

【選択】授業・課外活動指導に活かすスポーツ科学と指導法

- ◆期日 平成 29 年 8 月 8 日（火）～8 月 10 日（木） 9:00～17:00（予定）
- ◆時間数 18 時間
- ◆主な対象 中学校・高等学校 保健体育科教諭
- ◆定員 30 名
- ◆会場 たまプラーザキャンパス
- ◆応募期間（仮申込） 平成 29 年 4 月 17 日（月）10:00～同 4 月 18 日（火）23:59
- ◆受講料 2 万円 ※傷害保険料（300 円）
- ◆講習内容

スポーツ領域においては、日々、さまざまな情報が更新されています。各指導現場においてはそれを活用して安全で効果的の指導法が求められています。

本講習は、各講義を通して教育・スポーツ科学に関する最新情報や動向に関して理解を深め、実習において教科ならびに課外活動の指導場面で活かせる様々な授業プログラムや指導法を学習していただきます。

◆担当講師

- 村上 佳司 國學院大學人間開発学部教授
- 神事 努 國學院大學人間開発学部准教授
- 大森 俊夫 國學院大學人間開発学部教授
- 伊藤 英之 國學院大學人間開発学部助教
- 太田 直之 國學院大學人間開発学部教授
- 上口 孝文 國學院大學人間開発学部教授
- 備前 嘉文 國學院大學人間開発学部准教授
- 一 正孝 國學院大學人間開発学部教授
- 川口 愛子 國學院大學人間開発学部准教授

◆シラバス

講義名	運動部活動における指導実践
担当講師	村上 佳司
講義概要	運動部活動を指導する教員（以降、指導者）は、競技特性をはじめ、様々な事項について理解を深めなければなりません。指導者の大きな使命は、安全に選手のスキルや精神面等の能力を最大限高めることであると考えます。このことから、指導者は、常にチーム、選手にとって有効な情報を収集し、適切に選手に伝達・指導することが求められます。そこで本講義は、コーチングフィロソフィーをはじめ、チームビルディング、リスクマネジメントなどについて解説します。
評価方法	講義に関する課題を課し、それを評価する。

講義名	指導に役立つバイオメカニクス
担当講師	神事 努
講義概要	スポーツや身体運動における「動き」や「力」に関する学問分野を「バイオメカニクス」と呼びます。本講義では、解剖学、生理学等の知識を基に、ヒトの身体活動ならびにスポーツ活動を力学的に理解する力を養います。そして、「その動きはどうなっているのか?」、「なぜそのような動きになるのか?」、「どうしたらうまくなるのか?」、「こんな動きはできないのか?」という観点から、基本動作（走、跳、投、打、泳）の原因と結果について説明できるようになることを目指します。
評価方法	講義にもとづく筆記試験によって行う。

講義名	ハードル技術の指導
担当講師	大森 俊夫
講義概要	<ol style="list-style-type: none"> 1) 基礎的な走力向上の指導 接地方法、腿上げ、腕振りなど 2) ハードルに必要な柔軟性向上の指導 股関節の柔軟性、リズムカルな動きなど 3) ミニハードルによる基本技術の指導 ライン取り、ジャンプ力、バランス力など 4) 振り上げ足の練習 振り上げ足の向き、振り上げ角など 5) 抜き足の練習 柔軟性と抜き足の関係、抜き足の接地など 6) 3歩インターバルでの練習 飛びやすいインターバルでのフォーム指導 7) スタートから1台目までの練習 1台目の踏切が合うための走り方 8) ハードル間走法の練習 2台目以降のハードルの踏切が合うための練習 9) 総合練習 各自が飛びやすいインターバルでの通し練習
評価方法	ハードル飛越技術の実技試験

講義名	運動指導の心理学
担当講師	伊藤 英之

講義概要	<p>体育実技の授業や運動部活動の指導に活かせるスポーツ心理学の理論と具体的な実践方法を解説します。まずは、運動制御や運動学習といった、人間が運動するための情報処理システムや運動が上達していく過程を理解してもらいます。そして、どのようなアプローチが人のやる気を生起させるかという動機づけ理論や集団学習の際に押さえておくべき集団心理へと話は進んでいきます。そして応用的なメンタルトレーニングの理論や方法論を体験的に実施します。</p>
評価方法	講義に基づく筆記試験による

