

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	エアロビックダンス I	担 当 教 官 名	岡部 智美
対 象 学 生	スポーツ科学科1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	エアロビクス、有酸素運動、健康体操、健康・体力づくり、リズム運動		
授業の概要 及び到達目標	〔講義概要〕有酸素運動であるエアロビックダンスの基礎知識から技術までを演習を通して学ぶ。 〔到達目標〕 ①音取りが出来るようになり、安全に動いてもらえる指示、キューイングが出来るようになる。②参加者に正しい動きの見本が見せれるように基本の動きを学ぶ。また動きの種類を学びエアロビクスを効果的に指導ができるようにする。③参加者にエアロビクスを通して指導するという事に慣れる		
講義計画・内容	①講師紹介・エアロビクスとは？(歴史や成り立ち) ②音取り練習、キューイングとは？ ③実技 ベースプログラムの習慣と指導練習 ローインパクト ④実技 ベースプログラムの習慣と指導練習と確認 ミドルインパクト ⑤キューイングの種類 指導してみよう 2種類のベースプログラム確認 ⑥実技 ベースプログラムの習慣と指導練習 ハイインパクト ⑦理論 三つの動きの種類と強度変換 プログラム作成1 ⑧実技 プログラム1の発表 プログラム2の作成 ⑨実技 プログラム2の発表 キューイング練習 ⑩実技 w-UPでの主要筋群 ダイナミックストレッチ ⑪実技 課題発表 テスト練習 ⑫実技 テスト練習 ⑬実技 実演指導(テスト) ⑭実技 実演指導(テスト) ⑮振り返り		
準備学習			
教科書・教材等	【参考書籍】 グループフィットネスエクササイズインストラクター ADBI・ADIの為のエアロビックダンスエクササイズ指導理論 《公社》日本フィットネス協会 出版》		
授業の形式 教育機器の活用	【形式】演習 【機器の活用】スタジオ、音響機器、エクササイズ用CD		
成績評価の方法	実技テスト(70%) 平常点(10%) 出席点(20%)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	音楽を用いた運動は有酸素プログラムや健康維持、向上のためのクラスは子供から大人、高齢者、アスリートまで幅広く活用出来ます。 安全に効果的にそして楽しくなるというのを学び、指導者自ら音楽を通して体を動かす楽しさを感じてほしいと考えています。 体を動かす授業になるので服装や履物は忘れないように。また体調など不安がある場合は申し出てください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	エアロビックダンスⅡ	担 当 教 官 名	岡部 智美
対 象 学 生	スポーツ科学科1年生	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード			
エアロビクス、有酸素運動、健康体操、健康・体力づくり、リズム運動			
授業の概要 及び到達目標	【講義概要】 有酸素運動であるエアロビックダンスの基礎知識を元に、①エクササイズプログラム作成の仕組みや注意点を学ぶ。また、プログラムを実際に作成し、実演能力を習得する。②指導者としての立ち居振舞いやコミュニケーション取りについて学ぶ。		
講義計画・内容	①(演習) ガイダンス(到達目標と授業内容の確認)と前期内容(基礎)の復習 ②(演習) プログラム作成の仕組み(フリースタイル)、ショートレッスン ③(演習) プログラム作成、実技発表(グループ) ④(演習) プログラム作成の仕組み(コンビネーション)、ショートレッスン ⑤(演習) プログラム作成、実技発表(グループ) ⑥(演習) プログラム"展開"とは、ショートレッスン ⑦(演習) プログラム"展開"についてグループワーク及び、発表(講師からの課題プログラムを元に) ⑧有酸素運動が与える身体への効果について、有酸素運動の有意義性について ⑨(演習) ウォーミングアップメニューの考案 ⑩(演習) クールダウンメニューの考案 ⑪後期 実技テストプログラムの作成・練習 ⑫実技 テスト練習 ⑬実技 実演指導(テスト) ⑭実技 実演指導(テスト) ⑮振り返り		
準備学習			
教科書・教材等	【参考書籍】①健康運動実践指導者養成用テキスト《(公財)健康・体力づくり事業財団 出版》 ②グループフィットネスエクササイズインストラクター ADBI・ADIの為のエアロビックダンスエクササイズ指導理論 《公社》日本フィットネス協会 出版》		
授業の形式 教育機器の活用	【形式】演習 【機器の活用】スタジオ、音響機器、エクササイズ用CD		
成績評価の方法	実技テスト(70%) 平常点(10%) 出席点(20%)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	音楽を用いた運動は有酸素プログラムや健康維持、向上のためのクラスは子供から大人、高齢者、アスリートまで幅広く活用でき、実施ニーズが高まっています。 「安全に、効果的に、そして楽しく」という指導者としての大原則を元に、体を動かす際の注意点や安全な運動を提供する上で必要となる解剖学・生理学・心理学等を学び、有酸素運動の必要性をさらに体感して欲しいと考えています。 体を動かす授業になるので服装や履物、水分補給は忘れないように。また体調など不安がある場合は申し出て下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	コーチング論	担 当 教 官 名	加藤雅也
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	指導者像 指導法		
授業の概要 及び到達目標	健康増進や体力向上のためのスポーツ指導法について学ぶ。また、スポーツの技術向上に関する指導法について習得する。理論で指導者とは何かを学び、それを実技指導や実習等で活かすことが出来るように役立たせる。		
講義計画・内容	1. スポーツ指導の良い指導者、悪い指導者 2. 指導者の義務 3. 指導者を目指すものが学ぶべきこと 4. スポーツ指導者とは 5. 運動技能の学習と指導法 6. 指導における落とし穴 7. 指導者としての心構えや視点 8. 計画の立て方 9. スポーツ活動と安全管理 10. プレーヤーと指導者の望ましい関係 11. ミーティングの方法について 12. 育成・強化の方法とその強化 13. 競技力向上のためのチームマネジメント 14. まとめ 15. 試験解説		
準備学習			
教科書・教材等	日本スポーツ協会共通Ⅰ・Ⅲ		
授業の形式 教育機器の活用			
成績評価の方法	定期試験70% 出席20% 平常点(レポート)10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	毎週10回のレポートをきちんと提出すること		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	救急処置法	担 当 教 官 名	原 和 泉
対 象 学 生	1年生 全コース	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	1次救命、心肺蘇生法、CPR、AED、ファーストエイド		
授業の概要 及び到達目標	【講義概要】 外傷、傷害の知識と対処法についての救急処置法について、知識と実践を通して習得します。 【到達目標】 ①三角巾を使用した止血法や応急処置法を習得できる。 ②心肺蘇生法におけるフローチャートを理解し、その技術を習得できる。 ③各外傷、傷害時における応急手当を学び、理解できる。		
講義計画・内容	① 包帯法1 (たたみ方、むすび、解き方、しまい方、額・耳に対する包帯法) ② 包帯法2 (頭・肩・胸) ③ 包帯法3 (前腕・下腿) ④ 包帯法4 (膝・つり) ⑤ 固定方法1 (鎖骨・捻挫・前腕) ⑥ 固定方法2 (下腿・アキレス腱・膝) ⑦ 搬送法 ⑧ 止血法・心肺蘇生法1 ⑨ 心肺蘇生法2 ⑩ 心肺蘇生法3 ⑪ 心肺蘇生法4 ⑫ 実技まとめ ⑬ 実技評価(試験) ⑭ 学科評価(筆記) ⑮ 解説・まとめ		
準備学習	包帯法や心肺蘇生法など休み時間などの授業時間外を使い、繰り返し練習をしておくこと。		
教科書・教材等	講師準備資料、心肺蘇生法練習用人形、三角巾、止血ガーゼ、副子		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	実技・筆記試験(両試験を合算した点数で70%) 平常点(20%) 出席点(10%)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	本授業内容は、“人命”に直結する内容を学んでいることを理解した上で学んでほしい。将来、就く職業においても人の身体に対してケア・サポートする仕事となるため有事の際にはすぐさま行動が出来るよう何回も繰り返し練習・シミュレーションを通し、技術やガイドラインを身に付けてほしい。昨今、自然災害等も多く起こっている。「もし」何かが起こってしまった場合での本授業で学んだ事を活用して下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	コンディショニング理論演習Ⅰ	担 当 教 官 名	溝口英二
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15
授業のキーワード	セルフストレッチング・指導		
授業の概要 及び到達目標	コンディショニングとはアスレティックトレーナーが行うアプローチ法である。その中から基本的方法である「セルフストレッチング」について学ぶ。 目標は下記。 セルフストレッチング→「正しいストレッチングの実技見本」 「ストレッチングの指導」 ただ単に実技のみを実施するのではなく、正しい解剖学・生理学的な観点からも人の体を理解し、より効果的なアプローチができるようになることが最終目標である。		
講義計画・内容	1、オリエンテーション 2、ストレッチングとは 3、ストレッチングの効果・目的 4、ストレッチングの禁忌事項 5、下肢のストレッチング(下腿部) 6、下肢のストレッチング(大腿部) 7、股関節周りのストレッチング 8、上肢のストレッチング(前腕) 9、上肢のストレッチング(上腕) 10、上肢のストレッチング(肩・肩甲骨) 11、体幹部のストレッチング(腹部・背部) 12、頸部のストレッチング 13、ストレッチング指導の方法 14、試験 15、試験解説		
準備学習	動ける服装、解剖学・生理学の基礎を別講義で理解して取り組むこと		
教科書・教材等	アスレティックトレーナー専門科目テキスト「予防コンディショニング」		
授業の形式 教育機器の活用	講義と実技		
成績評価の方法	実技試験(実技80%口頭試問20%)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	上記の基本的スキルは、スポーツ現場だけでなく、様々な分野で活動していく上で必要になるものです。方法論だけを学ぶのではなく、なぜそうなのか？何を根拠にそのアプローチをするのか？といった疑問を持ち、根拠のあるアプローチができるようになりましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	レクリエーション理論演習Ⅰ	担 当 教 官 名	山本満佐子
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	アイスブレーキング、ホスピタリティ、		
授業の概要 及び到達目標	心を元気づけるというレクリエーションの考え方や社会における意義について学び、対人援助においてレクリエーション活動を有効に活用するための理論と方法を、演習を通して学び考える。 資格;レクリエーション・コーディネーター、スポーツレクリエーション指導者、障害者スポーツ指導員中級、コミュニケーションファシリテーター、レクリエーション・サポーター		
講義計画・内容	1. オリエンテーション及び資格について 2. 楽しさと心の元気づくりの理論 3. レクリエーション・インストラクターの役割 4. 信頼関係づくりの理論 5. 信頼関係づくりの方法・ホスピタリティ 6. 良好な集団づくりの理論 7. 良好な集団づくりの方法・アイスブレーキングモデル 8. 自主的、主体的に楽しむ力を育むレクリエーション活動の理論 9. レクリエーション支援の実施1 10. レクリエーション支援の実施2 11. レクリエーション支援の実施3 12. レクリエーション支援の実施4 13. レクリエーション支援の実施5 14. レクリエーション支援の実施6 15. まとめ		
準備学習	プログラム計画案の作成と発表に必要な用具の準備		
教科書・教材等	関係資料配布		
授業の形式 教育機器の活用	教室及びスタジオ レク財に必要な用具		
成績評価の方法	試験(実技・発表・提出物):70% 出席評価点:20% 平常評価点10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	授業への積極的な参加状況。演習の際に気付いた留意点や忘れがちなルールなどの記録をとっておく。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎分野
授業科目名	基礎栄養学	担 当 教 官 名	上萩 環
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	身体の成長や発達、健康維持。疾病予防に必要な栄養素を理解する		
授業の概要 及び到達目標	身体の成長や発達、健康維持、疾病予防に必要な栄養素を理解し、食生活の改善や健康維持に役立てるだけでなく、指導者として競技者に対して正確に効果的なサポートを実施できるように知識を養うことを到達目標とする。		
講義計画・内容	1, オリエンテーション(授業の進め方・成績評価)、基礎栄養学とは 2, 栄養素とその働き①炭水化物 3, 栄養素とその働き②脂質 4, 栄養素とその働き③タンパク質 5, 栄養素とその働き④ビタミン 6, 栄養素とその働き⑤ミネラル 7, 小テスト・解説 8, 課題発表(グループワーク・プレゼン発表) 9, 水の働き 10, 食物繊維の働き 11, 栄養の消化と吸収 12, 小テスト・解説 13, 課題発表(グループワーク・プレゼン発表) 14, 前期試験 15, 試験解説		
準備学習	授業予告の内容を確認し事前に調べておく。		
教科書・教材等	講師準備資料		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	試験70% 平常点10% 出席点20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	試験は授業プリントの内容を出題します。配布するプリントは失くさないように各自で管理していきましょう。 授業内で行う復習問題をしっかり解き、理解するようにしていきましょう。 授業に関係のない私語や他人に迷惑をかける行為は慎むようにしてください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	基礎分野
授業科目名	情報技術 I・II	担 当 教 官 名	新子 広美
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	通 年
必修・選択の別	必修	授業回数	30回
授業のキーワード	AI・情報リテラシー, データ分析, プレゼンテーション		
授業の概要 及び到達目標	AI技術の発展に伴い、必要とされるリテラシーやスキルも変容している。授業では現代に即した情報やデータの扱いを学ぶと共にWord・Excel・PPを用いた文書作成・データ分析・プレゼンテーションの実践力向上を目指す。「何がしたいのか」⇒「そのためには何が必要か」の発想で授業を進める。また、操作性の向上と分析を目的としたキータッチ測定を毎回実施する。アプリケーションごとの到達目標は以下のとおりである。 ●Word・・・①図表を適切に扱い効果的かつ常識的な文書作成ができる②レポート・論文作成のツールを正しく活用できる ●Excel・・・①関数を含む計算式を設定した作表ができる ②数値を適切に可視化ができる ③データ分析を行い、考察を導き出すことができる ●PowerPoint・・・①構成力・表現力のあるスライド作成ができる ②グループで協調し、数値的根拠に基づいた訴求力のあるプレゼンテーションができる 担当講座:情報科学, 統計学, データ解析手法(R言語), 知識処理. 専門分野:空間情報学, 修士(都市情報学).		
