

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

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ことができる。
- 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。

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 指導計画書・コーチング実践 30%
- ③ 総括レポート 30%

テキスト

講義資料を配布する。