

【様式 02】 高大連携公開講座シラバス

* 科目 No.	22204
----------	-------

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)					
4. 開講期間 (曜日) 開講時間	平成 28 年 8 月 5 日 (金) 9 時 30 分 ~ 15 時 30 分 (50 分×5 コマ)					
個別開講日	1 回目 8/5	2 回目 /	3 回目 /	4 回目 /	5 回目 /	6 回目 /
	7 回目 /	8 回目 /	9 回目 /	10 回目 /	11 回目 /	12 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&amp;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/森木吾郎】 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)					
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15日(金)以前の開講科目は3月末まで/7月16日(土)以降の開講科目は6月末まで)</p>					
10. その他特記事項	<p>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</p> <p>昼食・筆記用具及び運動のできる服装・室内靴・汗拭きタオルを持参してください。</p>					
11. 開設大学への 交通手段	<p><a href="http://www.enica.jp/">http://www.enica.jp/</a> 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。</p>					

※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。