講義計画・内容	1. 授業概要・AI活用の注意点と情報の扱い 2. Word文書の体裁①文字書式 3. Word文章の体裁②段落書式 4. Word定型文書と印刷設定 5. Wordグラフィック①描画・画像編集 6. Wordグラフィック②表作成と編集 7. Word総合復習問題 8. Word応用①データ連携(差込印刷) 9. Word応用②レポート・論文のための機能(脚注・目次・図表番号・文献管理) 10. Excel基本①表作成・書式 11. Excel基本②四則演算・基礎関数 12. Excel基本③絶対指定・応用関数 13. Excelグラフ①各種グラフ・編集 14. 前期テスト 15. 試験解説・前期総まとめ 16. Excelデータベース①テーブル機能(集計・ソート・抽出) 17. Excelデータ分析①基本統計量 18. Excelデータ分析②散布図・ヒストグラム 19. Excelデータ分析③相関分析 20. PP機能①基本操作とスライド作成 21. PP機能②各種効果設定 22. PP機能③リンク・データ統合 23. PPプレゼン作成(個人) 24. PPプレゼン発表(個人) 25. PPプレゼン作成①グループワーク 26. PPプレゼン作成②グループワーク 27. PPプレゼン最終発表① 28. PPプレゼン最終発表② 29. 後期テスト 30. 試験解説・後期総まとめ		
準備学習	・授業前までにPCでTeamsのログイン確認をしておくこと。 ・不定期に小テストを実施します。解説を聞いた上で理解不足の部分は次回授業までに見直しをしておくこと。		
教科書・教材等	・Word2021&Excel2021&PowerPoint2021 ・必要に応じて資料を配布します		
授業の形式 教育機器の活用	対面講義・実習(PC使用)		
成績評価の方法	定期試験(前期・後期各1回)50% 平常点(授業態度・課題・発表等)50%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	授業ではほぼ毎回演習課題を提示します。具体的な問題に取り組みながら知識を養い実践的なスキルを身に付けましょう。 ※シラバスの内容は授業の進捗により前後・または変更になる場合があります。 ・個人でデータ保存が必要な場合はUSB持参のこと ・質問は演習時間中に受け付ける		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	基礎医学	担 当 教 官 名	森 宜裕
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	スポーツ傷害 スポーツ外傷 スポーツ障害		
授業の概要 及び到達目標	スポーツ現場で好発する様々な整形外科的傷害や内科的障害を幅広く学びます。怪我の発生機転、病態、治療法、予防法、リハビリテーションなどの基礎を理解することを目指す。部位別で起こりやすい怪我を中心に学び、授業後は人体の構造から怪我の特徴まで答えられるようにする。		
講義計画・内容	1 スポーツ活動中に多いケガや病気(外科) 2 足部・足関節・下腿の傷害① 3 足部・足関節・下腿の傷害② 4 大腿部・膝の傷害① 5 大腿部・膝の傷害② 6 肩甲帯部・肩関節の傷害① 7 肩甲帯部・肩関節の傷害② 8 肘の傷害 9 体幹部の傷害 10 頭頸部の傷害 11 手指・手関節の傷害 12 スポーツ内科学 13 まとめ① 14 まとめ② 15 定期テスト		
準備学習	各回の内容を復習し次回講義に臨むこと。定期的に小テストを実施する。		
教科書・教材等	日本スポーツ協会公認テキストⅠⅡⅢ 公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト③スポーツ外傷・障害の基礎知識		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	スポーツに関わる仕事に就く上で、人体の構造を理解し、スポーツで起こる傷害の発生メカニズムを知ることが重要です。様々なスポーツ傷害を理解することで、応急処置や検査・評価、アスレティックリハビリテーションや傷害予防にもつながる授業です。現場に出た際に多くの傷害に直面すると仮定して、理解できない範囲がないよう積極的に取り組んでください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎分野
授業科目名	スポーツ生理学 I	担 当 教 官 名	西岡 大輔
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	エネルギー供給機構		
授業の概要 及び到達目標	生理学や解剖学を基礎とし、運動時によって生じる身体の変化や適応、また運動効果等について基礎から習得します。		
講義計画・内容	1 運動生理学について 2 生理学の基礎 3 運動器の仕組みと働き① 4 運動器の仕組みと働き② 5 運動器の仕組みと働き③ 6 呼吸器系の仕組みと働き① 7 呼吸器系の仕組みと働き② 8 循環器系の仕組みと働き① 9 循環器系の仕組みと働き② 10 エネルギー供給システム① 11 エネルギー供給システム② 12 スポーツバイオメカニクスの基礎① 13 スポーツバイオメカニクスの基礎② 14 定期試験 15 まとめ		
準備学習			
教科書・教材等			
授業の形式 教育機器の活用			
成績評価の方法	定期試験70% 出席20% 平常10%		
担当教官から (履修に当たっての 留意点)			

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	ストレングス&コンディショニングⅠ	担 当 教 官 名	渡辺 清二
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード	レジスタンストレーニング ストレングストレーニング		
授業の概要 及び到達目標	レジスタンストレーニングにおける基礎的知識を学び、指導者として正しいレジスタンストレーニングのテクニックを演習を通して身に付け学びます。 また指導者としての視点から、トレーニングを通じて人の身体・動作を理解する力を身につける。 パーソナルトレーナーとしての10年を超える経験から、トレーニング指導に至る前の身体の評価の重要性および、人・ヒト・身体への考察を深くする事の重要性を伝える。		
講義計画・内 容	1 オリエンテーション 2 トレーニングの原理原則(講義) 3 トレーニングを安全に行うために(講義) ベンチプレス・スクワットについての解説及び実技 4 ベンチプレス・スクワット及びそれぞれの種目の発展等についての解説及び実技 5 デッドリフト(ルーマニアンデッドリフト)についての解説及び実技 6 デッドリフト(ルーマニアンデッドリフト)・ベントオーバーロウについて解説及び実技 7 実施済み種目についてのまとめ(講義) 8 体幹トレーニングについて解説及び実技 9 体幹トレーニングについて解説及び実技 10 肩部トレーニングの解説及び実技 11 片側種目について解説及び実技 12 片側種目について解説及び実技 13 複数種目の組み合わせについての解説及び実技 14 定期テスト 15 まとめ		
準備学習	機能解剖についてトレーニング種目との関連を考慮して学習する。		
教科書・教材等	プリントを配布します。		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	最終的な目標はトレーニングが指導できることです。トレーニングが出来る事は指導をする際にとても重要です。 またトレーニング指導の際には人の動作を評価・理解しようとする事が不可欠です。自身のトレーニングで完結せずに周囲の人の動きを見て考える習慣をつけましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	ストレンクス&コンディショニングⅡ	担 当 教 官 名	渡辺 清二
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード	レジスタンストレーニング ストレングストレーニング コレクティブエクササイズ		
授業の概要 及び到達目標	レジスタンストレーニングにおける基礎的知識を学び、指導者として正しいレジスタンストレーニングのテクニックを演習を通して身に付け学びます。 また指導者としての視点から、トレーニングを通じて人の身体・動作を理解する力を身につける。 パーソナルトレーナーとしての10年以上の経験から、トレーニング指導に至る前の身体の評価の重要性および、人・ヒト・身体への考察を深くする事の重要性を伝える。		
講義計画・内容	1 ガイダンス 2 ベンチプレス及び発展種目についての解説及び実技 3 スクワット及び発展種目についての解説及び実技 4 ベントオーバーロウ及び発展種目についての解説及び実技 5 デッドリフト及び発展種目についての解説及び実技 6 ファンクショナルな動作およびコレクティブエクササイズについて 7 ファンクショナルな動作およびコレクティブエクササイズについて 8 移動を伴う重量負荷種目についての解説及び実技 9 体幹トレーニングについて解説及び実技 10 体幹トレーニングについて解説及び実技 11 1時間のトレーニングセッションを体感 12 1時間のトレーニングセッションについての解説 13 1対複数人に対してのトレーニング指導演習 14 定期テスト 15 まとめ		
準備学習	前期S&G1の復習および機能解剖についてトレーニング種目との関連を考慮して学習する。		
教科書・教材等	プリントを配布します。		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	最終的な目標はトレーニングが指導できることです。トレーニングが出来る事は指導をする際にとっても重要です。 またトレーニング指導の際には人の動作を評価・理解しようとする事が不可欠です。自身のトレーニングで完結せずに周囲の人の動きを見て考える習慣をつけましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	AT対策 I	担 当 教 官 名	内藤誠二
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	機能的解剖学・スポーツ医学・スポーツ外傷、障害		
授業の概要 及び到達目標	アスレティックトレーナー試験である理論試験合格に向けた基礎知識を付ける。		
講義計画・内容	第1回 オリエンテーション AT試験に向けた取り組みについて 第2回 機能的解剖学の基礎知識 第3回 機能的解剖学の基礎知識 第4回 機能的解剖学の基礎知識 第5回 機能的解剖学の基礎知識 第6回 機能的解剖学の基礎知識 第7回 機能的解剖学の基礎知識 第8回 機能的解剖学のまとめ 第9回 スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 第10回 スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 第11回 スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 第12回 スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 第13回 スポーツ医学・スポーツ外傷、障害のまとめ 第14回 定期試験 第15回 まとめ・試験解説		
準備学習	解剖学・生理学・スポーツ医学で学習する内容が基礎であるため、これらの科目は理解しておく。授業で行う。授業の進行スピードが早いいため、毎回の授業で不明な点は復習をして次回の授業に臨むことが望ましい。		
教科書・教材等	アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第2巻、第3巻 配布資料		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験(前期・後期各1回)70% 平常点(出席率、授業態度等)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	アスレティックトレーナー試験は難易度が高く、合格率も高くはありません。しかし決して合格が不可能な試験ではありません。1年生から地道に努力を続けることが合格への第1歩です。諦めることなく一緒に合格を目指しましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	機能的解剖学Ⅰ・Ⅱ	担 当 教 官 名	内藤誠二
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	通 年
必修・選択の別	必修	授業回数	30回
授業のキーワード	骨・関節を中心とした運動器の構造と機能 運動学		
授業の概要 及び到達目標	機能的解剖学は身体の動きを骨・関節・筋肉を中心に科学的に分析する学問である。この授業の到達目標を以下に挙げる。 (1)身体の骨・関節・筋肉の名称を知り、それぞれの関係性を説明することができる (2)スポーツ傷害や各種のエクササイズと身体機能の関係性について説明することができる		
講義計画・内容	第1回 総論 身体を表し方・面と軸 第2回 総論 関節運動 第3回 総論 関節運動 第4回 総論 靱帯・腱・筋肉 第5回 各論 脊柱の解剖学 第6回 各論 脊柱の解剖学② 第7回 各論 肩関節の解剖学 第8回 各論 肩関節の解剖学② 第9回 各論 肘関節の解剖学 第10回 各論 肘関節の解剖学② 第11回 各論 手関節の解剖学 第12回 各論 手関節の解剖学② 第13回 各論 上肢の解剖学まとめ 第14回 前期定期試験 第15回 各論 脊柱の解剖学③ 第16回 各論 股関節の解剖学 第17回 各論 股関節の解剖学② 第18回 各論 膝関節の解剖学 第19回 各論 膝関節の解剖学② 第20回 各論 足関節の解剖学 第21回 各論 足関節の解剖学② 第22回 総論 下肢の解剖学まとめ 第23回 各論 肩関節の運動学 第24回 各論 肘関節の運動学 第25回 各論 手関節の運動学 第26回 各論 股関節の運動学 第27回 各論 膝関節の運動学 第28回 各論 足関節の運動学 第29回 後期定期試験 第30回 総論 まとめ		
準備学習	定期的に小テストを実施する。成績には含まれないが小テストで実施した内容は特に重要であるため、理解することが必要である。授業で習う用語だけでなく、宿題として出された内容については理解を深めるようにする。		
教科書・教材等	身体運動の機能解剖【改訂版】 アスレティックトレーナー教本運動器の機能と解剖 その他配布資料		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験(前期・後期各1回)70% 平常点(出席率、授業態度等)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	機能解剖学の基礎知識はヒトの身体を理解するうえで基本であり、最も重要な科目の1つです。専門的な用語や難解な表現が多くありますが、自身の身体でイメージができるような講義を考えています。予習よりも復習を心がけ理解を深めていきましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	スポーツマネジメント論	担 当 教 官 名	梅原 哲朗
