

科目名 Course Name	コーチング論 Coaching Theory			ナンバリング No.	G3-005		
年次	2年	期別	前期	単位数	2	授業形態	講義
担当者氏名	板倉 茂樹						
連絡方法	C-Learning に対応。または本館2F 研究室。オフィスアワーは授業担当時間以外。						
必修/選択	選択（「健康運動実践指導者」「幼児体育指導者」「コーチングアシスタント」「ジュニアスポーツ指導員」資格取得者科目）						
関連 DP	DP2, DP3						
授業の概要と到達目標	<p>様々なスポーツ分野のコーチング(指導法・トレーニング法・マネジメント法など)について学習し、自らのコーチング哲学を構築する。また心理的なサポートを行うことによりスポーツ参加への動機づけを行い、その行動変容が見られるようなコーチングが行えるようその基礎を学ぶ。</p> <p>①各年齢層に応じた運動指導の必要性が説明できるようにする。</p> <p>②スポーツを楽しんでいた児童や生徒がなぜ、スポーツからバーンアウト(逃避)してしまうのか、その理由を説明できるようにする。</p> <p>③指導中に事故が起こらないために、危険予知能力や危険回避能力といったリスクマネジメントを実践することができるようにする。</p> <p>④スポーツを楽しむ人が多くなるための、行動変容に結びつくアドバイスができるようにする。</p>						
授業の方法	1～11 回の講義でコーチングの基本事項を学ぶ。12 回目でスポーツ指導案を作成し、13～15 回の授業で各自の作成したスポーツ指導案を発表し、指導者役、学生約などの演習授業を行い、相互に評価しあう。						
学習成果	L01	青年から高齢者まで、年齢層に応じた運動指導プログラムの構成ができ自分自身で指導ができる。 スポーツに潜んでいる危険や事故について熟知し、指導者としてその回避方法を導き出すことができる。					
	L02	スポーツを行っていない人に対して、スポーツをはじめってもらうきっかけとなるアドバイスができる。 総合型地域スポーツクラブの運営ができ、同時に指導にもかかわることができる。					
	L03						
	L04						
課題に対するフィードバック	スポーツ指導案作成等に関しては、各自にフィードバックする。演習発表結果は、授業内に各自にフィードバックする。						
教科書/参考図書	教科書:「健康運動実践指導者養成テキスト」(健康・体力づくり事業財団) 参考図書:「Reference Book」(日本スポーツ協会) 「公認ジュニアスポーツ指導員養成テキスト」(日本スポーツ協会)						
履修上の留意点やルール等	教室への食べ物の持ち込み禁止と携帯電話の使用禁止。 事前・事後学習に費やすべき時間の目安は各回 180 分である。						
担当教員の実務経験	実務経験(職種:中学校野球部監督、高等学校硬式野球部アドバイザー、指導主事、校長 職歴:通算 36 年)						

成績評価の方法と基準					
評価の領域	評価基準	学習成果の割合			
		L01	L02	L03	L04
授業参加態度	S評価は「私語なく講義に集中し、指示された必要事項をノート等にまとめ記載している。」である。	30			
レポート/作品					
発表	「各自が考えた運動プログラムについて指導案を作成し、そのプログラムを基として他学生を対象に 20 分以内で指導を行うことができる」である。		10		
小テスト					

佐野日本大学短期大学 2026（令和8）年度シラバス

試験	1回～11回での講義の中で重要事項を中心に100点満点の試験を行い、S=90-100点、A=80-89点、B=70-79点、C=60-69点、D=59点以下で評価	60			
その他					
合計		90	10		

回数		授業計画
1	授業内容	ガイダンス(授業にあたっての態度と注意点、授業内容の確認、成績評価方法、各資格等について)
	事前・事後学習	コーチング論と各種資格との関係についてプリントを使って復習する。
2	授業内容	スポーツ指導者の倫理
	事前・事後学習	事例をもとに何が課題かを考える。
3	授業内容	スポーツ指導者の基本(求められる指導者像、生涯スポーツのためのスポーツ指導者、ジュニア期のスポーツ指導者)
	事前・事後学習	指導者に求められる資質についてまとめる。
4	授業内容	世界の舞台をめざすアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割
	事前・事後学習	ワークシートにまとめる。
5	授業内容	スポーツ活動と安全管理
	事前・事後学習	安全注意義務、安全配慮義務について事前に調べる。
6	授業内容	スポーツと心
	事前・事後学習	ワークシートにまとめる。
7	授業内容	スポーツと人権
	事前・事後学習	様々な事例研究をする。
8	授業内容	スポーツ指導者のコミュニケーションスキル①(プレーヤーの個人指導と心理的問題)
	事前・事後学習	スキルの練習をする。
9	授業内容	スポーツ指導者のコミュニケーションスキル②(チームの指導と心理的問題)
	事前・事後学習	スキルの練習をする。
10	授業内容	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任
	事前・事後学習	事例に基づき法的責任を整理する。
11	授業内容	スポーツへの動機づけ
	事前・事後学習	動機づけスキルのシミュレーションをする。
12	授業内容	指導計画の立て方
	事前・事後学習	指導計画の作成をする。
13	授業内容	スポーツカウンセリング①(コーチングと評価、コーチング評価の目的と分類)
	事前・事後学習	発表の準備と評価のまとめをする。
14	授業内容	スポーツカウンセリング②(コーチング評価の過程)
	事前・事後学習	発表の準備と評価のまとめをする。
15	授業内容	スポーツカウンセリング③(コーチング行動そのものの評価)
	事前・事後学習	発表の準備と評価のまとめをする。