

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツトレーナー科											
健康運動演習 3											
対象	2 年次	開講期	後期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	五十嵐			実務 経験	有	職種	健康運動指導者				
授業概要											
生活習慣病予防のための運動実践について学びます。											
到達目標											
公益財団法人健康・体力づくり事業財団が認定する、健康運動実践指導者の認定試験（指導実技試験、筆記試験ともに）合格を目指します。また1年次で学んだ運動指導を、より実践に近い形でプログラムを行うことを目標としています。											
授業方法											
指導実技試験と筆記試験の対策を行います。指導実技試験対策では、実際の試験同様に既定の運動プログラムを覚え、指導実践を行います。筆記試験対策では、演習問題や模擬問題を解いていきます。											
成績評価方法											
筆記試験・レポート・平常点											
履修上の注意											
授業中の私語や授業態度には厳しく対応します（授業中の飲食は認めません）。指導実技試験対策では、動けるウェアでの参加を求めます。授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。											
教科書教材											
健康運動実践指導者養成テキスト/必要に応じて資料を配布											
回数	授業計画										
第1回	筆記模擬試験										
第2回	～3回実技試験の理解										
第4回	～8回実技試験対策										

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツトレーナー科	
健康運動演習 3	
第 9 回	～ 1 1 回実技試験模擬試験
第 1 2 回	筆記模擬試験
第 1 3 回	～ 1 5 回筆記試験対策