



タイトル「**2024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。



科目ナンバー	SSCS2307		
科目名	スポーツキャンプ実習Ⅰ		
担当教員	原 怜来		
対象学年	3年,4年	開講学期	前期
曜日・時限	集中		
講義室		単位区分	
授業形態	実習	単位数	
科目大分類	専門		
科目中分類	専門基礎		
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 DP2-A〔日本の精神文化を理解し多様な価値を受容する姿勢〕 地球的視点で物事を多面的に捉え、異文化との交流の重要性を認識するとともに、異文化との交流を積極的かつ多面的に行い、相互理解を促進し互恵関係を構築することができる。 DP4-F〔探究力・課題解決力〕 問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ともに、オープンエンドな問題・課題に答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。 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 A2 異文化適応（10%） F1 探究と論拠（10%） F2 課題解決（10%） I2 量的分析（35%） I3 情報分析（35%）		
教員の実務経験	大学生を対象にトレーニングキャンプを実践しており、これまでに多くのトレーニングキャンプを実施してきました。本授業では、オンシーズンのトレーニングキャンプについて、実務上の知見と経験を活かして、競技スポーツにおけるトレーニングキャンプの実施方法や計画・立案方法について講義します。（第1回～第2回, 第15回）		
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 2 進行期 ～ 3 発展期		
科目概要・キーワード	本授業は集中授業で、自身の参加する合宿等の活動において、そのプランニング及び実施後の問題点について反省的分析を加えることによって、合宿運営に関するコーチとしてのマネジメント能力を培うことを目的とします。これらの活動内容は、本学部所定のトレーニングキャンプ実習報告書に記載し、授業時間内での分析方法及び分析結果に関する反省的議論を通じて、アスリートを様々な側面で支えるサポート者としての基礎的能力を養います。授業形態は実習形式により行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替するためオンライン授業を一部取り入れる場合があります。 ■キーワード：トレーニングキャンプ、トレーニング学、コーチング学、マネジメント		
授業の趣旨	■副題 現在の課題を解決するために、キャンプを計画、実践し、その内容について分析することで、より良い方略を検討する。 ■授業の目的 本授業は、学生自身の参加するオンシーズンの合宿等のトレーニングキャンプ活動において、		

