シラバス参照

タイトル「**2023年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**スポーツ科学部**」
シラバスの詳細は以下となります。

戻る

科目ナンバー	SSCS3622		
科目名	個人スポーツ論演習		
担当教員	上野　広治		
対象学年	4年	開講学期	前期
曜日・時限	水２		
講義室	1306	単位区分	選,選必
授業形態	演習	単位数	2
科目大分類	専門		
科目中分類	専門応用		
科目小分類	専門統合・演習		
科目の位置付け（開発能力）	■ＤＰコード-学修のゴールを示すディプロマポリシーとの関連 ＤＰ１-Ｅ　[学識・専門技能]専門分野にかかる理論値と実践地を獲得し利用することができる。 ＤＰ３-Ｇ　[状況把握力・判断力]自らの置かれた状況、及び自己が帰属する集団の内外の状況を的確に把握し適切に対応することができる。 ＤＰ４-Ｆ　[探求力・課題解決力]問いを設定し又は論点を特定し、それに対する答・結論・判断を合理的に導くために、論拠の収集と分析を体系的に行うと主に、オープンエンドな問題・課題にこたえるための方略をデザインし、検証し実行することができる。 ■ＣＲコード-学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモンルーブリック（ＣＲ）との関連 Ｅ１　学識と専門技能（40%） Ｇ１　状況把握（20%） Ｆ１　探求力（15%） Ｆ２　課題解決（15%） Ｈ１　理解力・分析力（5%） Ｉ３　情報分析（5%）		
教員の実務経験			
成績ターゲット区分	■成績ターゲット　能力開発目標ステージとの対応 ３　発展期　～　４　定着期		
科目概要・キーワード	個人スポーツ論で学習した各種目の競技特性論、競技システムとルール、競技会システム、審判法の特性、個人スポーツにおける技術、体力、戦術、トレーニング計画等に関する知識を用いて、他の種目と比較研究することで自身の種目の特性を調査、発表を中心に深く理解し、自らの実践やコーチングに役立つ能力を養います。授業形態は演習により行います。なお、授業の一部を補完・代替するためオンライン授業（オンデマンド型・ライブ型）を取り入れる場合があります。 ■キーワード　個人スポーツ、コーチング、競技特性		
授業の趣旨	自身のスポーツ実践やコーチングに役立つ知識を習得するために、個人スポーツ全般に通底する特性を理解し、ディスカッション等により自身の種目と他の種目と比較研究し、スポーツ科学に則したトレーニング方法について発表する。		
総合到達目標	■個人スポーツに分類される種目の特性を知り、個人スポーツにおける自らの競技種目の実践やコーチングに有用するために、調査、発表することで自身の種目と多種目を比較検討して説明することが出来る。 ・自身のスポーツ種目を念頭に、個人スポーツ全般の概念、特性を説明できる。（第１回～第２回）		

<table>
<tr><td></td><td>・自身のスポーツ種目を中心に、様々な個人スポーツにおける競技力向上のためのトレーニング方法やコーチング法、評価方法を説明できる。（第３回～第１３回）
・本授業での学習内容を自身の競技力向上やコーチングに適用させて説明することができる。（第１４回～第１５回）</td></tr>
<tr><td>成績評価方法</td><td>リアクションペーパー４回（60%） 適用ルーブリック E1
（評価の観点）大きく３つに分類された個人スポーツ種目に対し、それぞれの違いや共通点などの比較からそれらの特性を理解できているかを評価します。
（フィードバックの方法）次回授業時にまとめた内容を解説します。良い内容のものを紹介し、全体で共有することで次回の省察に繋げる。
授業内レポート１回（40%） 適用ルーブリック F1 F2 H1
（評価の観点）授業で学修した個人スポーツ種目の特性を生かして自らの実践への関連付けやコーチングへの示唆が出来ているかを評価します。</td></tr>
<tr><td>履修条件</td><td>個人スポーツ論を履修していること。</td></tr>
<tr><td>履修上の注意点</td><td></td></tr>
<tr><td>授業内容</td><td>
<table>
<tr><th>回</th><th>内容</th></tr>
<tr><td>1</td><td>①授業テーマ：ガイダンス（授業概要及び授業の進め方の説明）
②授業概要：本科目の概要、授業の進め方と評価及び受講における留意点などについて説明し、受講生が授業の準備を具体的に行えるようにする。
③予習（１２０分）シラバスの内容を確認し、文献などから授業の全体像を把握しておく。
④復習（１２０分）講義ノートを確認し、自身の学習計画などを確認する。</td></tr>
<tr><td>2</td><td>①授業テーマ：個人スポーツの特性
②授業概要：他競技とのディスカッションにより個人スポーツの定義、特性、種目についての学識を深めるとともに、それらの内容を説明できるようにする。
③予習（１２０分）図書等を参照し、個人スポーツに分類される競技種目を確認しておく。
④復習（１２０分）講義ノート及びポータルサイトで授業資料を確認し、個人スポーツの特徴や種目について確認する。</td></tr>
<tr><td>3</td><td>①授業テーマ：測定競技（陸上競技）の個人スポーツ
②授業概要：陸上競技における個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての陸上競技の特性について説明することができる。
③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。
④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての陸上競技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。</td></tr>
<tr><td>4</td><td>①授業テーマ：測定競技（競泳）の個人スポーツ
②授業概要：競泳における個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての競泳の特性について説明することができる。
③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。
④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての競泳の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。</td></tr>
<tr><td>5</td><td>①授業テーマ：測定競技（その他）の個人スポーツ
②授業概要：自転車競技やスキー、スケートなどにおける個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての測定競技全般の特性について説明することができる。
③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。
④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての自転車競技やスキー、スケートなどの特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。</td></tr>
<tr><td>6</td><td>①授業テーマ：測定競技の個人スポーツ（全般）まとめ
②授業概要：個人スポーツに分類される測定競技について各種目に共通する特徴的な強化方法やコーチング法、競技システムなどを自身の競技種目と比較し、自身の競技力向上やコーチングに適用させて説明することができる。
③予習（１２０分）授業の3回目から5回目に学修した内容を整理する。</td></tr>
</table>
</td></tr>
</table>

