

大学名：法政大学

住所：東京都町田市相原町4342

電話番号：042-783-2121 (代表)

養成開始：2009年度



八王子市総合体育館での
いきいきエクササイズ教室

健康運動指導士養成における我が大学の方針、目的や目指す方向性等

法政大学スポーツ健康学部には、「ヘルスデザイン」「スポーツビジネス」「スポーツコーチング」の3つのコースがあります。健康運動指導士の資格取得に必要な科目の多くは「ヘルスデザインコース」の専門科目として開講されていることから、主に「ヘルスデザインコース」の学生が資格の取得を目指します。しかし、他コースに所属する学生であっても、資格取得に必要な科目の履修は可能であり、あらゆる角度から健康づくりに貢献できる人材の養成を目指しています。

健康運動指導士の養成方法やその特徴

基本的に学生は、4年生の11月に開催される認定試験に向けて、「運動生理学概論」や「生活習慣病と身体活動」などの講義科目において、身体や心の健康づくりに関わる専門的な知識を体系化し、これを「体力測定評価実習」や「フィットネストレーニング実習」などの実習科目によって体現化していきます。そして、それまで学んだ知識と技術を、現場実習である「健康増進施設実習」を通して確実に自身のものにし、高い専門性と実践力を兼ね備えた健康運動指導士となれるようにカリキュラムが整えられています。

我が大学の魅力・PRポイント

法政大学地域交流センターや総合型地域スポーツクラブの「法政クラブ」との連携により、キャンパスの内外において、子どもから高齢者までの様々な対象者に向けての運動指導の機会が得られます。学生たちは、目的に合わせたプログラムの作成、リハーサルおよび実際の指導、そして反省といった一連の活動を通して多くのことを学び、自信を得て、健康づくりの現場に巣立っていきます。

その他 (今後取り組みたいこと等)

2016年4月より、大学院スポーツ健康学研究科が開設されました。大学院での教育・研究を通して、医療機関やフィットネスクラブ等の健康増進施設等における現場での運動指導のみならず、これらの機関や組織の運営にも精通した、あらゆる立場から健康づくりを支援できる人材を輩出することを目指します。