	テーパリング・ピーキングを考慮したプランニング（安全管理等を含む）、及び実施後の問題点について反省的分析を加えることによって、トレーニングキャンプ運営に関するコーチとしてのマネジメント能力を培うことを目的とします。 ■授業のポイント 実際に行われたキャンプ・合宿についてその内容を分析し、様々な競技間で情報の共有と議論を行います。								
総合到達目標	■合宿運営に関するコーチとしてのマネジメント能力を培うために、トレーニングキャンプ実施に求められる要素を踏まえ計画を立案し、計画に基づき実施した結果に対して反省（省察）的分析を行い、自身の競技力向上に求められる要素を説明できる能力を修得する。 ・現在のチーム、もしくは自身の課題を列挙できる（第2回～第15回） ・課題を解決するための方略を選択できる（第8回～第15回） ・自身の競技力向上に求められる要素について説明できる（第1回～第15回） ・トレーニングキャンプの結果を分析し、評価することができる（第2回～第15回） ・トレーニングキャンプの結果を分析し、反省点を列挙することができる（第2回～第15回）								
成績評価方法	■トレーニングキャンプ実習報告書 計1回（20%）：適用ルーブリック：F 1・F 2・I 2・I 3 （評価の観点）自身が実践したキャンプに関する実習報告書の作成内容の評価を行います。 （フィードバックの方法）報告書内容確認後、典型例を示しながら評価の観点について解説します。 ■トレーニングキャンプ実習計画書 計2回（40%）：適用ルーブリック：F 1・F 2・I 2・I 3 （評価の観点）自身が実践している競技種目におけるキャンプ実習計画書の作成内容の評価を行います。 （フィードバックの方法）計画書内容確認後、典型例を示しながら評価の観点について解説します。 ■活動報告発表（40%）：適用ルーブリック：A 2・F 1・F 2・I 2・I 3 （評価の観点）取り組んだキャンプに対し議論を通して整理された内容を発表し、その発表について評価を行います。 （フィードバックの方法）各発表後に講評を行います。								
履修条件	特にありません。								
履修上の注意点	本授業は集中授業です。								
授業内容	<table border="1"> <thead> <tr> <th>回</th><th>内容</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td> ①授業テーマ トレーニングキャンプとは何か（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 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する。その中で、トレーニングキャンプとは何なのか、その現況をみながらトレーニング学的かつコーチング学的観点から説明できる（F 1・2）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニングキャンプの実例を確認しておく。 ④復習（120分） トレーニングキャンプの概要と授業の進め方を振り返っておく。 </td></tr> <tr> <td>2</td><td> ①授業テーマ オンシーズンにおけるトレーニングキャンプマネジメントの基礎知識 ②授業概要 自身が実践している競技でオンシーズンにトレーニングキャンプを行う際に求められる、環境や条件、マクロ的トレーニング計画の中での位置付け、トレーニング量や強度・頻度、特にテーパリング・ピーキングについて基礎知識を学び、自身の現状を整理する（I 2・3）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニング日誌に記載している内容で、今後の課題点を整理しておく。 ④復習（120分） 講義ノートを振り返りながら、トレーニングキャンプを実施する準備を行う。 </td></tr> <tr> <td>3</td><td> ①授業テーマ トレーニングキャンプ実習① ②授業概要 トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する（A 2、F 1・2）。 ③予習（120分） トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する際に必要な資料を準備する。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、整理する。 </td></tr> </tbody> </table>	回	内容	1	①授業テーマ トレーニングキャンプとは何か（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 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する。その中で、トレーニングキャンプとは何なのか、その現況をみながらトレーニング学的かつコーチング学的観点から説明できる（F 1・2）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニングキャンプの実例を確認しておく。 ④復習（120分） トレーニングキャンプの概要と授業の進め方を振り返っておく。	2	①授業テーマ オンシーズンにおけるトレーニングキャンプマネジメントの基礎知識 ②授業概要 自身が実践している競技でオンシーズンにトレーニングキャンプを行う際に求められる、環境や条件、マクロ的トレーニング計画の中での位置付け、トレーニング量や強度・頻度、特にテーパリング・ピーキングについて基礎知識を学び、自身の現状を整理する（I 2・3）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニング日誌に記載している内容で、今後の課題点を整理しておく。 ④復習（120分） 講義ノートを振り返りながら、トレーニングキャンプを実施する準備を行う。	3	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習① ②授業概要 トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する（A 2、F 1・2）。 ③予習（120分） トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する際に必要な資料を準備する。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、整理する。
回	内容								
1	①授業テーマ トレーニングキャンプとは何か（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 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する。その中で、トレーニングキャンプとは何なのか、その現況をみながらトレーニング学的かつコーチング学的観点から説明できる（F 1・2）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニングキャンプの実例を確認しておく。 ④復習（120分） トレーニングキャンプの概要と授業の進め方を振り返っておく。								
2	①授業テーマ オンシーズンにおけるトレーニングキャンプマネジメントの基礎知識 ②授業概要 自身が実践している競技でオンシーズンにトレーニングキャンプを行う際に求められる、環境や条件、マクロ的トレーニング計画の中での位置付け、トレーニング量や強度・頻度、特にテーパリング・ピーキングについて基礎知識を学び、自身の現状を整理する（I 2・3）。 担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（120分） トレーニング日誌に記載している内容で、今後の課題点を整理しておく。 ④復習（120分） 講義ノートを振り返りながら、トレーニングキャンプを実施する準備を行う。								
3	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習① ②授業概要 トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する（A 2、F 1・2）。 ③予習（120分） トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する際に必要な資料を準備する。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、整理する。								

