スポーツ指導者の基礎Ⅰ

科目ナンバリング　SPS-103
必修　　2単位

穴井　さやか

1. 授業の概要（ねらい）

日本体育協会公認スポーツ指導者養成プログラムに準拠し、スポーツ指導、競技者育成の基本的用語や知識、指導法を身につけ、日本スポーツ界に必要とされている理念や最低限必要な知識等を学ぶ。また、授業内でのディスカッションやグループワークを通し、スポーツ指導に対する自分なりの考えを持てるようになることを目指す。

2. 授業の到達目標

①スポーツ指導者の専門的用語を理解する。
②スポーツ指導者としての専門的知識と指導法を説明できる。

3. 成績評価の方法および基準

・試験採点結果が60%以上の得点であること
・授業ごとに提出する授業内小レポート30%
・授業外で提示するレポート課題(授業の復習)10%

4. 教科書・参考文献

参考文献
日本体育協会　『公認スポーツ指導者　養成テキスト　共通Ⅰ,Ⅱ,Ⅲ』

5. 準備学修の内容

・指定した参考書の次回授業部分および考察プリントを授業終了後に配布するので授業までにまとめてくること。
※詳細については、初回の授業にて詳しく説明する。

6. その他履修上の注意事項

・授業内容からレポート課題やテスト内容を決定するが、まずはしっかり授業を受け理解すること。
・講義中の携帯電話の使用および飲食は慎むこと。

7. 授業内容

【第1回】　ガイダンス（授業の目的と進め方、評価方法、受講上の留意点など）
【第2回】　指導者の役割～スポーツ指導者とは～
【第3回】　指導者の役割～指導者の心構え・視点～
【第4回】　指導者の役割～コーチングの基本的な理論～
【第5回】　コミュニケーションスキルを学ぶ(グループワーク)
【第6回】　傾聴のスキルを学ぶ(グループワーク)
【第7回】　スポーツと心～スポーツと心に関わる諸問題～
【第8回】　スポーツの心理～スポーツにおける動機づけ～
【第9回】　スポーツの心理～スポーツにおける目標設定～
【第10回】　コーチングの心理～チーム目標と個人目標～
【第11回】　コーチングの心理～指導者による心理的サポート～
【第12回】　体力とは
【第13回】　トレーニングの進め方と種類
【第14回】　あなたにとってスポーツ指導者とは？(グループディスカッション)
【第15回】　まとめ、テスト