



タイトル「**2024年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**実務経験のある教員による科目**」
シラバスの詳細は以下となります。



科目ナンバー	SSCS1306		
科目名	コーチング学原論		
担当教員	森丘 保典		
対象学年	2年,3年,4年	開講学期	前期
曜日・時限	木 2		
講義室	フォーラム室（6階）	単位区分	必
授業形態	講義	単位数	2
科目大分類	専門		
科目中分類	総合基礎		
科目小分類	専門基礎		
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知と実践知を獲得し利用することができる。 DP4-I〔理解力・分析力〕文章表現、数値データを適切に扱いつつ、情報の収集と取捨選択、分析と加工を有効かつ円滑に行い、課題の解決につなげることができる。 ■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（60%） I1 理解・分析と読解（40%）		
教員の実務経験	担当教員は、公益財団法人日本スポーツ協会での職歴や、文部科学省、スポーツ庁などの官公庁および民間団体における学識経験者としての経歴を有しており、コーチングの概念や競技スポーツにおけるコーチングに関する理論に関して実務経験を踏まえた情報提供や知識生産を行います。（第6～8回）		
成績ターゲット区分	■成績ターゲット 能力開発の目標ステージとの対応 2 進期期～3 発展期		
科目概要・キーワード	本質的に、実際のスポーツ競技におけるコーチング現場では、指導者固有のコーチングが本質的に存在しています。そのため、一人ひとりの指導者に応じたコーチング実践を通じた経験的知見を知り、科学的研究成果との両輪からスポーツ指導としてのコーチングを学修します。つまり、コーチングの基礎となる理論を理解し、数多くの試行錯誤された実践経験の中で確立されていく方法を、資料・視聴覚教材等を用いて、競技特性に応じて学びます。また、競技理論の目標設定や計画立案の基礎となる理論も学修します。授業形態は講義形式により行います。なお、対応するコンピテンスに基づく効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替することを目的として、一部オンライン授業を取り入れる場合があります。 ■キーワード コーチング・トレーニング・理論・実践		
授業の趣旨	■副題 コーチングの概念や理論および実践例について学ぶことにより自身のコーチング観（思想）を鍛えましょう。 ■授業の目的 コーチングの概念や競技スポーツにおけるコーチングに関する理論および実践例についての学習を通して、自身のスポーツ実践の課題を概念化しながら解決策を導き出していく反省的実践家としての能力を身につけるための基礎知識を得ることを目的とします。 ■授業のポイント 競技スポーツにおけるコーチングとは、コーチがプレーヤーを望ましい方向へと導くために行なう全ての実践を指し、その目的は、競技力向上と人間力育成というダブルゴールを目指すことによってプレーヤーの幸福感を高めることにあるといえます。本講義では、コーチの定		

	義およびコーチング哲学、コーチの倫理観や規範意識、コーチング（トレーニング）実践に必要な基礎理論、さらには数多の試行錯誤を通した経験的知見と科学的知見との両輪によるコーチング理論および実践の構築方法についての学習を通して、競技スポーツにおけるコーチングについての理解を深めます。	
総合到達目標	■コーチングについて総合的・科学的に学ぶための学識・専門技能を高めるために、コーチングの概念や競技スポーツにおけるコーチングに関する理論および実践例についての学修を通して、これまでの自身のコーチング観（思想）を省察することができる。 ・コーチ、コーチング概念、哲学、倫理観・規範意識の重要性について説明できる。（第1～4回） ・コーチングの目的（トレーニング）実践に必要な資質能力について説明できる（第5～7回） ・中長期的な視点での競技者育成の重要性やコーチングにおけるPDCAサイクルに関する基礎理論および実践の構築方法について説明できる。（第8～13回） ・学修した内容を自身の（セルフ）コーチングおよびサポート活動と関連づけ、その質的向上のための改善点について考察できる。（第14～15回）	
成績評価方法	■リアクションペーパー3回（50%）：適用ルーブリック I1 （評価の観点）授業の内容を理解してうえで、自身の体験・経験と関連付けながら自分の考えについて記述できているかを評価します。 （フィードバック方法）授業時間中に優れたリアクションペーパーの内容紹介と解説を行います。 ■レポート1回（50%）：適用ルーブリック E1 （評価の観点）当該単元全体の理解度を測ります。 （フィードバック方法）授業時間中に優れたレポートの内容紹介と解説を行います。	
履修条件		
履修上の注意点	特にありません。	
授業内容	回	内容
	1	①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 本科目の概要、授業の進め方と評価および学習を行うにあたって留意すべき点などについて概説し、受講生が授業の準備を具体的に行えるようになる。 ③予習（120分） シラバスの内容を一読し、図書館等にある参考書を活用して授業内容の全体像を把握する。 ④復習（120分） 講義ノートを確認し、授業の全体像や評価等、自分の学習計画などについて確認する。
	2	①授業テーマ コーチ・コーチングとは ②授業概要 コーチ・コーチングの語源などについての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチおよびコーチングに関する自分なりの考えをまとめる。
	3	①授業テーマ コーチの倫理観・規範意識① ②授業概要 コーチング哲学の重要性や反倫理的なスポーツ指導およびガバナンス不備の問題点についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチの倫理観・規範意識に関する自分なりの考えをまとめる。
	4	①授業テーマ コーチの倫理観・規範意識② ②授業概要

