

2025年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科三年制 スポーツビジネスコース

MFCスタッフ実習 3

対象	3年次	開講期	通年	区分	選※	種別	実習	時間数	120	単位	4
担当教員	南 啓太			実務 経験	有	職種	フィットネスインストラクター／トレーナー				

#### 授業概要

MFC(メディカルフィットネスセンター)スタッフとしてトレーニング指導、スポーツクラブ運営などの実務経験を積んでいきます。

#### 到達目標

各種フィットネスクラブ（商業スポーツ施設）で即戦力として活躍できる能力を備えることを目標とします。そして、実際のフィットネスクラブの運営・指導と同等の体験を学内施設（メディカルフィットネスセンター）で体験します。産学連携をしているテクノジムジャパン株式会社のノウハウをベースに、最新のトレーニング機器・ICT機器（ウェアラブルデバイスなど）を活用します。

#### 授業方法

授業で学んだことをMFCスタッフ実習にて実践して自分自身の技量を高めましょう。

#### 成績評価方法

成績評価については、授業中の参加姿勢/学習意欲（リーダーシップ、積極性、学習に対する向上努力など）10%、試験結果（実技試験/中間/期末/定期的な提出物など）90%、その他、出席状況、授業内における達成度・到達度を総合的に判断して行います。なお、成績評価を受けるためには、全授業の75%以上の出席が必要となります。

#### 履修上の注意

授業態度が著しく思わしくないものは、その活動時間を認めない場合があります。活動指定ウェア・インシューズ・スマホ持参

#### 教科書教材

トレーニング指導者テキスト（理論編・実技編・実践編）

回数	授業計画
第1回	オリエンテーション：実習内容について理解します。
第2回	業界理解：日本のフィットネスの現状について理解します。
第3回	業界理解：フィットネスクラブで実施されている業務内容を理解します。

## MFCスタッフ実習 3

第4回	業界理解：フィットネスクラブで実施されているフィットネスプログラムを理解します。
第5回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第6回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第7回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第8回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第9回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第10回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第11回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第12回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第13回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第14回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。
第15回	実習：実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します。