

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
フィットネススポーツ指導演習 Practice for Fitness Sports Leaders		2年	前期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	演習	選択	(健康運動実践指導者資格取得を希望する者は必ず履修すること)	健康運動実践指導者資格試験 受験希望者
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
フィットネススポーツ スポーツのための解剖生理学 トレーニング論 スポーツ栄養学				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
健康運動実践指導者資格に必要な科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
加藤 秀治				授業中に指示します
授業の概要				
1年次に身に付けてきた健康運動実践指導者としての知識・技術の確認をすると同時に、更なる技術の向上を目指すため問題演習・実技形式の授業とする。また健康運動実践指導者資格取得のために模擬問題の実施と、実技科目の動きが正確に表現できるように各課題に取り組んでもらう。				
授業の目標				
①健康運動実践指導者資格試験として、スポーツがもたらす効果を理論建てて説明ができるようにする。 ②健康運動実践指導者資格試験の実技課題を、正確に指導することができるようにする。 ③運動プログラムの作成、指導ができるようにする。				
授業の方法				
実技、講義を組み合わせた演習授業				
学習の成果(学習成果)				
①対象者に対して、運動の意義と効能を説明することができる。 ②健康運動実践指導者資格試験の実技試験課題を指導することができる。 ③運動プログラムの作成、指導をすることができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス(授業にあたっての服装や態度と注意点、授業内容の確認、成績評価方法)			
第2回目	プログラムの構成(1)			
第3回目	プログラムの構成(2)			
第4回目	プログラムの構成(3)			
第5回目	健康運動実践指導者 実技課題(1)			
第6回目	健康運動実践指導者 実技課題(2)			
第7回目	健康運動実践指導者 実技課題(3)			
第8回目	健康運動実践指導者 実技課題(4)			
第9回目	健康運動実践指導者 実技模擬試験			
第10回目	健康運動実践指導者 筆記課題(1)			
第11回目	健康運動実践指導者 筆記課題(2)			
第12回目	健康運動実践指導者 筆記課題(3)			
第13回目	健康運動実践指導者 筆記課題(4)			
第14回目	健康運動実践指導者 筆記・実技試験対策(1)			
第15回目	健康運動実践指導者 筆記・実技試験対策(2)			
成績評価の方法と基準				
評価の領域	割合	評価の基準		
授業参加態度	30%	出席と課題の習熟度で評価		
レポート				
調査報告書				
小テスト	30%	健康運動実践指導者 実技模擬試験で評価		
試験				
発表内容(態度含む)	40%	筆記試験対策問題で評価		
その他				
教科書と参考図書				
日本能率協会マネジメントセンター 「健康運動実践指導者試験」				
履修上の留意点・ルール				
実技の際は、運動できる服装で参加すること・協調性ある態度でのぞむこと・指輪、ピアス等の装飾品は授業前にとること 講義の際は教室への食べ物の持ち込み禁止と携帯電話の使用を禁止する。				