

## 指導者論 II

科目ナンバリング SPS-302  
必修 2単位

木戸 清孝

### 1. 授業の概要(ねらい)

スポーツ指導者としてスポーツ指導を正しく行うための指導法や哲学などの理解を深め、その理論をもとに合理的なスポーツ指導を理解する。  
「指導者論 I」で学んだ知識をもとに授業を進めていく。

### 2. 授業の到達目標

・指導者論 I で学んだ知識を基礎に、より専門的なスポーツ指導について説明できる

### 3. 成績評価の方法および基準

学期末のテスト(60%)、授業内課題(LMSによる課題や小テストなど)の授業に対する取組み(40%)で評価します。出席が3分の2に満たない場合(オンラインの場合は課題や小テストを期日までに提出しなかった場合は欠席となります)、期末試験を受験しなかった場合は評価対象外となります

### 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、II、III』

### 5. 準備学修の内容

習:新聞やニュースに取り上げられる、健康や運動・スポーツに関して興味・関心を持つこと。復習:配布されたプリントや参考書を元に、必ず復習をすること。

### 6. その他履修上の注意事項

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

### 7. 授業内容

- 【第1回】 授業ガイダンス
- 【第2回】 プレーヤーと指導者の望ましい関係
- 【第3回】 ミーティングの方法
- 【第4回】 世界の頂点を目指すアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割
- 【第5回】 スポーツと栄養
- 【第6回】 メンタルトレーニング
- 【第7回】 メンタルマネジメント ①イメージトレーニング・リラクゼーション
- 【第8回】 メンタルマネジメント ②集中力のトレーニング
- 【第9回】 トップアスリートを育てるための指導者の役割
- 【第10回】 トップアスリートの育成、強化の方法とその評価
- 【第11回】 トップアスリートを育てるために指導者が持つべき視点
- 【第12回】 トップアスリートを育てるために指導者が持つべき具体的方策
- 【第13回】 競技力向上のためのチームマネジメント
- 【第14回】 指導者とは
- 【第15回】 まとめ、試験