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード	マネジメント		
授業の概要 及び到達目標	社会で通用するようなビジネススキルを身につける。 スポーツ業界の動きや社会のトレンドをとらえながら、組織マネジメントを学習する。 マネジメントに必要な知識をより実践的な事例をモデルとして、体感できるようなグループワーク行う。 マネジメントに必要な評価基準の設定と検証をグループワークにて実践する。		
講義計画・内容	①オリエンテーション 業界動向と歴史 ②コンセプト ③組織運営論 ④コンセプトの展開 ⑤評価設定(業界分析) ⑥評価設定(消費者分析) ⑦評価設定(損益分岐点) ⑧企業マネジメント ⑨マネジメントロールモデル(イベント企画) ⑩配置マネジメント ⑪効率化、標準化 ⑫リーダーシップ論 ⑬まとめ・テスト対策 ⑭テスト ⑮試験解説・マネジメントスキルアップ実践		
準備学習	スポーツ・フィットネス業界に興味関心を持つ		
教科書・教材等	配布プリントに記入する欄があり、プリント内容からテストを作成		
授業の形式 教育機器の活用	講義 グループワーク グループディスカッション		
成績評価の方法	定期試験(前期1回)80% 平常点(出席率、提出課題等)20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	課題に対して個別もしくは集団で取り組む為、積極的にコミュニケーションを取ってください。コミュニケーション能力をアップしてチーム(組織)のリーダーになれるようになりましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎分野
授業科目名	スポーツバイオメカニクス	担 当 教 官 名	平岡 義光
対 象 学 生	1年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	力、伝達、動作分析		
授業の概要 及び到達目標	生物の構造や運動を力学的に捉え、ヒトの身体における構造、筋、神経、力学的な基礎について習得します。		
講義計画・内容	1 バイオメカニクスとは 2 筋の内部構造と筋収縮について 3 筋力とその伝達について 4 運動の調整機構について 5 運動と力学の法則について 6 高く跳ぶ動作への応用 7 遠くへ跳ぶ動作への応用 8 歩く、走る動作への応用について① 9 歩く、走る動作への応用について② 10 打つ動作への応用について 11 蹴る動作への応用について 12 泳ぐ動作への応用について① 13 泳ぐ動作への応用について② 14 定期試験 15 まとめ		
準備学習	0		
教科書・教材等	やさしいスポーツバイオメカニクス、⑤検査・測定と評価		
授業の形式 教育機器の活用	0		
成績評価の方法	定期試験70% 出席20% 平常10%		
担当教官から (履修に当たっての 留意点)	0		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	基礎分野
授業科目名	トレーニング科学 I	担 当 教 官 名	片淵 建
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	トレーニングの基礎を学ぶ		
授業の概要 及び到達目標	トレーニングの基礎を学び、トレーニングプログラムを立案作成ができるようになる。 1、科学的根拠に基づいたトレーニングを理解する。 2、対象者のニーズに応じられるトレーニング処方ができる。		
講義計画・内容	1、オリエンテーション 2、トレーニングの原則① 3、トレーニングの原則② 4、トレーニングの基礎① 超回復－エネルギー供給機構 5、トレーニングの基礎② 筋の収縮様式 6、ピリオダイゼーション① 7、ピリオダイゼーション② 8、トレーニングカテゴリー① 9、トレーニングカテゴリー② 10、個別トレーニングプログラム立案作成① 11、個別トレーニングプログラム立案作成② 12、集団トレーニングプログラム立案作成① 13、集団トレーニングプログラム立案作成② 14、まとめ 15、試験解説		
準備学習	機能解剖学		
教科書・教材等	授業毎に資料を配布する		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たっての留意 点)	主観的なトレーニングではなく、科学的根拠に基づいたトレーニングを実施、指導ができるようにしてください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	プログラム指導演習Ⅰ	担 当 教 官 名	岡部 智美
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	専攻必修 (フィットネスインストラクター専攻)	授業回数	15コマ
授業のキーワード	プログラム作成、指導、洞察力、集団指導、レッスン展開		
授業の概要 及び到達目標	【概要】エアロビクスの基礎知識や技術を実際の現場での対象者に合わせたプログラム作成と指導に結びつけて考える力を身に付ける。 【目標】①対象者やその時の状況に臨機応変に対応できるようになる。 ②視る力(観察力)を身に付ける。		
講義計画・内容	①課題授業:自己分析、目標設定 ②実技:レッスン体験、修正ポイントの確認 ③実技:初級の対象者へのプログラム作成&展開1 ④実技:初級の対象者へのプログラム作成&展開と発表 ⑤実技:初中級の対象者へのプログラム作成&展開1 ⑥実技:初中級の対象者へのプログラム作成&展開と発表 ⑦実技:オリジナルでのプログラム作成&展開1 ⑧実技:オリジナルでのプログラム作成&展開と発表 ⑨実技:ローインパクトのみ(前半)、ローハイ(後半)の作成&展開 ⑩実技:観察、修正の再度確認→初級プログラム作成&展開1 ⑪実技:観察、修正の再度確認→初級プログラム作成&展開2 ⑫実技:観察、修正の再度確認→初級プログラム作成&展開3 ⑬実技:テスト練習 ⑭実技:テスト ⑮実技:テスト		
準備学習	1年時に学んだキューイングの復習		
教科書・教材等			
授業の形式 教育機器の活用	音響、スタジオ		
成績評価の方法	実技試験		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	ただレッスンを淡々とこなしレッスンが「発表会」にならないよう、インストラクターというお仕事は人と人とのコミュニケーションで成り立つものであるということ。「やりたいこと」をやるのではなく「お客様が何を必要とされているか」にもこたえられるような洞察力もこの授業を通して身に付けられたらと思います。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	栄養指導論	担 当 教 官 名	加藤 めぐみ
対 象 学 生	2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択	授業回数	15コマ
授業のキーワード	ライフステージと食事 疾病の予防や改善のための食事		
授業の概要 及び到達目標	人は生まれてから命を終えるまでの過程(ライフステージ)で、体は大きく変化し必要となる栄養素や食品の形状なども工夫していく必要がある。また、成人期では、生活習慣病が増加し、予防や改善には食習慣を見直すことが重要になってくる。 この科目では、ライフステージごとに気を付けたい食事や疾病の予防・改善に適した食事とはどのようなものかを理解し、クライアントに提案できるようになることを目指す。		
講義計画・内容	1, オリエンテーション(授業の進め方、成績評価について) ライフステージと食事(妊娠期～高齢期) 妊娠期の体の変化と食事 2, 高齢期の体の変化と食事 3, 食物アレルギーについて(アレルゲン表示、加工食の注意点など) 4, 食品表示(栄養成分表示の見方、強調表示など) 健康食品(消費者庁が管理する保健機能食品について) 5, 高血圧症と食事(原因、減塩の工夫など) 6, 肥満と食事(肥満の原因、低エネルギーでも美味しくなる工夫) 7, 貧血と食事(貧血に注意しなければならない人生のポイント) 8, 骨粗鬆症と食事(骨づくりに必要な栄養素と運動) 9, 便秘と下痢(大腸の働き、便秘の種類と原因など) 10, 11, 健康に役立つメニューの考案・実習 12, 糖尿病と食事(食事と血糖値、原因、食事療法、低エネルギー甘味料) 13, 授業プリントのチェックと後期試験対策 14, 後期のまとめ(後期試験) 15, 試験解説		
準備学習	授業予告の内容をみて、事前に調べておく。		
教科書・教材等	講義テーマに沿った授業プリントを毎回配布。		
授業の形式 教育機器の活用	講義テーマに沿った授業プリントを毎回配布。		
成績評価の方法	試験 70% 授業態度と提出物 10% 出席率 20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	試験は、授業プリントから出題します。毎回配布するプリントは無くさないよう、No.順に各自で準備したファイルに綴っていきましょう。 回毎の復習問題を解いて、理解度を確認し、合格点をクリア出来なければ再度プリントの見直しを行うこと。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画（シラバス）

学科	スポーツ科学科	授業科目区分（基専）	専門
授業科目名	スポーツメディア論	担当教官名	久保大輔
対象学生	2年生	履修学期	前期
必修・選択の別	選択	授業回数	15コマ
授業のキーワード	インプット、アウトプット、マーケティング		
授業の概要 及び到達目標	ビジネスにおける広報力を、スポーツを題材に習得する。 インプットする力、アウトプットする力、アウトプットをマネタイズする力の3領域の基礎を学び、実戦形式で身体知化する。		
講義計画・内容	1 オリエンテーション 2 インプットトレーニング 3 アウトプットトレーニング 4 インプットトレーニング（中級） 5 アウトプットトレーニング（中級） 6 マネタイズにおけるメディアの役割①：ターゲティング 7 マネタイズにおけるメディアの役割②：強み（メッセージ） 8 マネタイズにおけるメディアの役割③：競合相手 9 組織のビジョンとメッセージングの一貫性 10 イベントにおけるメディアの役割 11 プレゼンテーション（資料作成の基礎：フォント、文字数、体裁、バランス） 12 プレゼンテーション（何を書いて、何を言う、言わない、時間制限） 13 プレゼンテーション（グループワーク、スライド作成、プレゼン準備） 14 定期試験 15 まとめ		
準備学習	特になし		
教科書・教材等	講師作成スライドを使用		
授業の形式 教育機器の活用	講義→ディスカッション→プレゼン		
成績評価の方法	定期試験70% 出席20% 平常10%		
担当教官から （履修に当たっての 留意点）	SNSなどのメディアを用いて、組織や個人をPRすることが当たり前の時代において、 自らの強みをどのように言語化し、発信できるかに関心を寄せたい。 そのためにさまざまな情報をインプットする力も身につけてもらいたい。 理想的には、インプットとアウトプットをとおしてマネタイズする設計図を描けるまでレベルアップを志向する。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	ビジネス検定対策	担 当 教 官 名	近藤 千明
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	ビジネスマナー 敬語 接客応対 ビジネス文書		
授業の概要 及び到達目標	社会全体の変化に伴い、求められる人材像も大きく変わっています。しかし、仕事に取り組む姿勢や信頼される人間関係についてなど、基本的な部分は変わることなく、むしろそうしたことがきちんと身につけているかが求められています。この授業では、企業や組織の仕組みやルールを学び、社会人としてのマナーをしっかりと身につけることを目標にします。そうした学びが就職活動や社会人としての評価につながります。ビジネス実務マナー検定などビジネス系検定の取得を目指します。□		
講義計画・内容	第1回 必要とされる資質 ビジネスマンとしての資質 第2回 必要とされる資質 執務要件 第3回 企業実務 組織の機能性 第4回 対人関係 人間関係/マナー 第5回 対人関係 話し方 第6回 対人関係 交際 第7回 電話実務 会話力 第8回 電話実務 対応力 第9回 技能 情報/会議 第10回 技能 文書 第11回 技能 事務機器/事務用品 第12回 検定対策 第13回 検定対策 第14回 前期試験 第15回 前期学習内容のまとめ		
準備学習	新聞、ニュースアプリなどで世の中の動きをチェックしておいてください。		
教科書・教材等	教科書:なし /参考教材:ビジネス実務マナー検定受験ガイドなど		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験、平常点(出席率・課題提出など)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	第1学年後期のビジネスマナーの授業は、ビジネス実務マナー検定3級の試験に沿った内容でしたが、この授業ではさらに就職活動や社会に出てからの実務に役立つよう、ビジネス実務マナー検定2級やビジネス系検定の対策に取り組めます。 前半では講義形式で学美、後半では検定対策の資料を用いながら、より実践的な内容を行います。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	体力相談と運動処方	担 当 教 官 名	藤原 寛
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	必修	授業回数	15
授業のキーワード	体力評価、運動処方、疾病予防、健康づくり		
授業の概要 及び到達目標	体力とは、人間がもっている、或いは獲得した“身体活動を行うことができる能力”であり、先天的な要因も関与する。運動もしくは身体活動と体力との相違点を理解することは、それらが生活習慣病に対して予防的に働く機序を考える意味でも大切である。また、運動処方とは、体力向上のために体力水準に合わせて運動の種類を選択し、その運動の強度・時間・頻度をプログラムし、指導することである。したがって、QOL向上のための健康づくりには、運動・栄養・積極的かつ健康的な生活習慣の確立が重要である。本講義では、1995年から実施している肥満児とその家族を対象とした運動指導を通して得られた知見をベースとして、効果的な指導法を学修することを目標とする。		
講義計画・内容	1.運動処方の意義とその基礎知識 2.運動処方の実際Ⅰ(代謝機能) 3.運動処方の実際Ⅱ(循環器機能) 4.運動処方の実際Ⅲ(呼吸器機能) 5.運動処方の実際Ⅳ(運動器・神経系機能) 6.メディカルチェックと安全管理 7.慢性疾患者の心理と運動プログラムの作成とその留意点 8.リハビリテーションとしての運動プログラムの作成とその留意点 9.高齢者特有の疾患に対する運動プログラムの作成とその留意点 10.障がい者の運動処方の実際とその課題 11.運動処方の評価と再構築の必要性とその意義 12.体力相談に対する対処とその具体的な運動処方の実際(3分間スピーチ含む) 13.運動指導者の安全管理意識と法的責任(3分間スピーチ含む) 14.まとめ(定期試験) 15.試験解説と今後の運動処方の展望		
