

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科三年制 インストラクターコース											
パーソナルウェルネス演習 7											
対象	3年次	開講期	後期	区分	選	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											
パソコン（学校準備）、スマートフォンとTGSキー等のデジタルデバイスを利用します。個人ワークやグループワークを取り入れ、講師からの一方的な講義ではなく、全員で意見を交わしながら授業を行い、他の意見を聞き、参考にしながら学びを深めることができます。											
到達目標											
デジタルデバイスやmywellnesscloudを使いこなせるようになります。フィットネスクラブで実際に行われているジムのオペレーションの基本を学び指導方法を習得できることを目標とします。											
授業方法											
mywellnesscloudを使用した実際のジムのオペレーションを習得し運動指導に活かすことができます。											
成績評価方法											
試験と課題を総合的に評価します。授業時間内に行われる発表方法、内容について評価します。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。スマートフォンとTGSキーを持参して下さい。											
教科書教材											
各回必要に応じ、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	ジムのオペレーションとは										
第3回	～第6回フィットネスクラブにおけるジムオペレーション										

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科三年制 インストラクターコース

パーソナルウェルネス演習7

第7回	ジムオペレーションの作成1
第8回	mywellnesscloudの復習
第9回	エンドユーザー体験1
第10回	エンドユーザー体験2
第11回	mywellnesscloudを用いたオペレーション
第12回	～第13回ロールプレイ
第14回	模擬テスト
第15回	まとめ