

## 2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科		科 目 区 分	専門分野	授業の方法	実習
科 目 名	トレーナー実習Ⅱ		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時限	前期	教室名	
担 当 教 員	西川 朋希	実務経験とその関連資格	JSPO-AT、NSCA-CSCS パーソナルジム「ARROWs」代表、ラグビー現場でトレーナー活動 他			
《授業科目における学習内容》						
本講義では、コンディショニング方法を実習、実技を通して講義で得た知識をさらに深く理解し、体得することにより予防的アプローチとして実践で使い指導できるようになることをねらいとする。						
《成績評価の方法と基準》						
出席点(20%)・平常点(10%)・試験(70%)から授業の理解度を総合で示す。						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
配布資料						
《授業外における学習方法》						
毎回の授業にて行った内容の復習を行うこと。						
《履修に当たっての留意点》						
講義を実技を繰り返し実施します。 テーピングを実施しますのでテーピング一式と、テーピングを巻くことの出来るように準備をしてきてください。						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容	
第1回	実習形式	授業を通じての到達目標	テーピング総論を理解する	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備	
		各コマにおける授業予定	ガイダンス			
第2回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備	
		各コマにおける授業予定	アンダーラップ			
第3回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備	
		各コマにおける授業予定	アンカー			
第4回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備	
		各コマにおける授業予定	スターアップ			
第5回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備	
		各コマにおける授業予定	ホースシュー、サーキュラー			

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	バスケットウィーブ		
第7回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	中間テスト		
第8回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	フィギュアエイト		
第9回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	ヒールロック		
第10回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	足関節テーピング		
第11回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	膝内側側副靭帯テーピング		
第12回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	膝内側側副靭帯テーピング		
第13回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	膝内側側副靭帯テーピング		
第14回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	膝内側側副靭帯テーピング		
第15回	実習形式	授業を通じての到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	プロジェクター、配布プリント等	授業で行う予定の内容を調べておく。課題の準備
		各コマにおける授業予定	前期まとめ		