

科目名	MFCスタッフ実習 2						年度	2026	
英語科目名	MFC Staff Training 2						学期	通年	
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 スポーツビジネスコース 2年次	必/選	選※	時間数	120	単位数	4	種別※	実習
担当教員	南 啓太	教員の実務経験		有	実務経験の職種		健康運動実践指導者		

**【科目の目的】**

フィットネスクラブの運営・管理方法を学び、実践を通じてパーソナルトレーニングの指導方法、スタジオプログラムの指導方法、マネジメントに関して学ぶ事を目的とします。

**【科目の概要】**

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】**

- A. 民間フィットネス企業を意識して、積極的に実習参加
- B. 資格取得レベルの知識・指導技術、サービス業を意識して接客できる
- C. 集客増・安全管理・利用者満足度を考え、円滑な運営のために事務作業を遂行できる

**【授業の注意点】**

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・インシュアーズ・スマホ持参してください。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力
到達目標 A	民間フィットネス企業を意識して、積極的に実習参加		民間フィットネス企業を意識して、実習参加		仲間と協力して実習参加
到達目標 B	資格取得レベルの知識・指導技術、サービス業を意識して接客できる		授業の理解として知識・指導技術を発揮し、サービス業を意識して接客できる		授業の理解として知識・指導技術を発揮し実習に参加
到達目標 C	集客増・安全管理・利用者満足度を考え、円滑な運営のために事務作業を遂行できる		円滑な運営のために事務作業を遂行できる		仲間と協力して事務作業を遂行できる
到達目標 D					
到達目標 E					

**【教科書】**

トレーニング指導者テキスト（理論編・実技編・実践編）

**【参考資料】**

**【成績の評価方法・評価基準】**

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。

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		MFCスタッフ実習 2			年度	2026
英語表記		MFC Staff Training 2			学期	通年
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標=修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	授業概要	1 実習方法	実習方法の理解	3	
			2 業界について	フィットネス業界の理解		
2	実習	実践型業界理解	1 フロント業務	受付業務	2	
3						
4						
5						
6						
7			2 ジム業務	案内・指導	2	
8						
9						
10						
11						
12			3 事務業務	運営サポート	1	
13					3	
14					3	
15					3	

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等