講義名	武道の文化史
担当講師	太田 直之
講義概要	<p>武道の成立には、戦闘術としての武芸・武術の発達と、「武」を掌る武士に求められる精神性の深化という二つの側面を考える必要がある。また歴史的背景として鎌倉・室町・江戸という実に600年もの長きにわたって、武士政権である幕府が統治者として存在し続け、社会や文化の中における「武」の位置づけが極めて高かったことも重要であろう。</p> <p>そこで本講義では、中世・近世を中心として、統治者としての武士に求められた精神と技芸といった観点から、武道成立の歴史を概観していきたい。</p>
評価方法	記述試験を行い、60点以上得点したものを合格とする。

講義名	安全な柔道の指導法
担当講師	上口 孝文
講義概要	<p>学習指導要領によれば、柔道の授業は「基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動」であるとし、中学校では、基本動作と基本となる技を身に付け、それらの動作と技を用いて、相手の動きの変化に対応した攻防ができることをねらいとして、1，2学年では基本動作や基本となる技の習得、3学年では、「得意技を身に付け」相手の動きの変化に応じた攻防を展開できることを求めている。高等学校では、これまでの学習を踏まえて、「得意技を用いた攻防が展開できるようにする」ことが求められている。この授業では、基本的な技、得意技の習得から勝敗を競い合うまでの指導過程で、受傷事故を発生させない指導方法のなかで、特に取、受の事故を未然に防ぐための適切な動作について検討しながら授業を展開する。</p>
評価方法	

講義名	学校と地域スポーツクラブの連携について
担当講師	備前 嘉文
講義概要	<p>近年、学校の部活動を巡っては、教員の負担が大きいことや、体罰問題など多くの問題が生じている。そのような問題を解決するために、外部指導者の導入や地域スポーツクラブとの連携が検討されている。本講義では、下記の内容にもとづき学校と地域スポーツクラブの連携について検討を行う。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 日本の体育・スポーツ界を取り巻く環境 <ol style="list-style-type: none"> (1) 学校と企業によるスポーツ振興 (2) 1990年代後半から今日にかけての変化 (3) 地域スポーツクラブによるスポーツ振興 2. 学校と地域スポーツクラブの連携 <ol style="list-style-type: none"> (1) 体育とスポーツ (2) 部活動が果たす役割 (3) 地域スポーツクラブが果たす役割 <ol style="list-style-type: none"> 1) 地域スポーツクラブが抱える問題 2) 教員の地域スポーツクラブに対する意識 3) 学校と地域スポーツクラブの望ましい連携とは 3. 体育・スポーツのあるべき姿とは
評価方法	講義にもとづく筆記試験により実施する。

講義名	スポーツ科学を学際的に考える
担当講師	一 正孝
講義概要	<p>スポーツを科学的に研究する学問が「スポーツ科学」である。「科学」の理解の仕方によって、「広義」と「狭義」の場合が考えられる。広義の場合は、自然科学・人文科学・社会科学を含むもので、スポーツ哲学、スポーツ史、スポーツ社会学、スポーツ心理学、スポーツ医学、スポーツ教育学、スポーツ生理学、スポーツバイオメカニクス等の専門諸学が含まれ、総合科学としてのスポーツ科学となる。科学を狭義に考える場合は、自然科学に限定する傾向があり、スポーツの医学的・力学的・心理学的なものが、スポーツ科学と受け取っている場合がある。</p> <p>最近では、「スポーツ研究を独占するスポーツ科学」といった考え方を放棄すべきであるという指摘も出現しているようである。学際的な取り組みの必要性が現場及び研究の場合にも高まってきている。</p>
評価方法	レポート提出

講義名	ダンス：初心者向けダンス指導法
担当講師	川口 愛子
講義概要	<p>ダンスの目標に「ダンスの楽しさや喜びを味わい、ダンスを通じた交流ができるようにする」としてダンス領域の各運動で身につける「技能」の具体的目標を示しています。</p> <p>今回は「初心者向けダンス指導法」を実技を通して体感していただきたいと考えています。</p> <p>音楽に合わせて、心の感じるままに動かしてみましよう。どんな動きでもダンスになります。個の動きの楽しさ、また動きを通して皆さんと共感し、一緒に踊ることの喜びを体感してほしいと思っています。そのためには最低限の「技術」を身に付けることが必要になります。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップでは日常生活を思い浮かべてリズムカルに動きましよう。 ・現代的なリズムのダンスではビートに合わせて技術を習得しましよう。 ・創作ダンスではテーマに沿ったイメージを引き出し、グループ作品を発表しましよう。 <p>*服装…動きやすい服装の用意をお願いします。</p>
評価方法	実技の取り組み内容と提出物に基づき評価する。