

スポーツ指導者の基礎Ⅱ

科目ナンバリング SPS-201
選択 2単位

緒方 貴浩

1. 授業の概要(ねらい)

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成プログラムに準拠し、スポーツ指導者としての基礎的知識と技能について講義する。

2. 授業の到達目標

- ① スポーツ指導者の本質について理解する。
- ② スポーツ指導者に必要な心理分野における基礎的知識を習得する。
- ③ ジュニア期の発育発達に応じた運動遊び・スポーツ指導を行える。
- ④ スポーツの普及発展に貢献するスポーツ指導のあり方について理解する。

3. 成績評価の方法および基準

- (公財)日本スポーツ協会公認ライセンスの資格認定テストを兼ねているため成績の評価は、下記の基準で行います。
 - ・試験採点結果が60%以上の得点が必要。
 - ・ジュニアを対象にした指導計画の立案および模擬授業の内容を加味する。

4. 教科書・参考文献

教科書

(公益財団法人 日本体育協会) 『公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅰ・Ⅲ』
(公益財団法人 日本体育協会) 『公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅰ・Ⅲ ワークブック』
※ワークブックの提出を3回以上実施するため、テキストおよびワークブックは必ず購入すること

5. 準備学修の内容

- ・これまで自分が受けてきたスポーツ指導について振り返り考察する。
- ・部やサークル、スポーツ活動において、指導的役割を積極的に行う。
- ・スポーツ指導に関する情報・問題を日常的にメディア等でチェックする。

6. その他履修上の注意事項

- ・スポーツ指導者として、規範的意識と態度を心がけること。
- ・問題意識を持って主体的に取り組むこと。

7. 授業内容

- 【第1回】 授業ガイダンス
指導者として理解すべきジュニア期のスポーツ指導とスポーツの心理的作用について学習することを説明する。
- 【第2回】 望ましいスポーツ指導者とは何か。望ましいプレイヤー像から考える。
- 【第3回】 発育発達期の身体的特徴
スポーツ活動を通じた発育発達期での身体的特徴について取り扱う。
- 【第4回】 発育発達期の心理的特徴
スポーツ活動を通じた心理的特徴について取り扱う。
- 【第5回】 スポーツ活動の怪我・疾病(発育発達期に多いケガや病気 発育発達期のプログラム)
発育発達期に特徴的に発症するスポーツに関するケガや病気について取り扱う。
- 【第6回】 競技者育成プログラムの理念(発育発達期のプログラム)
発育発達期のプログラムを含んだ一貫育成プログラムとして取り扱う。
- 【第7回】 ジュニア期の発育発達に応じた運動遊びを取り入れた指導計画の立案。
- 【第8回】 ジュニア期の発育発達に応じた運動遊びを取り入れたスポーツ指導。
- 【第9回】 指導者のメンタルマネジメント
- 【第10回】 スポーツ選手のバーンアウト。
- 【第11回】 ライフスキルおよびライフスキルトレーニング。
- 【第12回】 選手の心理的サポート(心理スキルの診断および目標設定)
- 【第13回】 選手の心理的サポート(良い緊張感を作る)
- 【第14回】 選手の心理的サポート(集中力のトレーニング)。
- 【第15回】 まとめ、テスト
ジュニア期のスポーツ指導とスポーツの心理的作用について学習したことを振り返りまとめる。