

2022年度入学生

スポーツ関連科目  
実技・実習について

# 2022年度実技・実習科目（種目）

学年	健康スポーツⅠ（A・B）Ⅱ（A・B）		実習（経営・現代のみ）
1年生 （2～4年生も履修可）	バドミントン	サッカー	スポーツコーチング実践A（エアロビクス）
	テニス	バレーボール	
	ゴルフ	ソフトボール	
	卓球	ウォーキング	
	シェイプアップ	タグラグビー	
	トレーニング		
2年生 （3・4年生も履修可）	健康スポーツⅢ（A・B）		実習（経営・現代のみ）
	バドミントン	柔道	スポーツコーチング実践B（陸上運動）
	ゴルフ	テニス	
	バスケットボール	卓球	
	サッカー	ソフトボール	
	レクリエーションスポーツ		
3年生 （4年生も履修可）			実習（経営・現代のみ）
			トレーニング指導法実習
			体力測定評価演習
			スポーツ科学演習
			スポーツコーチング実践C（水泳水中運動）
			スポーツコーチング実践D（ベースボール型）

※健康スポーツⅠ～ⅢはAは前期、Bは後期に開講されます

※単位数は全て半期1単位

# 授業への参加について

- 服装はスポーツウェア、シューズ ※ジーンズ等の普段着や、革靴などでの授業への出席は認めません。
- 雨天時でも授業は実施します。（場所の変更あり）
- 体育館更衣室のロッカーは、コイン返却式で、実質無料で利用できます。盗難が多いため、授業開始後に更衣室自体を施錠し、授業終了前に再開錠します。貴重品はロッカーに入れず、担当教員（貴重品バッグを教員が持参します）に預けるようにしてください。
- その他、授業に関する告知は、JUナビもしくは体育館入口前のホワイトボードに記しますので、確認してください。

# 成績評価について

評価は、

「積極性」 「技術」 「体力測定」 「態度」

出席することはもちろんのこと、遅刻、欠席、見学等は認められません。正当な理由がある場合には担当教員に申し出てください。

※各担当教員によって若干異なりますのでシラバスを確認してください。

# 第1回目の授業について (前期第1週目)

集合場所：体育館アリーナ

- 筆記用具
- 顔写真(たて3.5cm×よこ3cm)
- 上履き(着替え不要)

この時間に人数確認をしますので必ず出席してください。  
定員オーバーの際はその場で抽選となります。

※出席しないと、原則的に履修できません。

※後期のみ履修を希望している人も前期第1週目に出席してください。

～スポーツ関連資格の取得について～

# 経営学部・現代政策学部で 取得可能な資格

- ①健康運動実践指導者（健康・体力づくり事業財団）
- ②コーチングアシスタント（日本スポーツ協会）
- ③アシスタントマネージャー（日本スポーツ協会）  
※経営学部のみ

# ①健康運動実践指導者

健康づくりのための運動指導者に与えられる

医学的基礎知識、運動生理学の知識、健康づくりのための運動指導の知識・技能等を持ち、健康づくりを目的として作成された運動プログラムに基づいて、実践指導を行うことが出来ると認められた者に与えられる。

