

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツトレーナー科三年制											
メディフィット演習1											
対象	3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	五十嵐			実務経験	有	職種	健康運動指導者				
授業概要											
傷害や疾病についての運動療法の、知識と実技を学びます。											
到達目標											
主に内科的疾患を対象に、クライアントを想定し、個人に合った運動プログラムを作成できるようになることが目標です。そのためにクライアントの健康状態、運動能力、年齢、身体特性の把握できる力の獲得や、疾患・疾病の理解とそれに対する運動療法の特徴の理解を目標とします。											
授業方法											
実際のクライアントの傷害や疾病を想定して、グループワークやディスカッション、シュミレーションを行いながら授業を進めます。メディフィット演習2と合せて実施します。											
成績評価方法											
レポート・平常点											
履修上の注意											
授業中の飲食は認めません。理由のない遅刻・欠席・途中退出は認めません。ウェア・インシューズを準備してください。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができません。											
教科書教材											
必要に応じて資料を配布											
回数	授業計画										
第1回	メディカルフィットネスとは										
第2回	運動処方とは										
第3回	～5回内科的疾患へのアプローチ										

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツトレーナー科三年制

メディフィット演習 1

第 6 回	高齢者・女性へのアプローチ
第 7 回	服薬者への運動処方
第 8 回	メディカルチェック
第 9 回	～13回運動プログラム作成
第 14 回	～15回運動プログラム実践