

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 8											
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ます。他の意見を聞き、参考にしながら学びを深めて行きます。											
到達目標											
デジタルデバイスやmywellnesscloudを活用できるようになります。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を習得し、プライマリーレベルでの運動指導ができることを目標とします。											
授業方法											
フィットネスクラブにおける、デジタルデバイス／mywellnesscloudを活用した実際のフィットネスクラブでの指導を想定した運動指導・運営方法を学び理解します。											
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。また、スマートフォンとTGSキーを持参してください。											
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	ジムオペレーションの必要性										
第 3 回	～第 4 回IoTとフィットネスクラブ										

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 8	
第5回	～第6回IoTを活用したジムオペレーションの実例
第7回	～第10回ジムオペレーション演習
第11回	入会促進／退会防止
第12回	～第14回WellnessLifestyle
第15回	PWT対策