

健康運動実践指導者対策 3

対象	2年次	開講期	後期	区分	必	種別	講義	時間数	30	単位	2
担当教員	五十嵐、岡、南			実務 経験	有	職種	健康運動指導士、健康運動実践指導者				

授業概要

健康運動実践指導者資格取得のための知識・技術を学びます。

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）合格をめざします。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

試験と課題を総合的に評価します。積極的な授業参加度、授業態度によって評価します。

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、動けるウェアで参加してください。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します。

回数	授業計画
第1回	認定試験概要説明
第2回	～第3回指導実技試験概要説明
第4回	～第8回指導実技試験練習

第9回	～第11回指導実技試験練習まとめ
第12回	～第14回筆記試験対策
第15回	まとめ