準備学習	毎回、配布されたプリントをファイルして復習してください。 講義内容をインターネットなどで検索して事前学習しておくことが有効です。		
教科書・教材等	各疾患ごとに運動処方の概要をまとめたプリントを毎回配布します。		
授業の形式 教育機器の活用	講義・スライド・体力や医療機器による測定		
成績評価の方法	定期試験(40%)、研究発表(40%) 平常点(出席率、小テスト等)20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	健康づくりを目指した生活習慣の改善には、運動指導に関する知識とともに実践力が必要です。本講義では、将来的に、個々人の体力に応じた指導計画書が作成できる 能力を学習することが、それぞれの場面で発揮できるよう積極的に取り組んで下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	アロマテラピー検定受験対策	担 当 教 官 名	江上 めぐみ
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択	授業回数	15コマ
授業のキーワード			
授業の概要 及び到達目標	前期課程ではアロマテラピーの基本を学習する。 ・アロマテラピーについて説明できる。 ・精油について説明できる。 ・安全性について説明できる。 後期課程では繰り返し問題を解き、アロマテラピー検定試験に合格する。		
講義計画・内容	①検定試験のしくみ アロマテラピーの活躍 ②アロマテラピーとは 精油とは ③精油の安全な使い方 精油の学習4種 ④アロマテラピーの利用法(1)精油の学習4種 ⑤アロマテラピーの利用法(2)精油の学習5種 ⑥精油の製造法(1)精油の学習4種 ⑦精油の製造法(2)精油の学習3種 ⑧メカニズム(1) 精油の学習3種 ⑨メカニズム(2) 精油の学習4種 ⑩歴史(1) 精油の学習3種 ⑪歴史(2) ⑫アロマテラピーに関係する法律 ⑬まとめ ⑭前期試験 ⑮解答と解説		
準備学習			
教科書・教材等	アロマテラピー検定公式テキスト		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験 70% 平常点 10% 出席点 20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)			

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	体力測定法	担 当 教 官 名	山村 聡
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	新スポーツテスト フィジカルテスト 測定と評価 フィードバック		
授業の概要 及び到達目標	スポーツ現場やフィットネス、医療現場においても、適切な運動処方にはその人のニーズアナリシスと体力測定、評価が必須である。本講義では下記に示す内容を到達目標に講義を進める。 ①体力測定の必要性、活用法を理解し、説明できる。 ②体力測定各種目の測定方法を理解し、対象者を測定できる。 ③測定結果を評価、分析、フィードバックができる。 実務経験:2006年からトレーナーとして活動。小学生から実業団まで様々な競技において体力測定を実施し、現場での指導に活かしている。また、高齢者の健康づくりや地域イベントでも体力測定を行っている。		
講義計画・内容	1. 体力の定義、概論、体力構成要素と測定項目および測定方法(座学) 2. 新スポーツテスト測定実技①(実技) 3. 新スポーツテスト測定実技②(実技) 4. 新スポーツテスト測定実技③(実技) 5. 新スポーツテスト結果分析、フィジカルテスト概論(座学) 6. フィジカルテスト測定(実技) 7. メディカルチェック測定(実技) 8. フィードバック作成(PC) 9. 体組成測定、分析、フィードバック(実技) 10. 1RM測定(実技) 11. アライメント評価、動作分析の実施(実技) 12. 初回面談とスクリーニング、危険因子(座学) 13. 特別なクライアントに対して(実技) 14. 定期試験 15. まとめ(座学)		
準備学習	運動生理学(エネルギー機構等)、解剖学(可動域、主要な筋の起始・停止)の内容は復習しておく。実技を伴うので、日頃から運動やトレーニングをし、体力向上や怪我の予防に努めておく。		
教科書・教材等	毎時資料を配布します。		
授業の形式 教育機器の活用	実技 各種測定器材利用 パソコン(フィードバック作成時)		
成績評価の方法	定期試験(前期)70% 出席点20% 平常点(授業態度、課題レポート)10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	体力測定の知識、技術はどの現場においても必要です。また、NSCA-CPT、健康運動実践指導者、JATIの資格取得にも必須科目となります。臨床で測定を行えるように、授業に取り組んでください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	健康支援演習Ⅱ・Ⅲ	担 当 教 官 名	山本 孝
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	通年
必修・選択の別	コース必修	授業回数	30コマ
授業のキーワード	運動処方 運動指導		
授業の概要 及び到達目標	病院や健康増進施設、老人保健施設には、多様な健康状態の方、様々な目的を有する方が来られます。そんな方々に、しっかりと対応し、満足いただける運動指導が行えるよう、下記の内容に留意し講義を進める。 ①疾患の理解と、運動処方ができる。 ②対象者の行動ステージやニーズに合わせた運動の提案ができる。 ③個別や集団など環境の違いに合わせた運動指導ができる。 実務者経験：1994年より今に至るまで、病院、医師会、介護予防施設、老人保健施設、保健センター、企業の労働組合や健保組合、フィットネスクラブ、カルチャースクール、プロスポーツ選手指導など、多岐なフィールドで運動指導に従事。		
講義計画・内容	1. アイスブレイクと就労希望調査 2. 運動種目別指導 3. 同上(ストレッチング) 4. 同上(筋力トレーニング) 5. 同上(リズム体操) 6. 同上(レクリエーション) 7. 病理別運動指導 8. 同上(上半身外科疾患) 9. 同上(下半身外科疾患) 10. 同上(内科疾患) 11. 年齢別運動指導 12. 同上(幼児) 13. 同上(中高齢者) 14. 前期定期試験 15. 解説、質疑応答 16. 対象別運動指導 17. 同上(個別、少人数) 18. 同上(集団) 19. 同上(行動ステージ) 20. 集団指導練習 21. 同上(例:膝痛、右半身まひ等) 22. 同上(例:三世代交じり 等) 23. 同上 24. 同上 25. 同上 26. 同上 27. 同上 28. 同上 29. 後期定期試験 30. 解説、質疑応答		
準備学習	ほかの授業でしっかり学んでいることが基本です。		
教科書・教材等			
授業の形式 教育機器の活用	講義・演習		
成績評価の方法	定期試験(前期後期各1回) 80% 平常点(出席率、授業態度) 20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	学生のうちに沢山の知識や実技を学びインプットするも、実際の現場で上手にアウトプット出来なければ、学んだものの持ち腐れです。 この授業では、学校で学んだものをしっかりアウトプットできる様、サポート致します。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	障がい者スポーツ演習	担 当 教 官 名	松宮 智志
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択	授業回数	15回
授業のキーワード	障がい、障がい者、スポーツ		
授業の概要 及び到達目標	障がいのある人にとって、からだを動かすことの重要性を学んでいただきます。また、障がいのある人がスポーツをする上で受ける様々な障がい(ハード、ソフト)について学び、それをどのように克服してもらうために、どのようなことに注意することが必要等を学んでいただきます。		
講義計画・内容	1回目: 障害概論 2回目: 障害概論 3回目: 第1章 スポーツインテグリティと指導者に求められる資質 4回目: 第3章 パラスポーツの意義と歴史 5回目: 第14章 各障がいの理解、第17章 各障がいのスポーツ指導上の留意点 6回目: 第17章 各障がいのスポーツ指導上の留意点 7回目: 障がい者スポーツ体験(ボッチャ) 8回目: 障がい者スポーツ体験(ボッチャ) 9回目: 第22章 全国障害者スポーツ大会の概要 10回目: 第23章 全国障害者スポーツ大会の歴史と目的・意義 11回目: 第24章 全国障害者スポーツ大会の実施競技と障害区分 12回目: 第24章 全国障害者スポーツ大会の実施競技と障害区分 13回目: 1回目～12回目までの講義ポイント解説 14回目: テスト 15回目: 解説・ねがい		
準備学習	普段から新聞等の情報から「障がい」について関心をもっていたきたい。		
教科書・教材等	障がいのある人のスポーツ指導教本		
授業の形式 教育機器の活用	講義、障がい者スポーツ体験		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点口		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	障がいのある人のスポーツ(からだを動かすこと)の重要性、また指導方法を学んでいきましょう。その知識等は必ず障がいのある人に対してだけではなく、ご高齢の方等への指導にも十分に役立つものとなります。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	スポーツ医学Ⅱ	担 当 教 官 名	森 宜裕
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	専攻必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	スポーツ医学、外傷、障害		
授業の概要 及び到達目標	スポーツ医学は、トレーニングやスポーツが身体に与える影響を踏まえて、医学的知識を競技力向上や健康の保持増進と役立てること、運動学的知識を予防や応急処置、アスレティックリハビリテーションなどに役立てるために、医学と運動学を融合させた学問といえる。本講義では下記に示す内容を到達目標に講義を進める。 ①基本的な解剖学、運動学、生理学用語を使用することができる。 ②スポーツ活動中に多い整形外科的外傷・障害の基本的知識を説明できる。 ③スポーツ活動中における外傷・障害の原因、対処法を説明できる。		
講義計画・内容	1. 頸部のスポーツ外傷・障害 2. 腰・背部・骨盤のスポーツ外傷・障害① 3. 腰・背部・骨盤のスポーツ外傷・障害② 4. 肩部のスポーツ外傷・障害 5. 肘関節のスポーツ外傷・障害 6. 手・手指のスポーツ外傷・障害 7. 重症な外傷(頭蓋骨骨折、脳損傷) 8. 重症な外傷(脳振盪、脊髄損傷) 9. 重症な外傷(胸腹部外傷、大出血) 10. その他の外傷(顔面、目、鼻) 11. その他の外傷(耳、歯) 12. 年齢、性別による特徴 13. スポーツ整形外科的メディカルチェック 14. まとめ 15. 試験解説		
準備学習	解剖学、運動学、生理学の知識を復習、予習しておく。定期的に小テストを行う。直接成績には加味しないが、定期試験につながる内容であるので、小テスト前後は特に予習・復習を行うこと。		
教科書・教材等	公認アスレティックトレーナー専門テキスト3 スポーツ障害・外傷の基礎知識		
授業の形式 教育機器の活用	講義 必要に応じて実技も実施		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20% 平常点10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	スポーツ現場で応急処置やテーピング、アスレティックリハビリテーションを行う際に基本的な医学の知識は欠かせません。本講義では日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーの筆記試験に対応するための知識だけでなく、現場において役立つ知識・技術もお話したいと考えています。現場をイメージして授業に積極的に取り組んで下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	コーディネーショントレーニング	担 当 教 官 名	浅居 健吾
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	コーディネーショントレーニング・発達発達		
授業の概要 及び到達目標	トレーニング指導はスポーツ現場ではもちろん、高齢者施設内でも幅広い対象者に行われている。将来トレーニング指導を生業としてくためにはトレーニングに対する知識、技術を高めていくだけでなく実際に指導練習を繰り返す行っていくことが必須となる。 本講義では、下記に示す内容を到達目標に実技中心の講義を進める。 ①コーディネーショントレーニングの基礎知識を理解し説明できる。 ②リスクマネジメントを考えた上でプログラミング・トレーニング指導ができる。		
講義計画・内容	1. オリエンテーション 2. コーディネーショントレーニング概要1 リズム・定位能力について 3. コーディネーショントレーニング概要2 反応・識別能力について 4. コーディネーショントレーニング概要3 変換・バランス能力について 5. コーディネーショントレーニング概要4 連結能力について 6. コーディネーショントレーニング実技1 リズム・定位能力 7. コーディネーショントレーニング実技2 反応・識別能力 8. コーディネーショントレーニング実技3 変換・バランス能力 9. コーディネーショントレーニング実技4 連結能力について 10. コーディネーショントレーニング実技5 まとめ 11. 指導実技1 12. 指導実技2 13. 指導実技3 14. 定期試験 15. 試験解説		
準備学習	特になし		
教科書・教材等	教科書なし		
授業の形式 教育機器の活用	講義 実技		
成績評価の方法	定期試験、平常点(出席率・課題提出など)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	健康にスポーツを行ううえでトレーニングは必要不可欠です。本講義ではトレーニングの基礎的な知識から体験談を通して感じた事などをお伝えしたいと思っています。 将来クライアントさんに対して実際に指導を行う事をイメージしながら取り組んで頂きたいと思っています。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	トレーニング演習	担 当 教 官 名	浅居 健吾
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	トレーニング・歩行動作・リスクマネジメント		
