

2011年度

科目名	ゼミナールⅠ				
担当教員	児玉 公正				
配当	人社3		コード	33063	
開期	通年	講時	水曜日3限	単位数	4
授業テーマ	スポーツ競技者育成プログラム論(トレーニング方法を含む)				
目的と概要	教育現場の課外活動指導、総合型地域スポーツクラブにおいてスポーツに初めて出会う子どもたちや初心者を対象にした指導、これらの指導者は非科学的な情熱と科学的な情報とを武器に、スポーツの楽しさとすばらしさを子どもたちに伝えてもらいたい。それに必要なプログラムを確認する場、これがゼミの根幹である。各情報は科学に裏付けられたものを極力採用し、4年次に取り組む卒論の課題へと発展する。				
成績評価法	小まめにレポート(50%)を課す。あわせて、授業意欲(10%)や平常点(40%)を加味し総合的に評価する。				
テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目1・3巻(日本体育協会)				
参考書	随時紹介				
履修に当たっての注意・助言/準備学習	日本体育協会が指導者に養成に使用するテキストをゼミで読み解き、指導者に求められるアイテムを議論したい。常に、範囲について予習して臨むこと。				
講義計画					
前 期					
第1回	スポーツ指導者とは (1)		理想とするスポーツ指導者		
第2回	スポーツ指導者とは (2)		望まれる指導者像		
第3回	指導者の心構え・視点 (1)		主体はプレイヤー		
第4回	指導者の心構え・視点 (2)		コーチングの基本的な理論		
第5回	競技者育成プログラムの理念 (1)		長期的視野にたった競技者の育成		
第6回	競技者育成プログラムの理念 (2)		一貫指導システムにおける指導者の役割		
第7回	トレーニングの進め方 (1)		トレーニングの原理		
第8回	トレーニングの進め方 (2)		トレーニングの原則		
第9回	トレーニングの進め方 (3)		トレーニングの処方		
第10回	トレーニングの種類 (1)		形態別分類		
第11回	トレーニングの種類 (2)		体力要素による分類		
第12回	トレーニングの種類 (3)		筋力トレーニング		
第13回	指導計画の立て方 (1)		指導計画の重要性		
第14回	指導計画の立て方 (2)		指導計画の種類		
第15回	指導計画の立て方 (3)		指導計画の実施		
後 期					
第16回	競技者育成と評価 (1)		評価の必要性		
第17回	競技者育成と評価 (2)		評価方法		
第18回	競技者育成システムにおける指導計画 (1)		システムの必要性		
第19回	競技者育成システムにおける指導計画 (2)		計画区分		
第20回	競技者育成システムにおける指導計画 (3)		計画に考慮すべき項目		
第21回	競技力向上のチームマネジメント (1)		チームとは何か		
第22回	競技力向上のチームマネジメント (2)		チームマネジメントとは何か		
第23回	競技力向上のチームマネジメント (3)		マネジメントの実際		
第24回	競技スポーツとIT (1)		ITを利用したスポーツ指導		
第25回	競技スポーツとIT (2)		映像を利用した技術指導		
第26回	競技スポーツとIT (3)		映像を利用したゲーム分析		
第27回	アスリートの健康管理		メディカルチェック		
第28回	コンディショニングの手法		ストレッチング、アイシング、テーピング		
第29回	アンチ・ドーピング		検査の実際		
第30回	精神障害と対策		予防方法		