をあげながらの授業					
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	発育発達期の身体的特徴、心理的特徴【Ⅰ-7-①】					
2	発育発達期に多いケガや病気【Ⅰ-7-②】					
3	乳幼児期の運動指導の要点					
4	児童前期の運動指導の要点					
5	児童後期の運動指導の要点					
6	中高年者とスポーツ【Ⅱ-5-①】					
7	女性とスポーツ【Ⅱ-5-②】					
8	スキルの獲得と獲得過程(移動系)【Ⅲ-8-④】					
9	スキルの獲得と獲得過程(平衡系)【Ⅲ-8-④】					
10	スキルの獲得と獲得過程(操作系)【Ⅲ-8-④】					
11	時間的調整・空間的調整・力量的調整からなるスポーツスキルの習得【Ⅲ-8-④】					
12	基本的な運動の組合せとその方法					
13	乳幼児期からジュニア期における運動プログラムの作成手順【Ⅰ-7-③】					
14	運動遊びやゲームを通じた動きの習得					
15	まとめ、テスト					
授業概要	①幼児期からジュニア期にかけての発育発達の特徴を捉えながら運動・スポーツを導入することで、各期にどのような身体的・心理的影響を及ぼすかを学ぶ					
	②生涯発達や性別に伴いどのように運動能力が発達していくのか、またその過程でどのようなことを日々の生活、運動に取り入れていけばいいかを学ぶ					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成共通科目テキストⅠ、Ⅱ、Ⅲ					
参考書	テニス・ソフトテニス指導教本					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	吉井 宏一郎			
科目名	スポーツ経営学	実務経験				
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	スポーツ経営学の領域と特性					
2	地域におけるスポーツ振興方策と行政のかかわり（我が国のスポーツ行政のねらいとしくみ）【I-8-①】					
3	地域におけるスポーツ振興方策と行政のかかわり（我が国のスポーツ振興施策、学校運動部活動）【I-8-①】					
4	地域のスポーツ振興に必要なマネジメント（都道府県、市区町村のスポーツ行政）【I-8-①】					
5	総合型地域スポーツクラブの必要性和社会的意義①（地域スポーツクラブの必要性）【I-8-②】					
6	総合型地域スポーツクラブの必要性和社会的意義②（地域スポーツクラブの役割と機能）【I-8-②】					
7	地域におけるスポーツクラブとしての「スポーツ少年団」【I-8-③】					
8	我が国のスポーツプロモーション【II-1-②】					
9	総合型地域スポーツクラブの育成と運営【II-4-①】					
10	スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング【II-4-②】					
11	スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング【II-4-②】					
12	スポーツ事業のプロモーション【II-4-③】					
13	スポーツ事業のプロモーション【II-4-③】					
14	まとめ					
15	テスト					
授業概要	地域や人々が期待するスポーツを広めて行く上で欠かせない様々なスポーツ環境整備のために必要なスポーツマネジメントについての具体策を学ぶとともに、学習した知識をもとに自らが実践に生かせるマネジメント能力を高める。					
成績評価方法 （○印）	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ ）				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ・Ⅱ					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	吉井 宏一郎			
科目名	スポーツ社会学	実務経験				
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	スポーツの概念と歴史（スポーツの概念、スポーツの歴史と発展、）【I-2-①】					
2	スポーツの概念と歴史（現代スポーツのとらえ方）【I-2-①】					
3	文化としてのスポーツ（スポーツの文化的特性）【I-2-②】					
4	文化としてのスポーツ（スポーツ文化の内容、スポーツマンシップとフェアプレー）【I-2-②】					
5	社会の中のスポーツ（現代社会とスポーツ、スポーツの産業化と発展）【II-1-①】					
6	社会の中のスポーツ（地域生活スポーツ、グローバル化と日本のスポーツ）【II-1-①】					
7	社会の中のスポーツ（諸外国と日本のスポーツプロポジションとその課題と展望）【II-1-①】					
8	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任（リスクマネジメント、法的責任）【II-2-①】					
9	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任（法的責任、スポーツ事故の判例）【II-2-①】					
10	スポーツと人権（スポーツ倫理と基本的人権）【II-2-②】					
11	スポーツと人権（スポーツ倫理と基本的人権）【II-2-②】					
12	スポーツと人権（スポーツ倫理と基本的人権）【II-2-②】					
13	障害者とスポーツ【II-5-③】					
14	障害者とスポーツ【II-5-③】					
15	テスト					
授業概要	スポーツ発生の起源や近代スポーツへの発展の歴史、またスポーツの持つ					
	文化的意義と必要性、並びに現代社会において多様な発展がみられるスポーツの新たな役割と期待について学び、スポーツの価値をもう一度見直してみる。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
		実技（実習）		提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（)				
教科書	日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ・Ⅱ					
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1 年		担当教員名	久留広平		
科目名	コーチング法 I		実務経験			
実務内容						
単位数	2 単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	ガイダンス(自己紹介)					
2	テニス競技の歴史からみる現代テニス①					
3	テニス競技の歴史からみる現代テニス②					
4	人間の骨格からみるテニス					
5	歩行とテニスの動き					
6	肩甲骨と股関節の連動					
7	柔軟性を高めるストレッチ					
8	作用・反作用を利用した動作					
9	オンコート実践①					
10	オンコート実践②					
11	オンコート実践③					
12	オンコート実践④					
13	オンコート実践⑤					
14	オンコート実践⑥					
15	まとめ					
授業概要	① スピード化する現代テニスについて					
	② 人間の骨格とテニスへの利用についての理解。					
	③ 歩行動作からのテニスへの導入法。					
	④ さまざまなタイプのテニスプレイヤーへの指導について。					
	⑤ 心のエネルギーを最大限発揮させる為の指導法。					
	⑥ 講義とオンコートの両面からの指導(計 20 時間)					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
	○	その他(集中講義にて実施)				
教科書	新版 テニス指導教本(日本テニス協会:編 大修館書店) その他資料随時					
参考書						

