

| | | | | | | | | | | | |
|--|---------------------|-----|----|----------|---|----|----------------|-----|----|----|---|
| 2020年度 日本工学院八王子専門学校 | | | | | | | | | | | |
| スポーツ健康学科 インストラクターコース | | | | | | | | | | | |
| パーソナルウェルネス演習 1 | | | | | | | | | | | |
| 対象 | 1年次 | 開講期 | 後期 | 区分 | 必 | 種別 | 実習 | 時間数 | 30 | 単位 | 1 |
| 担当教員 | 高杉 | | | 実務 経験 | 有 | 職種 | フィットネスインストラクター | | | | |
| 授業概要 | | | | | | | | | | | |
| クラウドシステムやウェアラブルデバイスの基礎知識や技術の習得を目指します。 | | | | | | | | | | | |
| 到達目標 | | | | | | | | | | | |
| デジタルデバイスやスマートフォンアプリを用いた運動のバリエーションを知り、使用できるようになることを目標とします。また、他者とのコミュニケーション能力を向上することができます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業方法 | | | | | | | | | | | |
| スマートフォンやウェアラブルデバイスを利用した運動指導を実践します。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 | | | | | | | | | | | |
| 試験と課題を総合的に評価します。授業内容の理解度を確認するために課題等を実施します。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。授業態度が著しく思わしくないものは、その出席分を認めない場合があります。スマートフォンを持参して下さい。 | | | | | | | | | | | |
| 教科書教材 | | | | | | | | | | | |
| 毎回レジュメ・資料を配布します。 | | | | | | | | | | | |
| 回数 | 授業計画 | | | | | | | | | | |
| 第1回 | 授業概要説明 | | | | | | | | | | |
| 第2回 | フィットネス業界の現在とIoTの関わり | | | | | | | | | | |
| 第3回 | インターネットと通信の仕組み | | | | | | | | | | |

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科 インストラクターコース

パーソナルウェルネス演習 1

| | |
|------|---------------------------|
| 第4回 | 様々なデジタルツールとその用途 |
| 第5回 | フィットネス系アプリとその種類 |
| 第6回 | ～第10回フィットネス系アプリを理解する |
| 第11回 | ～第12回Bluetoothとハートレートセンサー |
| 第13回 | フィットネスアプリを考える |
| 第14回 | 小テスト |
| 第15回 | まとめ |