

2021年度 日本工学院八王子専門学校											
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											
MF T実技											
対象	1年次	開講期	後期	区分	選※	種別	実技	時間数	30	単位	1
担当教員	浅野			実務 経験	有	職種	スポーツインストラクター				
授業概要											
メディカルフィットネストレーナーとして認定を受けるための実技スキルを身につけます。											
到達目標											
メディカルフィットネストレーナーに必要な内科的・整形外科的疾患に対する特徴を知り、それに合わせた運動指導を学びます。将来、実習先や勤務先の現場にて必要とされる知識や技術を習得して現場での活かせるスキルを習得することが目標です。											
授業方法											
実際のメディカルフィットネス現場にて、実施されている運動療法の技法を学ぶことが中心で授業を展開します。一般的なトレーナーの知識よりメディカルに必要な専門的な用語も含まれるので実技と用語併せての学びとなります。											
成績評価方法											
実技試験、積極的な授業態度を評価します。											
履修上の注意											
実技を通して技能の習得が重視されるので積極的な行動が必要となります。また、授業時数の4分の3以上出席しない者は実技試験を受験することができません。											
教科書教材											
メディカルフィットネスQ&A											
回数	授業計画										
第1回	オリエンテーション										
第2回	生活習慣病										
第3回	～第4回トレーニング実技										

2021年度 日本工学院八王子専門学校

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

MFT実技

第5回	女性の特徴と実際
第6回	トレーニング実技
第7回	高齢者の特徴と実際
第8回	トレーニング実技
第9回	整形外科的疾患
第10回	～第12回トレーニング実技
第13回	～第14回シュミレーション/ディスカッション
第15回	まとめ