授業の概要 及び到達目標	トレーニング指導はスポーツ現場ではもちろん、高齢者施設内でも幅広い対象者に行われている。将来トレーニング指導を生業としてくためにはトレーニングに対する知識、技術を高めていくだけでなく実際に指導練習を繰り返す行うことが必須となる。 本講義では、下記に示す内容を到達目標に実技中心の講義を進める。 ①トレーニングの基礎知識を理解し説明できる。 ②リスクマネジメントを考えた上でトレーニング指導ができる。		
講義計画・内容	1. オリエンテーション・体力について(行動、防衛体力) 2. トレーニングの効果・副次的効果 3. 歩行動作について1 4. 歩行動作について2 5. 股関節の機能について 6. 股関節エクササイズ 7. 体幹機能について・コア系エクササイズ 8. スクワットについて・エクササイズ 9. カウンセリング・プログラム立案 10. トレーニング指導実践1 11. トレーニング指導実践2 12. トレーニング指導実践3 13. まとめ・試験説明 14. 定期試験 15. 試験解説		
準備学習	身体全体の解剖、機能については理解しておく。		
教科書・教材等	教科書なし		
授業の形式 教育機器の活用	講義 実技		
成績評価の方法	定期試験、平常点(出席率・課題提出など)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	健康にスポーツを行ううえでトレーニングは必要不可欠です。本講義ではトレーニングの基礎的な知識から体験談を通して感じた事などをお伝えしたいと思っています。 将来クライアントさんに対して実際に指導を行う事をイメージしながら取り組んで頂きたいと思います。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画（シラバス）

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	JATI受験対策Ⅰ	担 当 教 官 名	大西 城太郎
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード			
授業の概要 及び到達目標		日本トレーニング指導者協会トレーニング指導者の資格取得に必要な知識を身につけ、トレーニング指導者の資格取得し、将来の仕事に役立てることを目標とします。	
講義計画・内容		第1回 オリエンテーションと体力トレーニング総論 第2回 機能解剖(上肢、脊柱と胸郭) 第3回 機能解剖(脊柱と胸郭、下半身) 第4回 機能解剖(下半身)とバイオメカニクスの基礎理論 第5回 スポーツ動作のバイオメカニクス 第6回 呼吸循環系・エネルギー代謝と運動 第7回 骨格筋系、神経系、内分泌系と運動 第8回 運動と栄養の基礎理論 第9回 対象と目的に応じた栄養摂取 第10回 生活習慣病とスポーツ傷害 第11回 スポーツ傷害と救命救急法 第12回 運動と心理の基礎理論 第13回 運動学習と指導法 第14回 筆記試験 第15回 試験解説と後期に向けて	
準備学習		授業で学ぶ内容に該当する部分を読んでくること。	
教科書・教材等		トレーニング指導者テキスト[理論編]	
授業の形式 教育機器の活用		講義(練習問題を解いていきます)	
成績評価の方法		毎回の授業の中での確認テストと筆記試験	
担当教官から (履修に当たっての留意点)		資格の取得は自分の社会的評価を高める1つの方法です。多くの人がチャレンジをして、資格取得してほしいと思っています。みんなでがんばりましょう！	

2025年度 京都医健専門学校 授業計画（シラバス）

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	フィットネス演習	担 当 教 官 名	大西 城太郎
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード 指導案作成 指導の実践			
授業の概要 及び到達目標	自分が知っている、できるということとそれを人に説明したり、指導したりすることには大きな違いがあります。また、実際にプログラムを指導する時にはプログラムの構成を考えたり、正しい見本を見せたり、どのような説明をするのかを考えたりする必要があります。この授業では、バランスボール、ストレッチポール、自体重のレジスタンストレーニングを題材にプログラムを構成する力と指導する力を身につけることを目標とします。		
講義計画・内容	第1回 オリエンテーションとバランスボールエクササイズⅠ 第2回 バランスボールエクササイズⅡ 第3回 バランスボールエクササイズⅢ 第4回 バランスボールエクササイズ指導案作成 第5回 バランスボールエクササイズの指導 第6回 バランスボールエクササイズの指導 第7回 ストレッチポール（ベーシックセブン） 第8回 ストレッチポール（ペルコン・ソラコン） 第9回 ストレッチポールの指導案作成 第10回 ストレッチポールの指導 第11回 ストレッチポールの指導 第12回 自体重のレジスタンストレーニング（上肢・体幹） 第13回 自体重のレジスタンストレーニング（体幹・下半身） 第14回 自体重のレジスタンストレーニングの指導 第15回 自体重のレジスタンストレーニングの指導		
準備学習	バランスボールのトレーニング種目やストレッチポールの使い方、自体重のレジスタンストレーニングにはどのような種目があるのかなどについて事前に調べておく。		
教科書・教材等	教科書：なし / プリントを適宜配布		
授業の形式 教育機器の活用	講義と実技		
成績評価の方法	3回の実技指導と指導案の内容		
担当教官から （履修に当たっての留意点）	指導案作成の時以外は、毎回、実技を行うので必ず着替えておくこと。バランスボール、自体重のレジスタンストレーニングの時は室内シューズも持ってきてください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎
授業科目名	健康運動実践指導者 I	担 当 教 官 名	大西 城太郎
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	健康・体力づくり、運動指導、健康づくり施策、基礎解剖学、基礎栄養学、生理学、バイオメカニクス		
授業の概要 及び到達目標	【講義概要】 健康・体力づくり事業財団認定の「健康運動実践指導者」資格試験の合格に向けた受験対策です。 【到達目標】 ①安全性の高い各種運動指導を行う上で必要となる専門理論について理解できる。 ②運動がメンタルヘルスに与える影響、緊急時の対応について理解できる。 ③実技課題を通し、【集団指導】における実技見本の見せ方や指導法、動機づけの仕方などを習得できる。		
講義計画・内容	① オリエンテーション(健康運動実践指導者とは) 第1章 健康づくり施策概論(健康の定義) ② 第1章 健康づくり施策概論(第1次国民健康づくり対策～健康日本21(第2次)) ③ 第1章 健康づくり施策概論(メタボリックシンドロームと生活習慣病) ④ 第2章 運動生理学① ⑤ 第2章 運動生理学② ⑥ 第2章 運動生理学③ ⑦ 第3章 機能解剖学とバイオメカニクス① ⑧ 第3章 機能解剖学とバイオメカニクス② ⑨ 第4章 栄養摂取と運動① ⑩ 第4章 栄養摂取と運動② ⑪ 第4章 栄養摂取と運動③ ⑫ 第5章 体力測定と評価① ⑬ 第5章 体力測定と評価② ⑭ 定期試験 ⑮ 解説・総評		
準備学習	各講義時間の前半10分間で小テスト(前回授業内容分)をします。 各講義の復習をして下さい。		
教科書・教材等	【参考書籍】 健康運動実践指導者養成用テキスト【公益財団法人 健康。体力づくり事業財団 発行(2021年3月31日 第16刷発行)】		
授業の形式 教育機器の活用	【授業の形式】 講義 解説用パワーポイント 適時資料を配布		
成績評価の方法	定期テスト(100点換算×0.7):70%、平常点(授業後の課題取り組み、提出等):10%、出席点:20%		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	今日の社会的背景からも「健康づくり」に対するニーズの高まりや必要性が求められています。その指導にあたる指導者はより高い【質】が求められます。「身体」についての基礎的な知識が理解・習得された上で実際の「指導」が必要となります。様々な科目で同じ内容を履修すると思いますが、何度も振り返りするという事は、それだけ重要性が高いためになりますので、これを機に再確認や理解していなかった部分を改めて習得してください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎分野
授業科目名	健康運動実践指導者Ⅱ	担 当 教 官 名	大西 城太郎
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	健康・体力づくり、運動指導、安全性、メンタルヘルス、健康づくりのための運動、有酸素運動、無酸素運動、救急処置		
授業の概要 及び到達目標	【講義概要】 健康・体力づくり事業財団認定の「健康運動実践指導者」資格試験の合格に向けた受験対策です。 【到達目標】 ①安全性の高い各種運動指導を行う上で必要となる専門理論について理解できる。 ②運動がメンタルヘルスに与える影響、緊急時の対応について理解できる。 ③実技課題を通し、【集団指導】における実技見本の見せ方や指導法、動機づけの仕方などを習得できる。		
講義計画・内容	① 実技① レジスタンス運動の指導(指導フォーマットの作成及び5種目の指導実技練習) ② 実技② レジスタンス運動の指導(5種目中2種目を2分以内で"指導"する) ③ 実技③ 有酸素運動(エアロビックダンス)の指導(指導フォーマット作成及び動きを覚え、キューイン練習) ④ 実技④ 有酸素運動(エアロビックダンス)の指導(運動の効果・特性を踏まえ、実技"指導"を行う) ⑤ 実技⑤ 5分/人の"指導"練習(レジスタンス運動→有酸素運動の指導) ⑥ 第6章 健康づくりと運動プログラム(アクティブガイドと安全性について) ⑦ 第6章 健康づくりと運動プログラム ⑧ 第7章 運動指導の心理学的基礎知識 ⑨ 第8章 健康づくり運動の実際(ウォームアップとクールダウン、ウォーキングとジョギング) ⑩ 第8章 健康づくり運動の実際(エアロビックダンスと水中運動) ⑪ 第8章 健康づくりと運動の実際(レジスタンス運動) ⑫ 第9章 運動障害と予防・救急処置(運動中止の判定、内科的急性・慢性障害) ⑬ 第9章 運動障害と予防・救急処置(突然死の予防、救急蘇生とファーストエイドなど) ⑭ 定期試験 ⑮ 解説・総評		
準備学習	各講義時間の前半10分間で小テスト(前回授業内容分)をします。 各講義の復習をして下さい。		
教科書・教材等	【参考書籍】 健康運動実践指導者養成用テキスト【公益財団法人 健康。体力づくり事業財団 発行(2021年3月31日 第16刷発行)】		
授業の形式 教育機器の活用	【授業の形式】講義 解説用パワーポイント 適時資料を配布		
成績評価の方法	定期テスト(100点換算×0.7):70%、平常点(授業後の課題取り組み、提出等):10%、出席点:20%		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	今日の社会的背景からも「健康づくり」に対するニーズの高まりや必要性が求められています。その指導にあたる指導者はより高い【質】が求められます。「身体」についての基礎的な知識が理解・習得された上で実際の「指導」が必要となります。様々な科目で同じ内容を履修すると思いますが、何度も振り返りするという事は、それだけ重要性が高いためになりますので、これを機に再確認や理解していなかった部分を改めて習得してください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画（シラバス）

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	卒業制作	担 当 教 官 名	大西 城太郎
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期・後期
必修・選択の別	必修	授業回数	30回
授業のキーワード チームワーク 計画性 責任感			
授業の概要 及び到達目標	1年間で学んできたことの中から自分たちが興味のあること、調べてみたいことについてテーマを設定しそれに対しての調査・研究を行い、そこから得られた結果についての発表を行う。発表するにあたっては班員全員の協力が必要であり、グループで1つのものを作り上げるというチームワークの大切さも学ぶことも大きなテーマの1つである		
講義計画・内容	第1回 オリエンテーションとグループ分け 第2回 テーマを決める 第3回 テーマを決める 第4回 計画を立てる 第5回 計画を立てる 第6回 先行研究についての調査 第7回 先行研究についての調査 第8回 班ごとによる作業 第9回 班ごとによる作業 第10回 班ごとによる作業 第11回 班ごとによる作業 第12回 班ごとによる作業 第13回 中間発表 第14回 中間発表を受けての今後の展開について考える 第15回 後期の発表に向けての計画を立てる		
準備学習	自分の興味があること、調べていことなどについてメモなどにまとめておくこととパワーポイントやエクセルなどを使えるようにしておくこと		
教科書・教材等	なし		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	授業内での作業の取り組み方や中間発表などの内容		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	卒業制作発表は2年間学んできたことの集大成とも言えるものです。現時点で自分の持てる力を最大限発揮して最高の発表ができるようにがんばりましょう！		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	クラブ経営論Ⅰ	担 当 教 官 名	大塚 章仁
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択	授業回数	15回
授業のキーワード	アシスタントマネージャー 総合型地域スポーツクラブ		
授業の概要 及び到達目標	公認アシスタントマネージャーを養成することをベースに、地域スポーツクラブを対象とした基礎知識を身につける。また、クラブ形態に関わらず共通する運営現場において必要な知識も学び、クラブ経営論Ⅱでのクラブ事業立案の学習に繋げる。		
講義計画・内容	①オリエンテーション・目標設定 ②地域スポーツクラブを取り巻く環境の変化・スポーツ基本法とスポーツ基本計画 ③総合型地域スポーツクラブが取り巻く環境 ④総合型地域スポーツクラブ・マネジメントの仕組み ⑤クラブマネージャー、アシスタントマネージャーとは ⑥クラブマネージャー、アシスタントマネージャー位置づけ ⑦クラブマネージャー、アシスタントマネージャーに求められる能力・目標のチェック ⑧ロジカルシンキング・コミュニケーション ⑨マーケティング・経営戦略 ⑩人、組織のマネジメント・施設の管理と運営 ⑪ホスピタリティ・スポーツクラブの安全管理(リスクマネジメント) ⑫財務・目標の評価 ⑬テスト対策 ⑭定期試験 ⑮テスト返却・解説		
準備学習	各回講義前に下記に示したテキストの該当箇所を熟読しておくこと。また、非営利のスポーツクラブ(NPO法人等のスポーツクラブ)、営利のスポーツクラブ(民間企業のスポーツクラブ)に関わらず、どのようなプログラム展開がなされているかをHP等を通じて情報収集することを心がける。		
