

科目名	MFT実習前指導							年度	2026
英語科目名	Guidance before MFT training							学期	通年
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース 2年次	必/選	選※	時間数	15	単位数	1	種別※	講義+演習
担当教員	伊藤	教員の実務経験		有	実務経験の職種		健康運動指導士		
【科目の目的】 メディカルフィットネストレーナーとしてMFT実習インターンを行う際に必要なスキルについて確認し、実習前に留意事項について学びます。									
【科目の概要】 メディカルフィットネストレーナーとして、現場実習を行う際に必要なスキルについて確認して、実習前に留意事項について指導します。									
【到達目標】 事前手続きや社会人のマナー・心構え・MFTの基礎知識を学び、実習の意義・留意点を習得します。実習に行くにあたって自己課題・目標設定します。									
【授業の注意点】 授業に出席するだけでなく、社会への移行を前提とした受講マナーで授業に参加することを求めます。授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。									
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	十分に理解でき覚えた		理解でき覚えた		概ね理解できた				
到達目標 B	十分に理解でき覚えた		理解でき覚えた		概ね理解できた				
到達目標 C	十分に深まった		関心・興味が 深まった		関心・関心が出た				
到達目標 D									
到達目標 E									
【教科書】 適時レジュメ・資料を配布します。参考書：メディカルフィットネスQ&A									
【参考資料】									
【成績の評価方法・評価基準】 レポート・課題									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		MFT実習前指導			年度	2026	
英語表記		Guidance before MFT training			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	実習マナー	実習マナーを理解する	1 マナー	実習マナーを理解する	3		
2	実習心構え	実習への心構えを理解する	1 実習の目的・意義	実習への心構えを理解する	3		
3	MTFの基礎知識確	業界理解	1 業界理解	業界を理解する	3		
4	MTFの基礎知識確	職務理解	1 職務理解	職務を理解する	3		
5	MTFの基礎知識確	資格理解	1 資格理解	資格を理解する	3		
6	実習準備	実習の準備をする	1 実習先確認	実習へ行く準備をする	3		
7	実習準備	実習の準備をする	1 事前手続き	実習へ行く準備をする	3		
8	実習準備	実習の準備をする	1 自己課題	実習へ行く準備をする	3		
			2 目標設定				
9	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
10	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
11	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
12	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
13	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
14	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			
15	実習準備	実習の準備をする		実習へ行く準備をする			

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