

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科 インストラクターコース

### J A T I 対策 1

対象	1年次	開講期	後期	区分	選	種別	講義	時間数	30	単位	2
担当教員	田原			実務 経験	有	職種	パーソナルトレーナー				

#### 授業概要

J A T I 認定トレーニング指導者取得のための知識・技術を学びます。

#### 到達目標

各種資格 (NSCA-CPT・JATI-ATI) 合格を目指します。理論試験のなかから出題範囲の広い領域・分野を中心に、練習問題を通じて自身の不足している知識を確認し、そこから不足部分を覚える作業をしていきます。

#### 授業方法

CPT・JATI受験に向けて、演習問題、解説を取り入れながら基礎知識のインプット、アウトプットを繰り返すことで知識の習得、定着を図ります。

#### 成績評価方法

試験と課題を総合的に評価します。授業内容の理解度を確認するために小テストを実施します。積極的な授業参加度を評価します。

#### 履修上の注意

テキスト、筆記用具（レポート用紙orルーズリーフ）を必ず用意して下さい。課題は必ず提出して下さい。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。

#### 教科書教材

NSCA『パーソナルトレーナーのための基礎知識』、日本トレーニング指導者協会『トレーニング指導者テキスト[理論編・実践編]』

回数	授業計画
第1回	オリエンテーション
第2回	～第1～2回資格試験対策講義
第3回	～第1～4回模擬試験問題

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科 インストラクターコース

J A T I 対策 1

第15回

まとめ