

授業概要

一般的に強豪と呼ばれるチームの指導者は、情熱をもって指導しているとはいえ、コーチングに関する専門的知識を学んだものは少なく、自己の経験のみに頼った勝利第一主義で指導しているケースが多くみられる。そこで、本講義ではスポーツの根幹である競技者の人間教育を第一として捉え、コーチングを正しく行うための理解を深め、その理論をもとに合理的なコーチング方法のあり方についてグループワークを交えて講義する。

授業計画

第 1 回	ガイダンス
第 2 回	指導目的の設定
第 3 回	コーチングスタイルの選択
第 4 回	人格の指導
第 5 回	選手とのコミュニケーション
第 6 回	選手のモチベーションの向上
第 7 回	レポート
第 8 回	ゲーム形式のコーチング方法
第 9 回	技術的スキルの指導
第 10 回	戦術的スキルの指導
第 11 回	指導のための計画①期分け・年間計画
第 12 回	指導のための計画②週間計画・1 日計画
第 13 回	コーチング実践①指導計画書作成
第 14 回	コーチング実践②指導する側の視点から
第 15 回	コーチング実践③指導を受ける側の視点から
第 16 回	コーチング実践試験

到達目標

- ① コーチングにおける様々な問題点を理解し、スポーツ指導者として必要とされる基礎的資質を身につける。
- ② 指導現場において効果的なコーチング法についての基礎的知識と具体的な方法について理解し、実践できるようになる。

履修上の注意

受講心得：私語・食事・スマートフォンの使用は厳禁とし、守れない者は以降の受講を認めない。毎回の授業に関する内容をノート等にまとめること。

予習・復習

予習：新聞や雑誌に掲載されている体育・スポーツに関する記事に目を通しておくこと（毎回 15 分程度）
復習：学んだ理論を可能な限り実践し、『知る』だけでなく『身につける』ようにすること（毎回 30 分程度）

評価方法

- ① 授業時の取り組み 40%
- ② レポート 30%
- ③ 指導計画書・コーチング実践 30%

テキスト

講義資料を配布する。