

スポーツ指導者の基礎Ⅱ

科目ナンバリング SPS-106
選択 2単位

木戸 清孝

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、「スポーツ指導者の基礎Ⅰ」で学んだ知識をもとに授業を進めていく。また、多様化するスポーツ指導の企画立案ができるよう、基盤となる知識を習得する。

2. 授業の到達目標

- ①各対象の特性と基本的知識を記述できる。
- ②スポーツ指導の在り方について理論的に説明できる。

3. 成績評価の方法および基準

- ・試験得点結果が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%
- ・授業外で提出するレポート課題10%

4. 教科書・参考文献

参考文献

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Ⅰ.Ⅲ』

5. 準備学修の内容

- ・指定した参考書の次回授業部分及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。

6. その他履修上の注意事項

- ・指定した参考書の次回授業部分及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。
- ・講義中の携帯電話の使用及び飲食は控えること。

7. 授業内容

- 【第1回】 ガイダンス(授業の進め方、評価方法、受講上の留意点)
- 【第2回】 発育発達期の身体的特徴について
- 【第3回】 発育発達期の心理的特徴について
- 【第4回】 発育発達期に多い怪我や病気について
- 【第5回】 発育発達期のプログラムについて
- 【第6回】 メンタルマネジメントとメンタルトレーニング
- 【第7回】 アスリートの心性
- 【第8回】 メンタルマネジメント ～あがり・プレッシャー～
- 【第9回】 メンタルマネジメント ～イメージトレーニング～
- 【第10回】 中高齢者とスポーツ
- 【第11回】 女性とスポーツ
- 【第12回】 障がい者とスポーツ
- 【第13回】 対象に応じたスポーツ指導の立案(グループワーク)
- 【第14回】 トップアスリートを取り巻く諸問題(グループディスカッション)
- 【第15回】 まとめ、テスト