教科書・教材等	公認アシスタントマネージャー養成テキスト		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20% 平常点(小テストなど)10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	小テストや提出物はもちろん授業態度等も評価基準となる為、積極的に参加すること。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	クラブ経営論Ⅱ	担 当 教 官 名	大塚 章仁
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択	授業回数	15回
授業のキーワード	アシスタントマネージャー 総合型地域スポーツクラブ		
授業の概要 及び到達目標	クラブ経営に必要な視点を学びます。 公認アシスタントマネージャーを養成することをベースに、クラブの創設・運営に必要な知識を身につける。スポーツクラブに共通するマネジメントの視点から、ビジネスプランを立案できる能力を身につける。		
講義計画・内容	①オリエンテーション・目標設定 ②1年時の復習1 ③1年時の復習2 ④1年時の復習3 ⑤クラブの創設 ⑥自主運営に必要な条件 ⑦顧客とスタッフの定義 ⑧NPO法人格の取得手続き ⑨活動拠点の確保 ⑩財源の確保 ⑪事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 ⑫施設紹介1 ⑬テスト対策 ⑭定期試験 ⑮テスト返却・解説		
準備学習	各回講義前に下記に示したテキストの該当箇所を熟読しておくこと。また、非営利のスポーツクラブ(NPO法人等のスポーツクラブ)、営利のスポーツクラブ(民間企業のスポーツクラブ)に関わらず、どのようなプログラム展開がなされているかをHP等を通じて情報収集することを心がける。		
教科書・教材等	公認アシスタントマネージャー養成テキスト		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20% 平常点(小テストなど)10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	小テストや提出物はもちろん授業態度等も評価基準となる為、積極的に参加すること。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	アクアウォーキングインストラクター	担 当 教 官 名	池田扶実子/新城めぐみ
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	AQWI必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	水の特性 グループEX 指導と指導循環 インストラクション		
授業の概要 及び到達目標	水の特性を活かした「水中レジスタンス」「水中ウォーキング」の指導が出来ることを目標に学ぶ。水中という陸上とは違う環境下での指導・実践する。そのために「水を意識した動作」の習得・鏡のない環境でのインストラクション・水の特性を活かしたプログラミング能力を身につけ、実際の指導に活かす。		
講義計画・内容	4/23 プール 新城 実演「水中ウォーキング」「水中レジスタンス」 サンプルレッスン 5/07 プール 新城 水中ウォーキング 前・横・後歩き 種類と強度 5/14 プール 新城 水中レジスタンス 種類と強度(腹直筋・大胸筋・上背部・大腿四頭筋・股外転筋) 5/28 プール 新城 水の特性 強度の考え方 6/04 プール 新城 水中レジスタンス 指導練習①動き方の説明、注意点(修正・動機付け・注意点) 6/11 プール 新城 水中レジスタンス 指導練習②明確な動作と指導 6/18 プール 新城 水中レジスタンス 指導実演「指導の循環」 6/25 教室 新城 水中における身体の変化と留意すべきこと 7/02 プール 新城 水中ウォーキング 前・横・後歩きの強度変換 7/09 スタジオ 新城 水中ウォーキング 指導(動き方の説明、注意、指導の循環)試験のポイント 7/16 プール 新城 水中ウォーキング 強度をUPするプログラム(指導・実演練習) 7/23 プール 新城 水中ウォーキング 指導実演練習(強度UPを含む) 8/20 プール 新城 水中レジスタンス・水中ウォーキング(指導実践)① 8/27 プール 新城 水中レジスタンス・水中ウォーキング(指導実践)② 9/03 プール 新城・池田 前期試験 実技(水中レジスタンス・水中ウォーキング)AQWI試験を含む		
準備学習			
教科書・教材等			
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	試験70% 出席20% 平常点10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	プールでの授業になります。他施設をお借りして使用するので入館時の「挨拶」「マナー」を守り、授業に挑んでください。授業で行ったことはできるだけ復習し、れレッスンが出来るようになるよう努力してください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	測定と評価	担 当 教 官 名	竹治 久里子
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	測定評価 スペシャルテスト ROM MMT 応急処置		
授業の概要 及び到達目標	アスレティックトレーナーとして必要な検査・測定と評価の基礎的な知識を学ぶ。またその重要性の理解を深め、実際に現場で使える知識・技術を習得する。		
講義計画・内容	第1回 イン트로ダクション 第2回 HOPS/SOAP 第3回 静的姿勢評価 第4回 静的姿勢評価 第5回 静的姿勢評価 第6回 スペシャルテスト 第7回 スペシャルテスト 第8回 スペシャルテスト 第9回 スペシャルテスト 第10回 スペシャルテスト 第11回 スペシャルテスト 第12回 スペシャルテスト 第13回 総復習 第14回 試験 第15回 試験解説		
準備学習	基本的な解剖学や外傷・障害の知識は復習しておいてください。		
教科書・教材等	AT教本「測定と評価」、配布プリント		
授業の形式 教育機器の活用	実技、座学		
成績評価の方法	筆記試験、平常点(小テストなど)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)			

令和 7 年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	運動療法理論演習	担 当 教 官 名	藤原 寛
対 象 学 生	第1学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15
授業のキーワード	運動療法・基礎疾患・疾病予防・リハビリテーション		
授業の概要 及び到達目標	現代社会における真の休養とは、身体を休めることではなく、逆に積極的に身体を動かし、体力水準を高めなければならないことを示唆するものと考えられる。よってQOL向上のための健康づくりは、運動・栄養・休養から運動・栄養・積極的かつ健康的な生活習慣への意識改革が必要である。病後の体力回復や再発の防止、関連疾患の併発とともに、リハビリテーションを実施するための留意点などを学修することが必要となる。 本講義では、臨床現場で取り組んできた生活習慣や肥満を源流とした疾患患者のリハビリテーション指導を通して得られた知見や経験をベースとして、運動療法についての基礎知識から、手技まで幅広く実践できる能力を学修することを目的とする。		
講義計画・内容	1.身体活動の疾患要望効果とその背景 2.生理学的観点からみたQOL向上のための運動療法 3.運動プログラムとその標準的な運動療法の実践 4.代謝機能の観点からみた生活習慣病の運動療法 5.運動療法の実際Ⅰ(虚血性心疾患と心臓リハビリテーション) 6.運動療法の実際Ⅱ(高血圧症) 7.運動療法の実際Ⅲ(呼吸器系疾患) 8.運動療法の実際Ⅳ(肥満症・糖尿病) 9.運動療法の実際Ⅴ(糖尿病・脂質異常症) 10.運動療法の実際Ⅵ(神経系疾患・精神障害) 11.運動療法の実際Ⅶ(整形外科的疾患) 12.慢性疾患に対する運動療法の実際 13.高齢者が自立するための運動療法 14.まとめ・定期試験 15.試験解説と運動療法の現状と今後の展望		
準備学習	毎回、配布されたプリントをファイルして復習してください。 講義内容をインターネットなどで検索して事前学習しておくことが有効です。		
教科書・教材等	主な基礎疾患ごとの運動療法に関するプリントを毎回配布します。		
授業の形式 教育機器の活用	講義・スライド・医療機器による測定		
成績評価の方法	定期試験(後期1回)80% 平常点(出席率、小テスト等)20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	高齢者介護や病後の運動指導の現場では、それぞれの疾患や病態に関する知識を学修することは重要です。本講義は介護や運動指導に必要な知識だけでなく、実際に、運動生理学的根拠に基づいた海外の情報を含めた最新の運動療法に関する内容を講義したいと考えています。将来、それぞれの現場で有用な知識と指導法を積極的に学んで下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	機能的解剖学Ⅲ	担 当 教 官 名	内藤誠二
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	AT必修	授業回数	15回
授業のキーワード	運動器の構造と機能 骨指標の触知		
授業の概要 及び到達目標	解剖学は身体の動きを骨・関節・筋肉を中心に科学的に分析する学問である。この授業の到達目標を以下に挙げる。 (1) 身体の骨・関節・筋肉の名称を知り、それぞれの関係性を説明することができる (2) スポーツで起こる怪我やトラブルと身体機能の関係性について説明ができる (3) 骨・関節・筋肉の位置を正確に触ることができる		
講義計画・内容	第1回 1年次の機能的解剖学の復習 第2回 肩関節の解剖学 第3回 肩関節の触知 第4回 肘関節の解剖学 第5回 肘関節の触知 第6回 手関節の解剖学 第7回 手関節の触知・上肢のまとめ 第8回 股関節・骨盤の解剖学 第9回 股関節・骨盤の触知 第10回 膝関節の解剖学 第11回 膝関節の触知 第12回 足関節の解剖学 第13回 足関節の触知・下肢のまとめ 第14回 定期試験 第15回 まとめ・試験解説		
準備学習	1年次に学習した内容が基本であるため、内容を理解しておく。特に身体の触知は骨・関節が中心となるため名称は最低限理解しておく。実技で実施した内容は特に重要であるため、復習が求められる。		
教科書・教材等	運動療法のための機能解剖学的触診技術（上肢 下肢・体幹）・配布資料		
授業の形式 教育機器の活用	講義・実技		
成績評価の方法	定期試験(前期・後期各1回)70% 平常点(出席率、授業態度等)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	機能的解剖学Ⅲでは覚えた骨・関節をよりイメージして実際に触ることが求められ、スポーツトレーナーとしては必須の内容です。教科書や骨模型で覚えた内容を実施に人体で触れることを目標に理解を深めてきましょう。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	ストレングス&コンディショニング理論演習Ⅲ	担 当 教 官 名	南 川 太 志
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前 期
必修・選択の別	専攻必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	ウエイトリフティング、クリーン、スナッチ、分習法、レジスタンストレーニング		
授業の概要 及び到達目標	ストレングスおよびコンディショニングに関する知識と技術を得し、指導者としての指導テクニックについても実技を通して理解します。クイックリフトが適切にできるようになることをゴールとして、スクワットやデッドリフト、懸垂などのコンベンショナルなエクササイズや、クイックリフトの分習パターンの学習を通して、クイックリフトの動作、指導法を各講義で学びます。 到達目標 ①クリーンを正しいフォームでできるようになる(全習法) ②クリーンの動作局面を説明できるようになる。 ③クリーンの動作局面に応じたエクササイズをできるようになる(分習法) ④できなかったことができるようになる楽しさを、自ら体験し、他者に伝えられるようになる。 【講師トレーニング指導歴】: パナソニックインパルス(アメフト)ストレングスコーチ(2017～現在)/岐阜大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ(2018～現在)/京都大学アメリカンフットボール部学生ストレングスコーチ(2013～2016) 【保有資格等】NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(GSCS)/School of Movement RTF 修了(第3期)/教育学修士(教育学)		
講義計画・内 容	1	オリエンテーション	
	2	クイックリフトの種類	
	3	クイックリフトの動作局面の理解	
	4	クイックリフトの練習	
	5	クイックリフトの練習	
	6	クイックリフトの練習	
	7	クイックリフトの練習	
	8	クイックリフトの練習	
	9	クイックリフトの練習	
	10	クイックリフトの指導方法	
	11	クイックリフトの指導方法	
	12	クイックリフトの段階的指導法	
	13	クイックリフトの段階的指導法	
	14	定期試験	
	15	まとめ	
準備学習	各講義で紹介するエクササイズについて、必ず次回授業までに復習すること。毎回授業のはじめに振り返りと気づきのシェアを行います。練習で撮影した動画を持ってくることも大歓迎です。		
教科書・教材等	NSCA決定版 ストレングストレーニング &コンディショニング 第版,G. Gregory Haff他/篠田邦彦他監修, 2018. ストレングス&コンディショニング<2>エクササイズ編, NSCAジャパン, 2003. Starting Strength: Basic Barbell Training, Mark Rippetoe, 2011.		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	クイックリフトは、あらゆるスポーツで求められるパワーやスピードといった体力要素を、個人個人に適切な負荷で、かつ安全に向上させるのにとても有効なトレーニングです。また、適切なタイミングで適切な方向に必要な力が発揮でき、バーがスムーズに挙上できたときの瞬間はとても楽しいものです。本講義でのクイックリフトの学習(動作理解とそれを起こすための適切なフォーミング学習)を通して、「できなかったことができるようになる気持ち良さ」を感じてもらいたいと考えています。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	ストリングス&コンディショニング理論演習Ⅳ	担 当 教 官 名	南川太志