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	藪野容子		
科目名	審判法Ⅰ（ルール・歴史・大会運営）		実務経験			
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	テニス概論①（オリエンテーション自己紹介）					
2	テニス概論②（テニスの歴史）					
3	テニス概論③（同上）					
4	ルールと審判法①（審判検定会に備える）					
5	ルールと審判法②（同上）					
6	ルールと審判法③（同上）					
7	ルールと審判法④（同上）					
8	ルールと審判法⑤（同上）					
9	ルールと審判法⑥（同上）					
10	ルールと審判法⑦（検定会結果吟味）					
11	ルール⑧（同上）					
12	前期の振り返り					
13	審判実技①					
14	審判実技②					
15	前期テスト					
授業概要	・テニス概論（スポーツの簡単な歴史・テニス歴史）					
	・ルールと審判法（ルールと審判法の基本を学び、JTAC級公認審判員検定講習会に備える）					
	・ルール徹底（公認審判員としての実力強化）					
	・テニス倫理（マナーの徹底学習）					
	・トーナメントの見学と実際（HPオープン等の公式大会の実際を見せ、運営を手伝わせる）					
	・履正社ダブルス大会での審判（審判実習を兼ねる）					
成績評価方法 （○印）	○	学期末試験	○	小テスト	○	出席率
	○	実技（実習）	○	提出物（レポート）	○	授業態度
		その他（ ）				
教科書	「JTA TENNIS RULE BOOK 17」					
参考書	必要に応じ講師が準備します。					