4	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習② ②授業概要 トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する（A 2、F 1・2）。 ③予習（120分） トレーニングキャンプを実施し、報告書を作成する際に必要な資料を準備する。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、整理する。
5	①授業テーマ オンシーズンにおけるトレーニングキャンプマネジメントの基礎知識の復習、トレーニングキャンプ実習報告① ②授業概要 オンシーズンにおけるトレーニングキャンプマネジメントの基礎知識を確認する。また、自身で実施してきたトレーニングキャンプの内容を報告書に沿って発表する（A 2、F 1・2）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、これまでの活動を整理し、発表準備を行う。 ④復習（120分） 他者のトレーニングキャンプ実習報告を基に、次のトレーニングキャンプを計画する際に活用できる情報を整理しておく。
6	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習報告② ②授業概要 自身で実施してきたトレーニングキャンプの内容を報告書に沿って発表する（A 2、F 1・2）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、これまでの活動を整理し、発表準備を行う。 ④復習（120分） 他者のトレーニングキャンプ実習報告を基に、次のトレーニングキャンプを計画する際に活用できる情報を整理しておく。
7	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習報告③ ②授業概要 自身で実施してきたトレーニングキャンプの内容を報告書に沿って発表する（A 2、F 1・2）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（120分） トレーニングキャンプ実習報告書に実習内容等の記入を行い、これまでの活動を整理し、発表準備を行う。 ④復習（120分） 他者のトレーニングキャンプ実習報告を基に、次のトレーニングキャンプを計画する際に活用できる情報を整理しておく。
8	①授業テーマ トレーニングキャンプの計画立案① ②授業概要 これまで自身や他者が行ったトレーニングキャンプ実習内容や報告書を見返しながら（反省的分析を行い）、次のトレーニングキャンプに向けて、可能な限り具体的かつ実施可能な内容となるようにトレーニングキャンプ実習計画書を作成する（F 1・2、I 2・3）。 ③予習（120分） これまで行った実習を振り返りながら、トレーニングキャンプ実習計画書の作成準備を行う。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習計画書内容の発表準備を行う。
9	①授業テーマ トレーニングキャンプの計画立案② ②授業概要 これまで自身や他者が行ったトレーニングキャンプ実習内容や報告書を見返しながら（反省的分析を行い）、次のトレーニングキャンプに向けて、可能な限り具体的かつ実施可能な内容となるようにトレーニングキャンプ実習計画書を作成する（F 1・2、I 2・3）。 ③予習（120分） これまで行ったきた実習を振り返りながら、トレーニングキャンプ実習計画書の作成準備を行う。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習計画書内容の発表準備を行う。
10	①授業テーマ トレーニングキャンプの計画立案③ ②授業概要 これまで自身や他者が行ったトレーニングキャンプ実習内容や報告書を見返しながら（反省的分析を行い）、次のトレーニングキャンプに向けて、可能な限り具体的かつ実施可能な内容となるようにトレーニングキャンプ実習計画書を作成する（F 1・2、I 2・3）。 ③予習（120分） これまで行ったきた実習を振り返りながら、トレーニングキャンプ実習計画書の作成準備を行う。 ④復習（120分） トレーニングキャンプ実習計画書内容の発表準備を行う。
11	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習計画発表① ②授業概要 自身で検討したオンシーズンにおけるトレーニングキャンプの内容を計画書に沿って発表する（A 2、F 1・2）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（120分） トレーニングキャンプ実習計画書に概要を記載し、発表準備を行う。

	う。 ④復習（１２０分） 他者のトレーニングキャンプ実習計画を基に、活用できる内容については、自身のトレーニングキャンプ実習最終計画書に反映させていく。
12	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習計画発表② ②授業概要 自身で検討したオンシーズンにおけるトレーニングキャンプの内容を計画書に沿って発表する（Ａ２、Ｆ１・２）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（１２０分） トレーニングキャンプ実習計画書に概要を記載し、発表準備を行う。 ④復習（１２０分） 他者のトレーニングキャンプ実習計画を基に、活用できる内容については、自身のトレーニングキャンプ実習最終計画書に反映させていく。
13	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習計画発表③ ②授業概要 自身で検討したオンシーズンにおけるトレーニングキャンプの内容を計画書に沿って発表する（Ａ２、Ｆ１・２）。その際、写真や動画等の視聴覚ツールを用い、具体的な発表となるように注意する。 ③予習（１２０分） トレーニングキャンプ実習計画書に概要を記載し、発表準備を行う。 ④復習（１２０分） 他者のトレーニングキャンプ実習計画を基に、活用できる内容については、自身のトレーニングキャンプ実習最終計画書に反映させていく。
14	①授業テーマ トレーニングキャンプ実習最終計画書作成、提出 ②授業概要 自身のトレーニングキャンプ実習計画書の発表時の他者からの意見や、他者が立案したトレーニングキャンプ実習計画内容を参考に、自身のスポーツにおけるオンシーズンのトレーニングキャンプ実習最終計画書を作成し、提出する。 ③予習（１２０分） トレーニングキャンプ実習計画書を確認し、他者の意見等を整理しておく。 ④復習（１２０分） 自身のトレーニングキャンプ実習最終計画書内容を実践できる準備を行う。
15	①授業テーマ トレーニングキャンプマネジメント実習Ⅰのまとめと今後への課題整理 ②授業概要 これまでの実習を通して提出した実習報告書と実習計画書を振り返り、他者のトレーニングキャンプ実習内容にも考えを及ぼすことができるように、反省的分析的なグループワークを行う（Ａ２、Ｆ１・２）。その結果を踏まえ、コーチなどのサポート従事者として求められるマネジメント力とは具体的に何なのか説明できるようになる（Ｆ１・２）。担当教員の実務経験を踏まえて、トレーニングキャンプの実施方法等について講義します。 ③予習（１２０分） 自身のトレーニングキャンプ実習計画書を基に他者の実習計画書と照らし合わせ検討できる準備を行う。
関連科目	スポーツキャンプ実習Ⅱ[SSCS2308]
教科書	指定しません。
参考書・参考URL	適宜紹介します。
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 開講時に告知します。
研究比率	