	学校運動部活動を取り巻く諸問題、新しい時代にふさわしいコーチングについての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチの倫理観・規範意識に関する自分なりの考えをまとめる。
5	①授業テーマ コーチングの目的・目標① ②授業概要 コーチングの目的や目標（人間力の育成と競技力の向上というダブルゴールの重要性）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチングの目的・目標に関する自分なりの考えをまとめる。
6	①授業テーマ コーチングの目的・目標② ②授業概要 アスリート（プレーヤーズ）ファーストのあり方や望ましい（グッド）コーチ像についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 担当教員の実務経験を踏まえて、スポーツ指導者のためのモデルコアカリキュラム作成の経緯やその後の取り組みなどについて重点的に講義します。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチに求められる資質・能力に関する自分なりの考えをまとめる。
7	①授業テーマ コーチに求められる資質能力 ②授業概要 コーチ（各種指導者を含む）の主な役割・職務とコンピテンス、多様なコーチングスタイルなどについての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるようになる（I1）。 担当教員の実務経験を踏まえて、スポーツ指導者のためのモデルコアカリキュラム作成の経緯やその後の取り組みなどについて重点的に講義します。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチの職務とコーチングスタイルに関する自分なりの考えをまとめる。
8	①授業テーマ 中長期的なアスリート育成・強化のビジョンと戦略 ②授業概要 国内外の中長期的な競技者育成モデル（タレント発掘・育成・競技種目トランスファー）のコンセプトや育成段階に応じたビジョン（目標）と戦略の構築の重要性などについての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて述べるようになる（I1）。 担当教員の実務経験を踏まえて、日本陸上競技連盟の競技者育成システムの最適化に関する内容について重点的に講義します。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、中長期的なアスリート育成・強化のあり方に関する自分なりの考えをまとめる。
9	①授業テーマ トレーニングサイクル① ②授業概要 競技スポーツのパフォーマンス構造分析、トレーニング目標の設定の重要性などにつ

	いての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、パフォーマンス構造分析やトレーニング目標の立て方に関する自分なりの考えをまとめる。
10	①授業テーマ トレーニングサイクル② ②授業概要 トレーニング手段論および方法論（超回復や二要因モデル）、トレーニング方法の組み合わせの原則など）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、トレーニング手段および方法に関する自分なりの考えをまとめる。
11	①授業テーマ トレーニングサイクル③ ②授業概要 トレーニング計画論（ピリオダイゼーション（期分け）など）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、トレーニング計画に関する自分なりの考えをまとめる。
12	①授業テーマ トレーニングサイクル④ ②授業概要 試合行動論（トレーニング変数とパフォーマンス変数、試合負荷トレーニングなど）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、試合行動に関する自分なりの考えをまとめる。
13	①授業テーマ トレーニングサイクル⑤ ②授業概要 トレーニング・パフォーマンス評価（各種フィールドテストおよびラボテスト、動作の質的観察評価など）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、トレーニングおよびパフォーマンス評価のあり方に関する自分なりの考えをまとめる。

	14 ①授業テーマ コーチングにおけるコミュニケーションの基礎 ②授業概要 プレーヤーやチームのモチベーション向上および信頼関係構築のためのコミュニケーションスキル（観察、傾聴、承認、質問、ペーシング、フィードバックなど）についての学識を深めるとともに（E1）、自身のスポーツ体験・経験と関連づけて要点を述べるができるようになる（I1）。また、授業内（期末）レポートを実施する。 ③予習（120分） 参考図書の授業テーマに該当する部分を一読し、疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 講義ノートおよびポータルサイトの授業資料を確認し、コーチングにおけるコミュニケーションのあり方に関する自分なりの考えをまとめる。
	15 ①授業テーマ まとめ ②授業概要 これまでの学習してきた内容の要点について振り返りながら、まとめと質疑応答を行う。 ③予習（120分） 前回までの講義ノートやポータルサイトの授業資料を再読し、各回のテーマについての自身の考えや疑問点などについて整理する。 ④復習（120分） 授業の内容（講義ノート）を振り返りながら、今後の自身の学修および実践の方向性について検討する。
関連科目	コーチング学研究法演習（SSCS2317）
教科書	特に指定しません。
参考書・参考URL	コーチング学への招待（大修館書店） グッドコーチになるためのココロエ（培風館） スポーツ・コーチング学（西村出版）
連絡先・オフィスアワー	■連絡先 開講時に告知します。 ■オフィスアワー 金曜3限 それ以外の時間については、メールにて事前にアポイントをとれば別途対応します。
研究比率	

