

スチューデントトレーナー初級

高校生から受験できる トレーナー資格です

スチューデントトレーナー初級とは、スポーツ活動において、健康管理、傷害予防、救急処置などを行うために必要な知識・技術を習得できる、高校生から受験できる資格です。スポーツ生理学、スポーツ医学、スポーツ栄養学、トレーニング、ストレッチング、テーピングからなる「セルフコンディショニングの基礎知識」を学ぶことができ、自身のコンディショニングや、選手を指導、サポートする際に活用できる知識を身につけることができます。

ケガをしない身体づくりをしたい！
トレーニングの効果を上げたい！
スポーツ時の身体の状態について知りたい！

ストレッチングやテーピングの技術を身につけたい！
より良い食事内容にしたい！
ケガの応急処置を身につけたい！

こんな声にお応えできる内容です

オススメポイント

その1

スポーツ医科学の基礎知識を、ギュッとまとめたのがこの資格。健康管理に役立つ知識がこの資格で学べます。

その2

18本からなる学習動画で、自分のペースで自主学習が可能。○×練習問題もあり、科目ごとの習熟度も確認できます。

その3

テキストがあるので、学習動画と合わせて理解を深めることができます。

その4

受験はオンラインで！日時や場所に制限されることなく、資格取得が可能です。

その5

履歴書にも記載できる資格です。自分が頑張ってきたことの証明に、進学、就職の際の自己アピールにもご活用いただけます。



学習内容

スポーツ医科学概論	①スポーツ活動に必要な体の仕組み ②スポーツ活動の効果と意義
スポーツ生理学	①運動と筋肉 ②運動と循環 ③運動と呼吸 ④運動と神経 ⑤運動と骨
スポーツ医学	I 内科編 ①急性の障害 ②慢性の障害 II 外科編 ①運動器と外傷・障害 ②部位別 主な外傷・障害 ③スポーツ現場における外傷・障害の対策
スポーツ栄養学	①運動と食事管理 ②エネルギーと栄養のかかわり ③栄養素と栄養障害 ④ジュニアを中心とするアスリートのための食事
トレーニング	①スポーツトレーニングの全体構造 ②体カトレーニング ③技術トレーニング ④戦術トレーニング ⑤心のトレーニング
ストレッチング	①ストレッチングの理論 ②部位別ストレッチングの実際
テーピング	①テーピングの目的 ②テーピングの効果 ③テーピングを実施する際の注意事項 ④足関節内反捻挫のテーピング

申込後の流れ

- 1.協会から、テキストおよび受験料のお支払いのご案内をお送りいたします
- 2.お支払い（銀行振込またはクレジット決済）
- 3.テキスト発送案内および学習動画案内をお送りいたします
- 4.テキストと動画にて自主学習（動画視聴期限：初回ログイン日より180日）
- 5.試験受験準備ができたなら、協会へ連絡ください
- 6.オンライン受験案内をお送りいたします（受験可能期限：案内送信日から2週間）
- 7.受験後、合否はその場で判明します（認定証は郵送にて後日お送りいたします）

受験申込書（FAX・郵送用）

フリガナ				No.
氏名				
生年月日	西暦	年	月	日（満歳）
住所	〒	-	都道	府県
電話	-	-	FAX	-
※テキスト受験料のお振込みに関するご連絡、学習動画およびオンライン試験のご案内をお送りいたしますので、メールアドレスを必ずご記入ください。				
メール	@			
勤務先 (学校)		部署 (学部)		
お支払い方法 ○をつけて下さい	銀行振込		クレジットカード決済	
備考				