

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											
フィットネストレーナー演習											
対象	1年次	開講期	後期	区分	必	種別	演習	時間数	30	単位	2
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											
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。											
到達目標											
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。											
授業方法											
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。											
成績評価方法											
活動時間内での積極的行動を評価します。											
履修上の注意											
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。活動指定ウエア・インシューズ・スマホを持参して下さい。											
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										

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

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