履正社スポーツ専門学校 北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	医療科		
科目名	スポーツメディシン		実務経験			
実務内容						
単位数	4単位					
授業時数	前 期 授 業 計 画			後 期 授 業 計 画		
1	オリエンテーション			包帯固定実習①		
2	はり・きゅうの概念			包帯固定実習②		
3	スポーツ鍼灸の実用性			アロマセラピー講義及び実習		
4	理学療法概念			テーピング固定実習①		
5	スポーツ外傷に対するリハビリテーション			機能回復訓練実技①		
6	柔道整復の概念			機能回復訓練実技②		
7	スポーツ外傷に対する柔道整復術			競技復帰に向けてのリハビリ計画		
8	理学療法と柔道整復のニーズと将来性			テーピング固定実習②		
9	鍼灸治療のニーズと将来性			足関節捻挫に対するテーピング固定		
10	アスレティックトレーナーの概念			鍼の効果について①		
11	スポーツ現場でのアスレティックトレーナーの動き			鍼の効果について②		
12	実践			灸の効果について①		
13	まとめ			灸の効果について②		
14	まとめ			鍼・灸の体験実習		
15	まとめ			まとめ		
授業概要	医療過程各学科の資格の専門性を理解し、患者に対する敬う気持ちを養う。					
	取得を目指す国家資格の特徴を理解し、将来の生活設計がイメージできるようにする。					
	4年間の学校生活で競技と学習に邁進できるきっかけを作る。					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書						
参考書						

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	久留広平		
科目名	スポーツケア		実務経験			
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	ガイダンス					
2	コンディショニングとケアの重要性					
3	ウォーミングアップとクーリングダウン					
4	セルフケアの方法					
5	ストレッチ①					
6	ストレッチ②					
7	ストレッチ③					
8	ストレッチ④					
9	ストレッチ⑤					
10	マッサージ①					
11	マッサージ②					
12	マッサージ③					
13	マッサージ④					
14	マッサージ⑤					
15	後期試験					
授業概要	疲労状態からの早期回復や怪我の予防のための身体のケアを身に付ける。					
	ストレッチやマッサージは実際に行い、実用性を学習する。					
	自分自身の身体のケア、指導対象に行うケアの指導方法の学習。					
成績評価方法 (○印)	<input type="radio"/>	学期末試験		小テスト	<input type="radio"/>	出席率
	<input type="radio"/>	実技（実習）		提出物（レポート）	<input type="radio"/>	授業態度
		その他				
教科書						
参考書	その他必要に応じて資料、インターネットを使用					

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年	担当教員名	眞茅 優衣里			
科目名	テーピング I	実務経験	○			
実務内容	スポーツ傷害に対する応急処置や予防を中心とした指導					
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	膝関節 基本知識					
2	膝関節 テーピング					
3	膝関節 テーピング 2					
4	膝関節 ストレッチ マッサージ					
5	肩・肘 関節 基本知識					
6	肩・肘 関節 テーピング					
7	肩・肘 関節 テーピング 2					
8	肩・肘 関節 ストレッチ マッサージ					
9	体幹 基本知識					
10	体幹 テーピング					
11	体幹 ストレッチ マッサージ					
12	総合まとめ					
13	総合まとめ					
14	総合まとめ					
15	テスト					
授業概要	体の各部位にそって、ソフト・硬式テニスの代表的な外傷・障害の基本知識。 各外傷・障害に対して、テーピング・ストレッチ・マッサージなどの知識をつけ、 試合や遠征、練習中などの実際の現場にて起こった外傷・障害に対して 対応できるようにする。					
成績評価方法 (○印)	○	学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
		その他()				
教科書						
参考書	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成テキスト I・II・III ソフトテニス指導教本					

履正社スポーツ専門学校北大阪校

2020（令和2）年度

講 義 計 画

配当学年	1年		担当教員名	松本 交右		
科目名	用具管理(ガット張り)		実務経験			
実務内容						
単位数	2単位					
授業時数	授 業 計 画					
1	導入					
2	スタートの方法					
3	スタートの方法復習					
4	メイン					
5	メイン復習 クロス					
6	クロス復習 ノット					
7	メイン&クロス 1					
8	メイン&クロス 2					
9	メイン&クロス 3					
10	メイン&クロス 4					
11	実習張り上げ					
12	実習張り上げ					
13	全体復習 総括					
14	張りテスト					
15						
授業概要	実際にガットを張り上げていく					
成績評価方法 (○印)		学期末試験		小テスト	○	出席率
	○	実技(実習)		提出物(レポート)	○	授業態度
	○	その他(各自の張り上げたガットをチェックして評価)				
教科書						
参考書	ガット使用					