

旭川龍谷高等学校 授業シラバス

教科名	科目名	単位数	学年	必／選	コース・フィールド
保健体育	スポーツ指導法	2	3	選	キャリアデザインコース スポーツ・メディカル
科目の目標	選手の成長を支援（指導・育成）する上で修得しておくべき基礎知識を学び、その理解を深める。 またそれを実践できるようにする。				
教科書	コーチング学への招待	副教材等			

1. 学習の到達目標

選手と取り巻く関係者を支援し、成長を導く上で欠くことのできない基礎知識や実践手法について理解を深め、それらをスポーツの現場で活かせるようになる。

2. 学習計画及び評価の観点

※評価の観点：X(知識・技能)，Y(思考・判断・表現)，Z(主体的に学習に取り組む態度)

学習内容	時数	月	学習のねらい	評価の観点		
				X	Y	Z
オリエンテーション	1	4				
第1章コーチングとは何か		4				
近代スポーツの成立と発展	1			○		○
21世紀のスポーツの特性	1			○		○
コーチとコーチング	2			○		○
コーチ制度組織	2			○		○
第2章コーチング学とは何か		5				
コーチング学の源流	2			○		○
コーチング論からコーチング科学へ	2			○	○	○
コーチング研究の現状	2			○	○	○
コーチング学の今日的課題	2			○	○	○
第3章競技力とトレーニング		6				
競技力とは何か	2			○	○	○
各種スポーツの競技力	2			○	○	○
トレーニングの構造	2			○	○	○
第4章競技トレーニングの計画		7～8		○	○	○
トレーニング計画立案の前提	1			○	○	○
トレーニング計画立案の原則	1			○	○	○
トレーニングピリオダイゼーション	2			○	○	○
長期的なトレーニングプロセスからみたトレーニング計画	2			○	○	○
トレーニング計画結果の分析と競技力診断	2			○	○	○

学習内容	時数	月	学習のねらい	評価の観点		
				X	Y	Z
第6章 試合への準備						
試合の一般的特徴と構造	2	8 ～ 9		○	○	○
試合システムと試合計画	2			○	○	○
直接的試合準備	2			○	○	○
試合準備に対する社会的・心理的サポート	2			○	○	○
試合分析と試合評価	2			○	○	○
トップ選手の試合計画	2			○	○	○
ジュニア選手の試合計画	2			○	○	○
第7章コーチングにおけるマネジメント						
チームのマネジメント	1	10 ～ 11		○	○	○
組織・クラブのマネジメント	1			○	○	○
タレントと発掘・育成・トランスファー	1			○	○	○
第8章スポーツ医・科学、情報によるコーチング支援						
スポーツ医・科学によるコーチング支援の現状と課題	2	12 ～ 2		○	○	○
現状を把握する	2			○	○	○
トレーニングを提案する	2			○	○	○
情報戦略サポート	2			○	○	○
競技マネジメントサポート	2			○	○	○
レポート作成		3	テーマについて自己研究を行いレポートとしてまとめる	○	○	○
試験	4	6 9 11 2	学んだ内容についての記述試験 (前期中間、前期期末、後期中間、後期期末)	○	○	○