	④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、測定競技における個人スポーツとしての特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
7	①授業テーマ：対面競技（球技）の個人スポーツ ②授業概要：球技における個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての球技の特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての球技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
8	①授業テーマ：対面競技（格闘技）の個人スポーツ ②授業概要：格闘技における個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての格闘技の特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての格闘技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
9	①授業テーマ：対面競技（その他）の個人スポーツ ②授業概要：剣道やフェンシングなどにおける個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての対面競技全般の特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての対面競技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
10	①授業テーマ：対面競技の個人スポーツ（全般）まとめ ②授業概要：個人スポーツに分類される対面競技について各種目に共通する特徴的な強化方法やコーチング法、競技システムなどを自身の競技種目と比較し、自身の競技力向上やコーチングに適用させて説明することができる。 ③予習（１２０分）授業の3回目から5回目に学修した内容を整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、対面競技における個人スポーツとしての特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
11	①授業テーマ：採点競技（体操競技）の個人スポーツ ②授業概要：体操競技における個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての体操競技の特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての体操競技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
12	①授業テーマ：採点競技（フィギュアスケート）の個人スポーツ ②授業概要：フィギュアスケートにおける個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしてのフィギュアスケートの特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしてのフィギュアスケートの特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
13	①授業テーマ：採点競技（その他）の個人スポーツ ②授業概要：シンクロナイズドスイミングや新体操などにおける個人スポーツとしての特徴についての発表を基に自身の競技種目の競技システムや評価、トレーニング方法やコーチング法などを比較し、個人スポーツとしての採点競技全般の特性について説明することができる。 ③予習（１２０分）図書等を参照し、授業テーマに該当する疑問点などについて整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、個人スポーツとしての採点競技の特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。

	14	①授業テーマ：採点競技の個人スポーツ（全般）まとめ ②授業概要：個人スポーツに分類される採点競技について各種目に共通する特徴的な強化方法やコーチング法、競技システムなどを自身の競技種目と比較し、自身の競技力向上やコーチングに適用させて説明することができる。 ③予習（１２０分）授業の3回目から5回目に学修した内容を整理する。 ④復習（１２０分）講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、採点競技における個人スポーツとしての特徴をまとめ、自身の競技種目の特徴と比較検討しておく。
	15	①授業テーマ：まとめと授業内レポート ②授業概要：14回分の講義ノート及びポータルサイトの資料を基に授業内レポート（総括レポート）としてまとめ、個人スポーツの概念や特性、トレーニング方法やコーチング法、評価方法を理解する。それらを基に自身の競技種目の特性を理解し、自身の競技力向上やコーチングに適用させて説明することができるようにする。 ③予習（１２０分）14回分の講義ノートやポータルサイトの授業資料を確認し、各回のポイントをまとめ、総括できるように準備する。 ④復習（１２０分）授業内レポートの内容を再確認し、自身の競技種目と他の個人スポーツを対比させ、競技システムや競技方法、審判法に基づくトレーニング方法の要点を整理しておく。
関連科目	個人スポーツ論	
教科書	特になし	
参考書・参考ＵＲＬ		
連絡先・オフィスアワー	■連絡先は授業開講時に伝える ■オフィスアワーは月曜5限 ■その他空いている時間に研究室にてできる限り対応する	
研究比率		

戻る

Copyright (c) 2016 NTT DATA KYUSHU CORPORATION. All Rights Reserved.