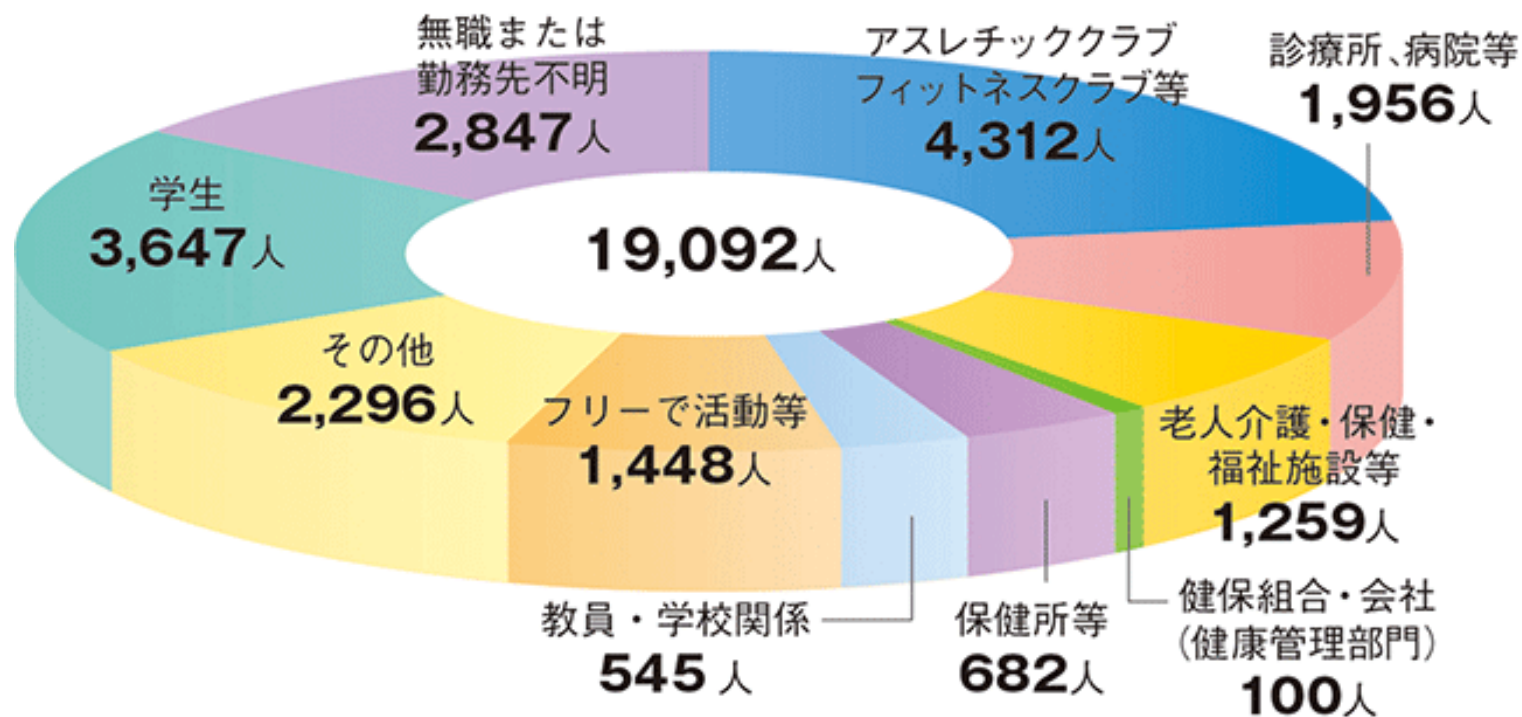


## ①健康運動実践指導者取得方法

該当する理論科目と実技科目の単位  
すべて取得した者に、認定試験の  
受験資格が与えられます。

最短で3年終了時に取得可能

# ①健康運動実践指導者の活躍の場



健康づくり事業財団

健康運動実践指導者は、19,092人(女性10,820人、男性8,272人)おり、“運動による健康づくり”を担っています。(2021年1月現在)

## ②コーチングアシスタント

- 地域におけるスポーツグループやサークル等において、上位資格者を補佐する者として、基礎的なスポーツ指導や運営にあたる方のための資格です。

該当する理論科目の単位をすべて取得した者は、日本スポーツ協会に申請手続きをすると卒業時に資格が得られます。

## ③アシスタントマネージャー

- 総合型地域スポーツクラブなどにおいて、クラブ会員が充実したクラブライフを送ることができるよう、クラブマネージャーを補佐し、クラブ運営のための諸活動をサポートする。

コーチングアシスタントの資格取得に必要な科目とスポーツ組織論Ⅰ・Ⅱの2つの科目を履修して単位取得すれば受験資格を得られます。

※4年時に後期に履修中の科目があっても受験可

# 資格の活用

- スポーツクラブ, ジムでインストラクターに…
- 地域のクラブでコーチになりたい…
- 教員になって部活を担当したい…
- プロ・実業団の選手として目指したい…

# 資格取得のために必要な科目

1  
年  
次

- スポーツコーチング実践A
- 健康スポーツⅠ（A・B）Ⅱ（A・B）
- 機能的解剖学

2  
年  
次

- スポーツコーチング実践B
- 健康スポーツⅢ（A・B）
- 体力測定評価実習
- スポーツ医学

3  
年  
次

- スポーツコーチング実践C
- スポーツコーチング実践D
- トレーニング指導法実習
- 健康管理概論

○半期  
※集中講義

健康運動実践指導者  
◆実技試験（11月ごろ）  
◆筆記試験（1月ごろ）

3  
・  
4  
年  
次

健康運動実践指導者資格取得

健康スポーツはⅠ（A・B）Ⅱ（A・B）Ⅲ（A・B）の  
いずれかの単位を取得すれば可  
A⇒前期 B⇒後期

- 運動生理学
- スポーツ心理学
- 健康スポーツマネジメント入門  
（アシスタントマネージャーのみ）

- 体カトレーニング論
- スポーツ栄養学
- 発育発達論
- スポーツコーチングⅠ（A・B）
- スポーツ組織論Ⅰ・Ⅱ（経営学部のみ）  
（アシスタントマネージャー取得に必要）

すべて単位取得

コーチングアシスタント資格認定

# 資格取得に必要な教科書

	科目名	健康運動実践指導者	コーチングアシスタント	アシスタントマネージャー (経営のみ)
1年次	スポーツコーチング実践A	A		
	健康スポーツⅠ(A・B)Ⅱ(A・B)			
	運動生理学	A	B	C
	運動障害と予防	A	B	C
	スポーツ心理学	A	B	C
	機能的解剖学	A		
	健康管理概論	A		
	健康スポーツマネジメント入門	A		C
2年次	スポーツコーチング実践B	A		
	健康スポーツⅢ(A・B)	A		
	体力測定評価実習	A		
	体カトレーニング論	A	B	C
	発育発達論	A	B	C
	スポーツ栄養学	A	B	C
	スポーツ医学	A	B	C
	スポーツコーチングⅠA・ⅡB		B	C
	スポーツ組織論Ⅰ・Ⅱ(経営学部)			D
3年次	スポーツコーチング実践C	A		
	スポーツコーチング実践D	A		
	トレーニング指導法実習	A		

A健康運動実践指導者 養成用テキスト；(財)健康・体カづくり事業財団 ¥4,990

B公認スポーツ指導者 養成テキスト 共通Ⅰ；(財)日本スポーツ協会 ¥4,000

C公認スポーツ指導者 養成テキスト 共通Ⅱ；(財)日本スポーツ協会 ¥4,000

Dアシスタントマネージャーテキスト；(財)日本スポーツ協会 ¥2,100

※教科書は書店で購入できません [※「教科書の購入方法」については、後日JUナビにてお知らせします](#)

## その他の資格

# JFA公認C級コーチ

スポーツコーチングⅡA・ⅡB（理論と実技）を履修し、授業内で行われる指導実践・筆記テストに合格することで、「JFA公認C級コーチ」に認定されます

JFAサッカー指導教本 14,300円程度