

# WE I 進行表／120分

この進行表は、1グループ5～6名の試験が出来るコースを1つ作れる会場の広さを想定したものです。受講人数によっては、受講者の練習が一度に行なえないことも考えられます。その場合は、練習時間の確保を第1に考えて時間を調整して下さい。

事前準備 試験のコースを設定する→会場の広さにより8mもしくは10m

## ●動画

#	タイトル	内容	時間		
1	WEI実技講習会	挨拶など	3分		14分
2	1. 実技試験で求められること	WEIの能力	3分	6分	
3	2. 実技試験の課題	課題説明			
4	3. 実技試験の実施方法	課題Ⅰの実施方法	3分	9分	
5	●WEI実技課題Ⅰ	課題Ⅰ動画(2分)			
6	3. 実技試験の実施方法	課題Ⅱ①の実施方法	3分	12分	
7	●WEI実技課題Ⅱ①	課題Ⅱ①動画(2分)			
8	3. 実技試験の実施方法	課題Ⅱ②の実施方法	2分	14分	
9	●WEI実技課題Ⅱ②	課題Ⅱ②動画(1分)			
10	4. EXとしてのウォーキング指導	指導の手順			38分
11	4. 指導手順2. <歩幅>	エクササイズ歩幅で歩くための指導			
12	4. 指導手順3. <歩調>	歩調を見つけるための指導	12分	26分	
13	4. 指導手順4. <歩き続ける>	歩き続けるためのフォームの指導			
14	4. 指導手順4. <動機づけ>	モチベーション向上、効果につなげる言葉			
15	5. その他の指導のポイント	その他の指導ポイント			
16	5. 指導のポイント①②③	①早目の指示②声③ノンバーバルキュー	8分	34分	
17	5. 指導のポイント④	④指導位置			
18	5. 指導のポイント④	※付録1			
19	5. より高い指導力<指導の循環>	指導の循環			
20	5. より高い指導力<指導の手順>	指導の手順	8分	42分	
21	●実技課題Ⅰ	講師実演動画(2分)			
22	課題Ⅰを練習しましょう	【練習】 ※小休憩	10分	52分	
23	6. RWのプログラミング	RWのプログラミング ※付録2			34分
24	6. バリエーション<移動の軌跡>	バリエーション要素解説 【講師実演】	10分	62分	
25	6. バリエーション<歩き方の要素>				
26	6. パターンの作成	プログラムシート ※付録2			
27	●RWのパターン	講師実演動画(2分) パターンの例	8分	70分	
28	6. パターンの作成	動画の解説、シートへの記入の仕方			
29	パターンの作成	【練習】自分でパターンを作る	10分	80分	
30	課題Ⅱ①を練習しましょう	【練習】	6分	86分	
31	7. RWの指導	RW指導における留意点			14分
32	7. RWの指導	指定されたRWのプログラム	6分	92分	
33	●実技課題Ⅱ②	講師実演動画(1分)			
34	課題Ⅱ②を練習しましょう	【練習】	8分	100分	
35	リハーサル練習	【練習】課題Ⅰ(2分)			20分
36	リハーサル練習	【練習】課題Ⅱ①(2分)	15分	115分	
37	リハーサル練習	【練習】課題Ⅱ②(1分)			
38	試験の準備はできましたか?	課題の確認と、質疑応答	5分	120分	