

2021年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科 スポーツ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	演習	時間数	30	単位	2
担当教員	唐木田			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											
デジタルデバイスを用いた運動の基礎知識について学びます。											
到達目標											
スマートフォンアプリやデジタルデバイスの基礎知識や技術の習得をめざします。											
授業方法											
スマートフォンやデジタルデバイスを利用します。											
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ください。											
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										

2021年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科 スポーツ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	フィットネス系アプリを理解する①（運動に役立つ代表的なアプリ）
第7回	フィットネス系アプリを理解する②（日常生活に役立つ代表的なアプリ）
第8回	フィットネス系アプリを理解する③（デジタルデバイスごとの特徴：iPhone編）
第9回	フィットネス系アプリを理解する④（デジタルデバイスごとの特徴：android編）
第10回	フィットネス系アプリを理解する⑤（アプリから得られるデータについて）
第11回	フィットネス系アプリを理解する⑥（アプリを使った運動を体験する）
第12回	フィットネス系アプリを理解する⑦（〃）
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