

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）	科目名	フィットネストレーナー演習	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツ健康学科三年制	コース名	スポーツインストラクターコース	開設期	前期
対象年次	2年次	科目区分	選択	時間数	30時間
単位数	1単位	授業形態	実習		
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）				
担当教員情報					
担当教員	浅野		実務経験の有無・職種	有・フィットネスインストラクター	
学習目的					
フィットネスクラブの運営・管理方法を学び理解します。 実践を通してクライアントとの接し方法を学び理解します。 実践を通してスタジオプログラムの指導方法を学び理解します。 マネジメントに関して実経験を基に学び理解します。					
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。					
教育方法等					
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。				
注意点	・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・インシュアーズ・スマホを持参して下さい				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題	0%			
	小テスト	0%			
	レポート	0%			
	成果発表 （口頭・実技）	90%	活動時間内での評価します		
	平常点	10%	活動時間内での積極的行動を評価します		
授業計画（1回～15回）					
回	授業内容		各回の到達目標		
1回	オリエンテーション		実習内容について理解します		
2回	業界理解		日本のフィットネスの現状について理解します		
3回	業界理解		フィットネスクラブで実施されている業務内容を理解します		
4回	業界理解		フィットネスクラブで実施されているフィットネスプログラムを理解します		
5回	イベント		フィットネスプログラムのイベント企画立案します		
6回	イベント		フィットネスプログラムのイベント企画立案します		
7回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
8回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
9回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
10回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
11回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
12回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
13回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
14回	実習		実際にMFCスタッフとして活動し、フィットネスクラブの業務を理解します		
15回	まとめ		今までの実施してきた内容を総括することができます		