

指導者論Ⅱ

科目ナンバリング DMB-102
選択 2単位

大熊 誠二

1. 授業の概要(ねらい)

スポーツ指導の計画、実践、評価の方法と個人及び集団に対するスポーツ指導の在り方とその特徴について理解し、スポーツ指導者として必要な知識を習得する。

2. 授業の到達目標

- ①個人及び集団に対するスポーツ指導計画を区別して立案できる。
- ②個人及び集団に対するスポーツ指導の実践とその評価方法について説明できる。

3. 成績評価の方法および基準

授業態度・リアクションペーパー(30%)、グループワーク(30%)、試験(40%)で評価する。

4. 教科書・参考文献

教科書

『公認スポーツ指導者 養成テキスト 共通科目Ⅰ』 日本体育協会

5. 準備学修の内容

授業中で用いた資料やレポート等をすべてひとつのファイルに綴じ本授業用のポートフォリオを作成してください。

6. その他履修上の注意事項

- ・スポーツ指導者としてふさわしい態度と身なりで受講すること。
- ・受け身にならず、主体的に学ぶ姿勢で臨むこと。

7. 授業内容

- 【第1回】 オリエンテーション:授業の進め方、評価方法、受講上の留意点
- 【第2回】 栄養摂取と食生活:食からみたアスリートの健康管理、スポーツ活動と安全管理①(個人的要因)
- 【第3回】 メンタルマネジメント:リラクセーショントレーニングの意義と方法
- 【第4回】 トレーニング理論:トレーニングの効果と手段、トレーニングの5原則
- 【第5回】 スキルの獲得とその獲得過程:スキルの獲得過程とそれに応じた指導、競技者育成と評価①(評価の必要性)
- 【第6回】 トップアスリートを育てるために:チャンピオンスポーツの実際、競技者育成と評価②(評価方法)
- 【第7回】 アスリートの健康管理:スポーツ活動と安全管理(環境的要因、競技特性)
- 【第8回】 トレーニング計画作成の手順:指導計画の立て方(集団の指導計画、期別計画)
- 【第9回】 トレーニング計画作成(グループワーク)①:担当のスポーツ種目選択、グループ分け、競技スポーツとIT①(VTR、インターネットなどを利用した情報収集)
- 【第10回】 トレーニング計画作成(グループワーク)②:年間計画の作成、競技者育成システムにおける指導計画(海外の競技者育成システムの紹介)
- 【第11回】 トレーニング計画作成(グループワーク)③:トレーニング内容のまとめ、競技スポーツとIT②(VTR、インターネットなどを利用した情報収集と分析)
- 【第12回】 トレーニング計画作成(グループワーク)④:分析結果のアウトプットの方法、プレゼンテーションの準備
- 【第13回】 トレーニング計画発表会①:グループのトレーニング計画の発表と、発表に対する振り返り
- 【第14回】 トレーニング計画発表会②:発表会の総括と講義内容の振り返り、試験について、個人に対する指導計画の立て方(個人の指導計画)
- 【第15回】 トレーニング計画発表会の省察と、まとめ・試験