

講義コード	1044	科目区分	
(フリガナ)	スポーツジッセンシドウホウⅡ(コンディショニング)	(フリガナ)	イガワ タカヒロ
授業科目名	スポーツ実践指導法Ⅱ(コンディショニング)	担当教員名	井川 貴裕
英文授業科目名	conditioning:coaching method Ⅱ		
基準年次(開講期)	4年次	履修形態	選択
曜日/時限/講義室			
授業の方法	演習	授業の方法 (詳細情報)	演習
単位	2	週時間	2
授業のキーワード	コンディショニング、トレーニング指導		
授業概要・目的	<p>本授業では以下の2点を獲得することを目的としている。</p> <p>1)コンディショニングを調える方法を学ぶ</p> <p>2)トレーニング指導に必要な評価方法、トレーニング計画立案について学ぶ</p>		
到達度評価の 評価項目	<p>・トレーニング指導に必要な体力、身体的な評価が出来る</p> <p>・評価結果に基づいたトレーニング計画を作成できる</p>		
授業計画			
第1回	<p>オリエンテーション、コンディショニングとは</p> <p>授業の進め方、コンディショニングとは、スポーツにおけるコンディショニングの位置づけ</p>		
第2回	<p>トレーニングのプログラミング①</p> <p>トレーニングにおけるPDCAサイクル</p>		
第3回	<p>トレーニングのプログラミング②</p> <p>プログラミン部のテクニック、種類</p>		
第4回	<p>トレーニングプログラム立案のための評価①</p> <p>スペシャルテスト、柔軟性テスト、筋力テスト</p>		
第5回	<p>トレーニングプログラム立案のための評価②</p> <p>スペシャルテスト、柔軟性テスト、筋力テスト</p>		
第6回	<p>トレーニングプログラム立案のための評価③</p> <p>スペシャルテスト、柔軟性テスト、筋力テスト</p>		
第7回	<p>トレーニング指導のテクニック①</p> <p>指導の声掛け、テクニック、技術</p>		
第8回	<p>トレーニング指導のテクニック②</p> <p>指導の声掛け、テクニック、技術</p>		
第9回	<p>トレーニング指導のテクニック③</p> <p>指導の声掛け、テクニック、技術</p>		
第10回	<p>トレーニング実技①</p> <p>グループ発表</p>		
第11回	<p>トレーニング実技②</p> <p>グループ発表</p>		
第12回	<p>トレーニング実技③</p> <p>グループ発表</p>		
第13回	<p>トレーニング実技④</p> <p>グループ発表</p>		
第14回	<p>トレーニング実技⑤</p> <p>グループ発表</p>		
第15回	<p>トレーニング実技⑥</p> <p>グループ発表</p>		
教科書・参考書等	<p>各回、配布資料を用意する。以下、予習・復習にあたる参考図書を紹介する。</p> <p>・日本トレーニング指導者協会 監修「トレーニング指導者テキスト理論編、実践編、実技編」大修館書店</p>		
授業で使用する 機器等	各回、配布資料を用意する。ほか、音声教材、映像(ビデオ/PC/その他画像資料)		
予習・復習への アドバイス	各回の講義内容を確認し、参考書を読む。		
履修上の注意・ 受講条件等	<p>・基礎共通科目(保健体育教職必修科目)。日本体育協会共通科目Ⅰ・Ⅱ修了証およびスポーツリーダー資格取得のための必修科目。日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者受験資格取得のための必修科目</p>		
成績評価の基準等	<p>以下の3つの観点から評価する</p> <p>1) 授業に取り組む姿勢(20/100)</p> <p>2) 課題レポート(40/100)</p> <p>3) 授業内の発表(40/100)</p>		
メッセージ	トレーニング指導者、体育教員などスポーツの指導に関わることに興味のある学生が是非受講して下さい		
オフィス・アワー			
その他			