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	専攻必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	レジスタンストレーニング、パワーエクササイズ、クイックリフト、分習法		
授業の概要 及び到達目標	ストレンクスおよびコンディショニングに関する知識と技術を習得し、指導者としての指導テクニックについても実技を通して理解します。クイックリフトが適切にできるようになることをゴールとして、そこに至るまでに、スクワットやデッドリフト、懸垂などのコンベンショナルなエクササイズを学習します。クイックリフトの分習パターンの学習を通して、クイックリフトの動作、指導法を各講義で学びます。 到達目標 ①パワースナッチを正しいフォームでできるようになる(全習法) ②クリーンの動作局面を説明できるようになる。 ③クリーンの動作局面に応じたエクササイズをできるようになる(分習法) ④できなかったことができるようになる楽しさを、自ら体験し、他者に伝えられるようになる。		
講義計画・内容	① オリエンテーション ② 動作座学 ③ 基礎動作1:柔軟性の獲得/ラックポジション ④ 基礎動作2:フロントスクワット ⑤ 基礎動作3:RDL ⑥ 全習法:ハングクリーン ⑦ 【中間テスト】フロントスクワット/RDL/ハングクリーン ⑧ パワークリーン分習法1:デッドリフト ⑨ パワークリーン分習法2:ジャンプシュラッグ ⑩ パワークリーン分習法3:クリーンハイプル1 ⑪ 指導法1 ⑫ 指導法2 ⑬ 1RM測定 ⑭ 【定期試験】パワークリーン ⑮ まとめ		
準備学習	各講義で紹介するエクササイズについて、必ず次回授業までに復習すること。授業への積極的な参加を狙い、毎回授業のはじめに2人ずつ、1分間スピーチを参加学生に実施してもらいます。		
教科書・教材等	NSCA決定版 ストレンクス&コンディショニング 第版,G. Gregory Haff他/篠田邦彦他監修, 2018. ストレンクス&コンディショニング(2)エクササイズ編, NSCAジャパン, 2003. Starting Strength: Basic Barbell Training, Mark Rippetoe, 2011.		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験70% 出席点20点 平常点10点		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	クイックリフトは、あらゆるスポーツで求められるパワーやスピードといった体力要素を、個人個人に適切な負荷で、かつ安全に向上させるのにとても有効なトレーニングです。と同時に、バーがスムーズに挙上できたときの瞬間はとても楽しく気持ちのいいものです。本講義でのクイックリフトの学習(動作理解とそれを起こすための適切なフォーミング学習)を通して、「できなかったことができるようになる気持ち良さ」を感じてもらいたいと考えています。 【講師トレーニング指導歴】: 京都大学アメリカンフットボール部ヘッドS&Cコーチ/パナソニックインパルス(アメフト)ストレンクスコーチ(2017~2019)/岐阜大学アメリカンフットボール部ストレンクスコーチ(2018~2019) 【保有資格等】NSCA認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト(CSCS)/School of Movement RTF 修了(第3期)/教育学修士(教育学)		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	スポーツショップ演習Ⅰ・Ⅱ	担 当 教 官 名	梅原 哲朗 他
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	選択	授業回数	15回×2コマ
授業のキーワード	スポーツ用品のメンテナンスとメーカーについてを深く掘り下げる		
授業の概要 及び到達目標	種目別スポーツ用品メーカーの現状と用品メンテナンスを実習を通して学ぶ。様々なスポーツの用品を紹介します。使用方法からメンテナンス方法まで、競技特性をふまえて解説、用具によっては実践をして学習します。また、その用品を取り扱うメーカー・ブランドを紹介、業界の勢力図などを解説します。		
講義計画・内容	①サッカー用品メンテナンス ②サッカー・メーカー ③ゴルフ用品メンテナンス ④ゴルフ・メーカー ⑤ラグビー用品メンテナンス ⑥ラグビー・メーカー ⑦水泳・用品・メーカー ⑧フィットネス・用品・メーカー ⑨テニス用品メンテナンス ⑩テニス・メーカー ⑪アメリカンフットボール・用品メンテナンス ⑫アメリカンフットボール・メーカー ⑬陸上・グラウンド用品メンテナンス ⑭グラウンド用品メーカー ⑮トレーニング用品メンテナンス ⑯トレーニング用品メーカー ⑰バレーボール用品メンテナンス ⑱バレーボール・メーカー ⑲野球・バット ⑳野球・用品 ㉑野球・グローブメンテナンス ㉒野球・シューズ ㉓野球・用品メンテナンス ㉔野球・メーカー ㉕ボディケア用品メーカー ㉖スキー、ボード・メーカー ㉗スキー、ボード・用品 ㉘スキー、ボード・メンテナンス ㉙テスト ㉚まとめ		
準備学習	各自が役割を持って授業に臨む。スムーズなコミュニケーションが取れるように協力する。		
教科書・教材等			
授業の形式 教育機器の活用	実習 講義 グループワーク		
成績評価の方法	定期試験(後期1回)70% 平常点(出席率、提出課題等)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	各種目の専門の講師が一種目につき1～3週掘り下げて解説していきます。実習も行いますので、積極的に参加してください。また講師が変わりますので、授業に向かう姿勢も積極的をお願いいたします。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	スポーツビジネス論	担 当 教 官 名	梅原 哲朗
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード	スポーツビジネスを成立させる為に必要なポイント		
授業の概要 及び到達目標	ビジネスを成立させる為に必要な要素の一つ、マーケティング論を事例をもとに、授業内の実習にて実施検証。ビジネスの成功確率アップする為のマーケティングを学ぶ。 また、ビジネススキルとして必要な、企画立案、プレゼンテーション、プロモーション活動などの社外、社内で通用する為のビジネススキルを身につける。事例解説、実習、ディスカッションを中心に学習。組織運営も身につける。		
講義計画・内容	①オリエンテーション マーケティング ②マーケティングⅠ ③マーケティングⅡ ④エリアマーケティング ⑤市場調査Ⅰ ⑥市場調査Ⅱ ⑦企画立案 ⑧企画プレゼンテーション ⑨企画プロモーション ⑩小規模ビジネスモデル実践Ⅰ ⑪小規模ビジネスモデル実践Ⅱ ⑫顧客サービスマネジメント ⑬まとめ・テスト対策 ⑭テスト ⑮試験解説・グループディスカッションスキルアップ実践		
準備学習	グループワーク、ディスカッションをおこなう事が多いので、コミュニケーション取りやすい体制と環境に意識を作る。建設的な意見を発言できる心理的安全な関係を構築できるようにする。		
教科書・教材等	配布プリントに記入する欄があり、プリント内容からテストを作成		
授業の形式 教育機器の活用	講義 グループワーク グループディスカッション		
成績評価の方法	定期試験(前期1回)80% 平常点(出席率、提出課題等)20%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	より実践的な事例から、ビジネスモデルを立案、運営ができるよう授業を通して学習する。また、自ら考える力をビジネスをとおして伸ばしてほしい。グループワークを多く取り入れるので、正しいコミュニケーション能力、組織運営を身につけてください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	レジスタンスエクササイズインストラクター	担 当 教 官 名	梅原 哲郎
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	後期
必修・選択の別	REI必修	授業回数	8コマ
授業のキーワード	レジスタンスエクササイズ、自重トレーニング、健康維持・増進、健康・体力づくり		
授業の概要 及び到達目標	対象者に合わせた自重トレーニングプログラムの作成及び、指導について演習を通し学びます。 また、日本フィットネス協会認定グループフィットネスエクササイズインストラクター(GFI)資格の内、上級資格であるレジスタンスエクササイズインストラクター(REI)の資格取得を目標とします。		
講義計画・内容	1 レジスタンスエクササイズ理論① 2 レジスタンスエクササイズ理論② 3 レジスタンスエクササイズ理論③ 4 実技①(課題Ⅰ) 5 実技③(課題Ⅱ) 6 実技④ 7 学内評価(実技) 8 学内評価(筆記)・まとめ		
準備学習	エクササイズ指導をする際に、筋肉等の運動器の仕組みについて理解が必要になるためよく復習をしておく。 (特に主要な筋の起始・停止・関節の作用や筋の粘弾性について)		
教科書・教材等	REBI・REIのためのレジスタンスエクササイズ指導理論		
授業の形式 教育機器の活用	演習(講義・実技)		
成績評価の方法	定期試験70% 出席20% 平常10%		
担当教官から (履修に当たって の 留意点)			

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	ジュニアスポーツ指導演習Ⅰ・Ⅱ	担 当 教 官 名	柏井 健太
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	通 年
必修・選択の別	専攻必修	授業回数	30コマ
授業のキーワード	幼児体育		
授業の概要 及び到達目標	幼児期からジュニア期のスポーツ指導について、注意点や指導法、プログラム展開などについて演習を通して習得します。 ①幼児に対して体育指導ができる。 ②マット・鉄棒・跳び箱・ボール・縄跳びの指導ができる。 ③マット・鉄棒・跳び箱・ボール・縄跳びの補助ができる。 実務経験:H23年～現在 株式会社トライルに所属する。 幼稚園・保育園に行き、体育指導・サッカー指導を行う。		
講義計画・内容	1.アイスブレイク・レクリエーション 2.マット運動① 3.マット運動② 4.マット運動③ 5.指導案・実践① 6.跳び箱① 7.跳び箱② 8.跳び箱③ 9.指導案・実践② 10.縄跳び① 11.指導案・実践③ 12.実技試験 13.実技試験 14.実技試験 15.まとめ 16.アイスブレイク・ナンバーコール 17.鉄棒① 18.鉄棒② 19.鉄棒③ 20.指導案・実践④ 21.縄跳び② 22.縄跳び③ 23.指導案・実践⑤ 24.ボール① 25.ボール② 26.指導案・実践⑥ 27.実技試験 28.実技試験 29.実技試験 30.まとめ・DVD鑑賞		
準備学習	なし		
教科書・教材等	なし		
授業の形式 教育機器の活用	実技・講義		
成績評価の方法	定期試験(前期・後期各1回)70% 平常点(出席率)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	体育指導だけでなく、アイスブレイクやレクリエーションなども行っていきます。 幼児体育というものが想像つかないと思いますので、子どもの気持ちになって授業に取り組んでください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	販売士2級	担 当 教 官 名	福田 由起
対 象 学 生	第2学年	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	必修	授業回数	15回
授業のキーワード	販売士 マーケティング マーチャンダイジング 販売経営管理 ストアオペレーション 小売業の類型		
授業の概要 及び到達目標	どのような業種であっても、販売促進はとて必要になってきます。スポーツ関係の販売店やブランドショップ、サービス施設で働く際に、どうしたら商品を知ってもらえるのか？買ってもらえるのか？リピーターになってもらえるのか？理論的に学び、実社会で活かせる資格となっております。また販売士の2級は、商品管理ができるマネージャーレベルの内容となっております。		
講義計画・内容	第1回「販売士2級」資格とは、●小売業の類型：流通と小売業の役割 第2回 組織形態別小売業の運営体制、店舗形態別小売業の運営体制 第3回 ●マーチャンダイジング：商品計画の戦略的立案 第4回 販売計画、仕入れ計画の戦略的展開 第5回 販売政策、商品管理政策、物流政策の戦略的展開 第6回 ●ストアオペレーション：店舗運営サイクルの実践と管理 第7回 戦略的ディスプレイの実施方法 第8回 作業割り当ての基本、LSPの役割と仕組み 第9回 人的販売の実践と管理 第10回 ●マーケティング：リテールマーケティング戦略の考え方 第11回 商圈分析と出店戦略の実践、マーケットリサーチ 第12回 リテールマーケティングの展開に必要なリージョナルプロモーションの実践 第13回 ●販売経営管理：販売管理者の法令知識、計数管理と経営分析 第14回 小売業における組織の基本原則と従業員管理、店舗施設の維持管理 第15回 まとめテストと振り返り		
準備学習	授業の前には、ハンドブックの次のところを読んでおいてください。		
教科書・教材等	販売士2級ハンドブック(2冊)		
授業の形式 教育機器の活用	講義		
成績評価の方法	定期試験、平常点(出席率・課題提出など)		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	第1学年後期の「販売士3級」の授業は、販売員として必要ような知識が習得できる内容でしたが、2級はさらに深く追及したマネージャーレベルの内容となっております。文量がとても多いため、ポイントを絞った授業となります。2級取得を目指す方は、テストの問題はほとんどハンドブックから出題されるため、とにかく何度も読む！これが大切です。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	ダンスエクササイズⅠ・Ⅱ	担 当 教 官 名	片岡 暁音
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	通年
必修・選択の別	専攻必修(スタジオダンスインストラクター専攻)	授業回数	30回
授業のキーワード	ダンスエクササイズ、リズム、健康づくり、体力づくり、シェイプアップ、ストレスマネジメント		
授業の概要 及び到達目標	「健康づくり」にも活用されている各種ダンスエクササイズについて、演習を通し指導法を習得します。		
講義計画・内 容	＜ ダンスエクササイズⅠ ＞		＜ ダンスエクササイズⅡ ＞
	① 音楽ジャンルと動きの特徴①		① 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズの作成① ～W-up、C-down～
	② 音楽ジャンルと動きの特徴②		② 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズの作成② ～W-up、C-down～
