

| | | | | | | | | | | | |
|---|----------------|-----|----|----------|---|----|------------|-----|----|----|---|
| 2021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 | | | | | | | | | | | |
| C P T 演習 3 | | | | | | | | | | | |
| 対象 | 2 年次 | 開講期 | 後期 | 区分 | 選 | 種別 | 講義 | 時間数 | 60 | 単位 | 4 |
| 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 | | | | | | | | | | | |
| パーソナルトレーナー（CPT） ・ JATI認定トレーニング指導者受験に向けて学習します。 | | | | | | | | | | | |
| 到達目標 | | | | | | | | | | | |
| 各種資格（NSCA-CPT・JATI-ATI）合格。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。効率よく着実に知識を増やし、理論試験合格水準の知識量の修得を目標とします。 | | | | | | | | | | | |
| 授業方法 | | | | | | | | | | | |
| CPT・JATI受験にむけて、演習問題を取り入れ、授業内で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 | | | | | | | | | | | |
| 筆記試験・レポート・平常点 | | | | | | | | | | | |
| 履修上の注意 | | | | | | | | | | | |
| 持物：テキスト、筆記用具（レポート用紙orルーズリーフ）授業には毎回出席し、課題は必ず提出すること。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 | ～2回模擬試験 | | | | | | | | | | |
| 第3回 | ～5回筋系・神経系 | | | | | | | | | | |
| 第6回 | ～8回心肺系・エネルギー機構 | | | | | | | | | | |

| | |
|---------------------|----------------------|
| 2021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 | |
| C P T 演習 3 | |
| 第 9 回 | ～ 1 2 回模擬試験 |
| 第 1 3 回 | ～ 1 8 回トレーニング系 |
| 第 1 9 回 | ～ 2 0 回模擬試験 |
| 第 2 1 回 | ～ 2 6 回特定のクライアントに関して |
| 第 2 7 回 | ～ 2 8 回施設・法的問題 |
| 第 2 9 回 | ～ 3 0 回模擬試験 |