

スポーツ運動学(運動方法学を含む)

科目ナンバリング SPS-205
選択 2単位

細川 史裕

1. 授業の概要(ねらい)

「運動の構造・成り立ち」を理解し、学校の教育現場やスポーツの指導現場に必要な「運動の見方・観察・考え方・アドバイス」のスキル向上を目指した講義としています。

2. 授業の到達目標

それぞれの学生が関わる競技において「授業内で得られる知識」を応用し、指導者として動きの「観察からの確かなアドバイス」までを行うことが出来るようになることを目指します。

3. 成績評価の方法および基準

以下の項目を満たしたうえで、総合的に評価します。
単位取得には、総授業時間数の80%以上の出席と試験での60%以上の得点が必要です。

4. 教科書・参考文献

5. 準備学修の内容

次週の講義テーマに関する情報についてレポートにまとめる。

6. その他履修上の注意事項

授業内ではグループディスカッションやグループワークを多く取り込むため、より積極的な授業参加を求める。
また、講義内での食事(ガムも含める)は禁ずる

7. 授業内容

- 【第1回】 授業ガイダンス
- 【第2回】 スポーツ運動学とは:
スポーツ運動学の概念と目的を学びます
- 【第3回】 運動の分類:
運動効果や運動原理による、運動の分類の仕方についてグループワークで学びます
- 【第4回】 運動の内観:
運動の内観についての学びと、指導者としてどのように内観を引き出すかについて学びます
- 【第5回】 運動の観察1:
運動の自己観察と、他者観察について学びます
- 【第6回】 運動の観察2:
自己観察と他者観察の知識を踏まえて、指導者が身につけるべき能力をフィールドワークで学びます
- 【第7回】 運動協調1:
質の高いスポーツスキルとはどういったものなのか「運動の局面構造、運動のリズム、伝導」に着目して学びます
- 【第8回】 運動協調2:
質の高いスポーツスキルとはどういったものなのか「運動の流動、弾性、先取り、正確性、調和」に着目して学びます
- 【第9回】 習熟位相:
運動の発生から最高精協調にむけての段階をグループワークで学びます
- 【第10回】 運動のコツ:
運動技術における「コツ」と「勘」と、これらを高めていく方法について学びます
- 【第11回】 運動の発達1:
スポーツスキルと運動スキルについて学びます
- 【第12回】 運動の発達2:
運動スキルとスポーツスキルの関係性について学びます
- 【第13回】 運動指導の計画と管理:
授業で得られた知識を基に指導の計画と管理の立案を行います
- 【第14回】 講義のまとめ
- 【第15回】 テスト