

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											
フィットネストレーナー演習											
対象	2年次	開講期	前期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	小林			実務経験	有	職種	フィットネスインストラクター				
授業概要											
<p>メディカルフィットネスセンターを利用して、トレーニングルームの運営方法やクライアントとの接し方、法的問題について学びます。</p>											
到達目標											
<p>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目標として、実際のフィットネスクラブの運営・指導と同等の経験を学内施設（メディカルフィットネスセンター）で経験します。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。</p>											
授業方法											
<p>メディカルフィットネスセンターを利用して、トレーニングルームの運営方法やクライアントとの接し方、法的問題について学びます。</p>											
成績評価方法											
<p>活動時間内での積極的行動を評価します。</p>											
履修上の注意											
<p>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・スマホを持参して下さい。</p>											
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										
第2回	～第4回業界理解										
第5回	～第6回イベント										

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

フィットネストレーナー演習

第7回

～第14回実習

第15回

まとめ