

GFI試験

気を付けて欲しいポイント

実技試験 保留判定の例

2017/10/26 「GFI資格」養成校実技教員研修会



ADBI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>➡実際に保留判定になったケース</p>
規定動作の実演	<p>レッグカールを実施する際は股関節を伸展させた状態で、膝関節を屈曲させる</p> <p>➡股関節が屈曲した状態で膝が前に出ている</p>
	<p>ニーアップを実施する際は上肢・下肢ともに動作をコントロールし、体幹を安定させる</p> <p>➡勢いで上肢を挙上しているために姿勢が崩れてしまう</p> <p>➡上肢の可動域が狭く、挙上していると認められない</p>
	<p>音楽のビートに合わせて動く</p> <p>➡早取りになってしまう</p>
規定動作の指導	<p>何を言っているのかがはっきりと聞き取れるような声量で指導する</p> <p>➡声が小さく、聞き取りづらい</p>
	<p>タイミングよく指示を出す</p> <p>➡指示を出すタイミングが遅い</p>
	<p>安全性に関する注意をする</p> <p>➡呼吸や姿勢、動き方などに対する注意がない</p>

ADI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>➡実際に保留判定になったケース</p>
運動強度を上げる 3分間のプログラム	<p>運動強度を変化させる要因を活用し、徐々に強度を上げるプログラムを作成する</p> <p>➡急な強度変化がある、強度の変化がみられない</p>
	<p>下肢の動きがスムーズにつながるようにする</p> <p>➡下肢の動きのつながりが不自然</p>
より高い指導力	<p>目線や顔を動かすなどして参加者全体をよく見る</p> <p>➡参加者全体を観察している様子ない</p>
	<p>参加者全体をよく見た上で、適切な指示をする</p> <p>➡全体を見てはいるが、何も指示がない（修正等していない）</p>
	<p>参加者から見やすい位置、動きが分かりやすい体の向きで指導する</p> <p>➡始終対面（背面）のままで指導している</p>

WEI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>➡実際に保留判定になったケース</p>
エクササイズとしての ウォーキング指導	<p>歩幅を維持しながら歩調を上げるよう2段階で指導をする</p> <p>➡1回しか指導をしていない（2段階目がない）</p>
	<p>上げた歩調を維持するために上肢の動きを指導する</p> <p>➡上肢の動きを指導していない、上げた歩調を維持するよう指導していない</p>
リズムウォーキングの プログラム作成	<p>異なる2つのパターンで構成する</p> <p>➡それぞれのパターンに同じバリエーション要素が含まれていて違いが明確でない</p>

REI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>➡実際に保留判定になったケース</p>
条件に応じたエクササイズを選択	<p>課題の筋に重力負荷がかかるエクササイズはJAFATEキストや添付資料から選択する</p> <p>➡間違ったエクササイズを選択している</p>
	<p>課題の動作を正しく4回以上示す</p> <p>➡正しいと認められる動作を3回しか示していない</p>
負荷強度の調節	<p>負荷強度の軽減方法（自重負荷・関節角度・部位の限定）を必ず告げる</p> <p>➡負荷強度の軽減方法を言い忘れる、告げた軽減方法と実施したエクササイズが合致しない</p>
	<p>軽減したエクササイズは対象とする筋に重力負荷がかかるようにする</p> <p>➡軽減したエクササイズが間違っている</p>
	<p>軽減したエクササイズを正しく4回以上示す</p> <p>➡正しいと認められる動作を3回しか示していない</p>
より高い指導力	<p>目線や顔を動かすなどして参加者全体をよく見る</p> <p>➡参加者全体を観察している様子がない</p>
	<p>参加者のやる気を促す言葉かけをする</p> <p>➡何も動機づけをしていない</p>
	<p>本人動作を明確に行う（動きの軌道と大きさ・動かす部位と動かさない部位）</p> <p>➡動きの可動域が小さく分かりづらい</p> <p>➡メリハリがなくどこからどこまで動かしているのか分かりづらい</p>

SEI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>➡実際に保留判定になったケース</p>
条件に応じたエクササイズを選択	<p>課題の部位に伸長感をもたらすエクササイズはJAFATEキストや添付資料から選択する</p> <p>➡間違ったエクササイズを選択している</p>
	<p>伸長姿勢を明確に示すために5秒程度は必ず保持をする</p> <p>➡伸長姿勢の保持時間が短い</p>
姿勢やポジションの修正	<p>修正する方法（姿勢・支持面の変化、関節角度の変化、伸長部位の限定）を必ず告げる</p> <p>➡修正する方法を言い忘れる、告げた修正方法と実施したエクササイズが合致しない</p>
	<p>修正したエクササイズが対象部位に伸長感をもたらすようにする</p> <p>➡修正したエクササイズが間違っている</p>
	<p>伸長姿勢を明確に示すために5秒程度は必ず保持をする</p> <p>➡伸長姿勢の保持時間が短い</p>
より高い指導力	<p>目線や顔を動かすなどして参加者全体をよく見る</p> <p>➡参加者全体を観察している様子がない</p>
	<p>参加者全体をよく見た上で、適切な指示をする</p> <p>➡全体を見てはいるが、何も指示がない（修正等していない）</p>
	<p>参加者のやる気を促す言葉かけをする</p> <p>➡何も動機づけをしていない</p>
	<p>本人動作を明確に行う（準備姿勢→伸長姿勢・動きの軌道・可動域）</p> <p>➡準備姿勢と伸長姿勢が明確でない</p> <p>➡動きの可動域が小さく分かりづらい</p> <p>➡メリハリがなくどこをどのように動かしているのか分かりづらい</p>

AQWI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>→実際に保留判定になったケース</p>
条件に応じたレジスタンス エクササイズを選択	<p>対象となる筋に水の抵抗がかかるような動作を行う</p> <p>→間違ったエクササイズを選択している</p>
	<p>強化する筋を短縮させるときにアクセントをつけるようにする</p> <p>→アクセントがないのでどの動作の時に水の抵抗を使っているのか分からない</p>
より高い指導力	<p>目線や顔を動かすなどして参加者全体をよく見る</p> <p>→参加者全体を観察している様子がない</p>
	<p>参加者全体をよく見た上で、適切な指示をする</p> <p>→目線や顔を動かしているだけで、何も指示がない（修正等していない）</p>
	<p>参加者のやる気を促す言葉かけをする</p> <p>→何も動機づけをしていない</p>
	<p>正しい姿勢で水を意識した動作表現をする</p> <p>→水中での動作が表現できていない</p>

AQDI

評価項目	<p>気を付けて欲しいポイント</p> <p>→実際に保留判定になったケース</p>
運動強度を上げる 2分30秒のプログラム	<p>運動強度を変化させる要因を活用し、徐々に強度を上げるプログラムを作成する</p> <p>→途中で強度が下がる、強度の変化が見られない</p>
より高い指導力	<p>目線や顔を動かすなどして参加者全体をよく見る</p> <p>→参加者全体を観察している様子がない</p>
	<p>参加者全体をよく見た上で、適切な指示をする</p> <p>→全体を見てはいるが、何も指示がない（修正等していない）</p>
	<p>正しい動作で参加者から見やすい位置、動きが分かりやすい体の向きで指導する</p> <p>→動作が不正確、指導位置や体の向きが変わらない</p>
	<p>動きの変わり目よりも早いタイミング指示を出す</p> <p>→指示のタイミングが動きの変わり目とほぼ同時、または遅い</p>