	③ 音楽ジャンルと動きの特徴③		③ 中間発表
	④ コリオ作成について (フリープログラムとプレコリオプログラムの違い)		④ プログラムの構成と作成法について
	⑤ プログラムの構成と作成法について		⑤ プログラム作成、実技練習Ⅰ-①
	⑥ 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズの作成① ～メインパート～		⑥ プログラム作成、実技練習Ⅰ-②
	⑦ キューイングと指導の循環		⑦ プログラム作成、実技練習Ⅰ-③
	⑧ 中間発表		⑧ 実技評価Ⅰ
	⑨ プログラム作成、作成にあたっての注意事項		⑨ 実技評価Ⅰ
	⑩ プログラム作成、実技練習		⑩ プログラム作成、実技練習Ⅱ-①
	⑪ プログラム作成、実技練習		⑪ プログラム作成、実技練習Ⅱ-②
	⑫ プログラム作成、実技練習		⑫ プログラム作成、実技練習Ⅱ-③
	⑬ 実技評価		⑬ 実技評価Ⅱ
	⑭ 実技評価		⑭ 実技評価Ⅱ
⑮ フィードバック、振り返り		⑮ フィードバック、振り返り	
準備学習			
教科書・教材等	音源		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験(実技)、出席点		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	「ダンスエクササイズ」でも様々なジャンルの音楽があり、また、エクササイズとして普及しているプログラム様式も多岐に渡ります。そのジャンルの音楽や歴史的な背景や発祥となった国の文化なども知りながら学んでいってほしいと思っています。老若男女問わず、ダンスという「ツール」を通してコミュニケーションを図り、誰にでも楽しんでもらえるようなプログラム構成や指導、雰囲気作りができるように学習してください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	アスレティックリハビリテーションⅡ	担 当 教 官 名	片淵 建
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択	授業回数	15コマ
授業のキーワード	アスレティックリハビリテーションのプログラム立案と実践		
授業の概要 及び到達目標	日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門テキスト7アスレティックリハビリテーションの内容に沿って、リスク管理に基づいたリハビリテーションプログラムの実践を各部位ごとに講義を進める。 1、情報収集 2、リスク管理 3、プログラム立案 4、プログラム実践		
講義計画・内容	1、体幹部、頸椎捻挫へのアスレティックリハビリテーション 2、体幹部、腰部疾患へのアスレティックリハビリテーション 3、上肢、肩関節前方脱臼へのアスレティックリハビリテーション 4、上肢、投球障害肩へのアスレティックリハビリテーション 5、上肢、外傷性肘MCL損傷へのアスレティックリハビリテーション 6、上肢、上腕骨内側・外側上顆炎、非外傷性肘内側側副靱帯損傷、手関節捻挫へのアスレティックリハビリテーション 7、下肢、足関節捻挫へのアスレティックリハビリテーション 8、下肢、膝内側側副靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーション 9、下肢、膝前十字靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーション 10、下肢、大腿屈筋群肉ばなれへのアスレティックリハビリテーション 11、下肢、扁平足障害(過回内足障害)へのアスレティックリハビリテーション 12、下肢、脛骨過労性骨障害へのアスレティックリハビリテーション 13、下肢、鵠足炎、膝蓋大腿関節障害へのアスレティックリハビリテーション 14、まとめ 15、試験解説		
準備学習	アスレティックリハビリテーションⅠ履修の上、運動器の解剖と機能、スポーツ外傷・障害の基礎知識、検査・測定と評価の内容を理解しておく。講義範囲が広いので小テストを行うことがある。		
教科書・教材等	公認アスレティックトレーナー専門テキスト7アスレティックリハビリテーション 公認アスレティックトレーナー専門テキスト3運動器の解剖と機能 公認アスレティックトレーナー専門テキスト4スポーツ外傷・障害の基礎知識 公認アスレティックトレーナー専門テキスト6検査・測定と評価		
授業の形式 教育機器の活用	講義 実技、実演も行う		
成績評価の方法	定期試験70% 平常点(出席率、小テストの点等)30%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	公認アスレティックトレーナー試験の中でも筆記試験、実技試験両方に大きく関わる講義になります。 知識のみならず、選手・競技者への対応、行動言動すべて重要になります。 積極的に取り組んでください。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専 門
授業科目名	エアロビックダンスエクササイズインストラクター	担 当 教 官 名	芳賀 明子
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	ADI必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	エアロビックダンス、有酸素運動、グループエクササイズ、指導の循環、健康・体力づくり		
授業の概要 及び到達目標	(社)日本フィットネス協会の定めるエアロビクスダンスエクササイズインストラクター(ADI)認定テストに合格するための実技試験課題を習得すべく下記に示す内容で実技の実演を進める。 ①運動強度を徐々に上げる3分間のプログラムを自ら作成できる ②上肢・下肢のつながりがスムーズでかつ安全性を配慮できる ③観察・修正・称賛・動機付けなどにより高い指導が出来る ④参加者の手本となるような明確な動作が出来る⑤参加者から見て分かりやすいように位置・見せ方が出来る また、ADI筆記試験課題の習得のため同(社)発行のテキスト(ADBI、ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論)に沿って講義を進める		
	1 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性 2 エアロビックダンスエクササイズの基本の動き 3 エアロビックダンスエクササイズのプログラミング 4 エアロビックダンスエクササイズの指導法 5 エアロビックダンスエクササイズの運動環境の整備 6 ADBI実技試験の実演 7 基本上肢・下肢動作の実演 8 運動強度変化要因の実演 9 観察・修正・安全性の配慮等を加えた指導実演 10 分かりやすい見せ方・位置を加えた実演 11 ADI実技試験課題の実演 12 実技課題の実践 13 実技課題の実践(試験) 14 定期試験(筆記) 15 解説・総評		
準備学習	基本的には各回実技と講義を行う。講義はテキストを事前に読んでおく事。学習した後で小テストを実施する。実技課題は各回ごとに出された課題を各自の実技フォーマットに記入して練習しておく事。前期後期共に2～3回以上の小テストを行う。		
教科書・教材等	ADBI・ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論 (社)日本フィットネス協会発行		
授業の形式 教育機器の活用	実技・講義共にスタジオで行う。音響機材を使用		
成績評価の方法	定期試験(前期、後期各1回<筆記と実技>)：70%、平常点(出席率・授業態度・小テスト)30%		
担当教官から (履修に当たっての 留意点)	ADI試験ではより高い指導力が求められ、また、現場での指導に必要な実践的な内容が多く含まれます。本講義では試験に対応するために必要な知識と実技(プログラミング及び指導方法、手本となる動き)を学んでいただきたいと思います。現場での指導をイメージして積極的に取り組んで下さい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門分野
授業科目名	リラクゼーション演習	担 当 教 官 名	鳴海朱希
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択	授業回数	15回
授業のキーワード	精油が心身に作用するメカニズム。精油の作用を理解する。施術 ケア、癒しのプログラム		
授業の概要 及び到達目標	リラクゼーション演習では、16種類の精油作用を理解し、精油のブレンド(かけ合わせ)をし、身体にトリートメント(施術)する。 下記に示す内容を目標に講義をすすめる。 ①精油別の作用を理解する。取扱いを理解する。精油のブレンド力を高める。 ②精油を用いてフィジカル面やメンタル面のケアに役立てる事ができる。 ③フィジカル、メンタルの両面に働きかけるメカニズムを説明できる。 《実務経験》2006年～2011年リラクゼーションサロン勤務、 2013年～2014年アロマスクール講師、営業、2010年～京都医健専門学校非常勤講師 2011年～アロマプライベートサロン自営、2021～和精油SHUの製造、販売		
講義計画・内容	①アロマセラピーの定義、近年のアロマセラピーのひろがり、スポーツとアロマセラピー 精油の定義、スポーツアロマでよく使う精油学各論(イランイラン)オリエンテーション ②自律神経について、精油の性質、精油の定義、精油の選び方、精油を安全に使う為に、注意すべき対象者、注意すべき精油、精油のもたらす様々な作用 ③アロマセラピーの利用法、精油の製造法、香り成分の働き、精油の原産地のかかえる問題、精油学各論(オレンジ、グレープフルーツ、) ④数千年にわたる歴史、アロマセラピーを楽しむうえで知っておきたい法律、キャリアオイルについて、三大神経伝達物質とホルモン、精油が心身に伝わるメカニズム ⑤オキシトシンに好影響をもたらす触覚繊維、精油が心身に伝わるしくみ、希釈濃度について、精油学各論(ペパーミント、ベルガモット、ユーカリ、ラベンダー) 実習(ハンドトリートメント) ⑥実習(基本手技)、精油学各論(レモン、レモングラス、ローズマリー、クラリセージ) ⑦実習(下肢後面) ⑧実習(下肢前面) ⑨実習(背面) ⑩実習(背面) ⑪実習(上腕、前腕、手指) ⑫実習(デコルテ、ヘッド) ⑬実習(全身)、テスト対策 ⑭前期試験 ⑮試験解説		
準備学習	精油の特徴的性質、精油の禁忌事項を理解し、実技へ取り組む		
教科書・教材等	プリント40頁		
授業の形式 教育機器の活用	講義、実習		
成績評価の方法	定期試験 前期 60%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	精油の作用を理解し、クライアントに適したブレンドオイルを作成する。 クライアントに適したブレンドオイルで施術することによって効果があることを理解し、実践で使えるように伝えたい。 メンタル面、フィジカル面の両面にアプローチできることを理解し実践で活用できるようにしたい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門
授業科目名	フィットネス基礎理論	担 当 教 官 名	和田 加成子
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	GFI必修	授業回数	15コマ
授業のキーワード	健康 体力づくり 解剖学、生理学、栄養学、心理学、体力学、救急法、健康づくりに対する社会的背景		
授業の概要 及び到達目標	授業の概要】 運動の実施・指導をする際に必須知識となる身体の仕組みについて学びます。 日本フィットネス協会認定グループエクササイズインストラクター(GFI)資格、6種目(AD、RE、SE、WE、AQW、AQD)の内、1種目でも受講・認定希望者は必須授業となります。 【AD:エアロビックダンス、RE:レジスタンスエクササイズ、SE:ストレッチングエクササイズ、WE:ウォーキングエクササイズ、AQW:アクアウォーキングエクササイズ、AQD:アクアダンスエクササイズ】		
講義計画・内容	1 授業オリエンテーション、第1章(フィットネス概論) 2 第1章(フィットネス概論) 3 第2章(運動器の基礎解剖学) 4 第2章(運動器の基礎解剖学) 5 第3章(運動生理学) 6 第3章(運動生理学) 7 第3章(運動生理学) 8 第4章(体力学・トレーニング科学) 9 第4章(体力学・トレーニング科学) 10 第5章(運動と栄養、体重管理) 11 第5章(運動と栄養、体重管理) 12 第6章(心と運動)、第7章(運動と安全管理、救急処置) 13 第6章(心と運動)、第7章(運動と安全管理、救急処置) 14 まとめ、復習 15 筆記試験		
準備学習	1年次に履修した基礎科目(解剖学、生理学、栄養学、救急)については重なる部分があるため、授業前に復習をした上で授業に臨む		
教科書・教材等	・GFIのためのフィットネス基礎理論 ・GFIのためのグループエクササイズ指導理論		
授業の形式 教育機器の活用	解説用パワーポイント 適時資料の配布		
成績評価の方法	筆記試験:70%、平常点(毎回の小テスト):20%、出席点:10%		
担当教官から (履修に当たっての留意点)	運動指導を行う上で、指導者が適切な「知識(理論)」を理解した上で、実際の「指導」をすることが求められている。また、学んだ知識を対象となる方々にどの様に伝えれば良いのかを考え、授業にのぞんでほしい。各カテゴリーの理論内容がリンクし、繋がっていくようにしてほしい。		

2025年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	授業科目区分(基専)	専門基礎分野
授業科目名	水中運動	担 当 教 官 名	和田 加成子
対 象 学 生	2年生	履 修 学 期	前期
必修・選択の別	選択必修	授業回数	15回
授業のキーワード	健康・体力づくり、水の特性、4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)、水中ウォーキング、水中レジスタンス運動、アクアビクス、ウォーキング、ジョギング、フォーム		
授業の概要 及び到達目標	水中運動の特性を理解するとともに、4泳法からアクアビクス、水上安全法まで演習を通じて広く習得します。		
講義計画・内容	① オリエンテーション、講義①(水の特性) ② 講義② ③ 安全講習 ④ クロール ⑤ クロール ⑥ 背泳ぎ ⑦ 背泳ぎ ⑧ 平泳ぎ ⑨ 平泳ぎ ⑩ バタフライ ⑪ バタフライ ⑫ 水上安全法 ⑬ アクアエクササイズ① ⑭ アクアエクササイズ② ⑮ 試験、総評		
準備学習	テキストを参考に、各種目のフォームについて理解しておくこと		
教科書・教材等	健康運動実践指導者養成用テキスト【(公財)健康・体力づくり事業財団 発行】		
授業の形式 教育機器の活用	演習		
成績評価の方法	定期試験(前期)70% 出席点20% 平常点(授業態度、課題レポート)10%		
担当教官から (履修に当たって の留意点)	水中と陸上では身体にかかる負荷が全く違います。より安全で適切な運動実践につながるよう演習を通し、身につけてください。また、水中のできる運動のバリエーションを知り、自分自身の指導スキルとして活用して下さい。		