指導者論Ⅰ

科目ナンバリング　SPS-301
必修　　2単位

本郷　仁吾

1. 授業の概要（ねらい）

スポーツの果たす役割は健康の維持・増進にとどまらず、社会性を学ぶ場であったり、健全な社会の形成にも役立っています。スポーツを行う際には、本人のやる気などが必要ですが、指導者がうまくやる気を引き出し、正しい方法の指導や、集団をうまくコントロールすることなどは、スポーツを効果的に行うためには重要な要素となります

また、具体的には、年齢、性別、身体的特徴に応じた運動プランの作成と安全管理に関する基本的な事柄を解説し、その上で、我が国のスポーツ・システムと指導者の在り方について検討していきます。

本講義では、指導者の役割と、中高年者・女性・障害者などの対象に合わせたスポーツ指導方法について学んでいきます。グループワークを積極的に行い、ディスカッションを繰り返すことにより、習熟度を高めていく。

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の共通科目での授業です。

2. 授業の到達目標

・対象に合わせたスポーツ指導について説明できる。
・指導者の役割について説明できる。

3. 成績評価の方法および基準

・授業内ミニレポート（30%）と筆記試験（70%）の合計点により評価する

4. 教科書・参考文献

教科書
日本スポーツ協会　『公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅱ』
日本スポーツ協会　『公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅲ』

5. 準備学修の内容

・事前に教科書を読んでおくこと
・前回の授業の復習をすること

6. その他履修上の注意事項

・指導者を目指す者としてふさわしい態度で授業に臨むこと
・授業受講上のルールを守ること

7. 授業内容

【第1回】　ガイダンス
【第2回】　パフォーマンス向上のための考え方①　目標設定
【第3回】　パフォーマンス向上のための考え方②　チームワーク
【第4回】　パフォーマンス向上のための考え方③　やる気
【第5回】　パフォーマンス向上のための考え方④　本番で実力を発揮する方法
【第6回】　パフォーマンス向上のための考え方⑤　セルフイメージとは
【第7回】　対象に合わせたスポーツ指導①　中高年者とスポーツ
【第8回】　対象に合わせたスポーツ指導②　女性とスポーツ
【第9回】　対象に合わせたスポーツ指導③　障害者とスポーツ
【第10回】　指導者の役割①　プレーヤーと指導者の望ましい関係
【第11回】　指導者の役割②　ミーティング方法
【第12回】　指導者の役割③　競技者育成プログラムの理念に基づく展開
【第13回】　運動プランの作成とその実行①（対象別に）
【第14回】　運動プランの作成とその実行②（対象別に）
【第15回】　筆記試験・まとめ