

佐野短期大学シラバス2013

科目名 Subject Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
スポーツ心理学 Sport Psychology		1年	後期	月曜日 3限
単位数	授業の形態		授業の性格	
2単位	講義		必修	
当該科目の理解を促すために受講することが望まれる科目				
健康運動実践指導者・スポーツプログラマー資格関連科目				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
スポーツ指導論				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー	電話番号・メールアドレス	
田中雅子	非常勤講師 控室	授業時間内に説明します	授業中に指示します	
授業の概要				
スポーツ心理学の基礎的な理論を学び、日常生活に出現する様々な現象を心理的に検証する。 スポーツの指導者としてクライアントへの心理的アプローチ法を学ぶ。 様々な年代のクライアントの行動・心理を理解する。				
授業の到達目標				
健康運動実践指導者としてクライアントに適切な心理的アドバイスができるようにする。				
授業の方法				
講義形式				
学習の成果				
スポーツ指導者が置かれている現状と役割を理解することができる。 スポーツ心理学の基礎的な理論が理解することができる。 スポーツの指導者としてクライアントへ介入方法を身に付けることができる。 特定保健指導をはじめ、スポーツ指導者に要求される行動変容の技術を身に付けることができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	スポーツフィットネスインストラクターの実務			
第2回目	スポーツ業界の現状			
第3回目	学習理論			
第4回目	フィットネスと現代社会			
第5回目	ライフステージと運動			
第6回目	行動変容			

第7回目	カウンセリングとアドバイスの基礎知識（１）	
第8回目	カウンセリングとアドバイスの基礎知識（２）	
第9回目	カウンセリングとアドバイスの基礎知識（３）	
第10回目	カウンセリングの実際	
第11回目	スポーツ心理の基礎用語とレポート作成方法	
第12回目	行動変容の実際（１）	
第13回目	行動変容の実際（２）	
第14回目	行動変容の実際（３）	
第15回目	筆記試験	
成績評価の方法と基準		
評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	30%	出席をはじめ授業へ参加態度を評価します。
レポート	20%	心理学用語を用い事例を挙げたレポートを作成します。
調査報告書		
小テスト		
中間・学期末試験	50%	レポート形式の試験です。資料持込可
発表内容（態度含む）		
その他		
教科書と参考図書		
配布プリント		
履修上の心得・ルール		
自ら考え積極的な発言を望みます。		