

【様式 02】 高大連携公開講座シラバス

* 科目 No.	22202
----------	-------

1. 開設大学	広島文化学園大学社会情報学部	開講場所 (キャンパス・施設)	広島 坂キャンパス			
2. 科目名	目指せ！インストラクター&トレーナーの星					
	学問分野	番 号	45	名 称	運動学・トレーニング学	
3. 担当教員	房野 真也 (健康福祉学科 講師) ほか					
4. 開講期間 (曜日) 開講時間	平成 27 年 8 月 4 日 (火) 9 時 30 分 ~ 15 時 30 分 (50 分 × 5 コマ)					
個別開講日	1 回目	8/4	2 回目	/	3 回目	/
	7 回目	/	8 回目	/	9 回目	/
	13 回目	/	14 回目	/	15 回目	/
5. 募集定員	25 人					
6. 科目内容・ 授業計画	<p>1. インストラクター&トレーナーの仕事と魅力【松村 康伸】 インストラクターとスポーツトレーナーの魅力を解説。</p> <p>2. スポーツトレーナー実技【松村 康伸】 スポーツトレーナーの技術を体験してみます。</p> <p>3. ボクササイズ【大迫すみれ】 音楽に合わせて、ボクシングの動きを取り入れて行うエクササイズです。 とても人気のあるエクササイズです。まず体験！！</p> <p>4. ヨガ【入野 勝行】 行法哲学であるヨガの理論と実践方法を学びながら、心身のバランスを取る方法を体得しましょう。</p> <p>5. レジスタンストレーニング実習【房野 真也】 抵抗(resistance)をかけて、骨格筋を鍛えるというレジスタンストレーニングを実習します。</p>					
7. 受講料	無料					
8. 別途負担費用	(テキスト代・実習料等) なし					
9. 開講条件※1 あり・ない	<p>① 最少開講人数 (5 人) 定員超過の不許可は選考により決定</p> <p>② 不許可・不開講通知日 (7月17日(金)以前の開講科目は3月末まで/7月18日(土)以降の開講科目は6月末まで)</p>					
10. その他特記事項	受講者についての制限事項、事前に予習しておく資料・文献など特記すべきこと 運動のできる服装・室内靴・汗拭きタオルを持参してください。					
11. 開設大学への 交通手段	http://www.enica.jp/ から開設大学のホームページにジャンプして確認してください。					

※1 申込時点で原則、受講できます。ただし、開講条件で不許可・不開講があった場合は受講申込者へ通知します。