

科目名	コーチングスキル2							年度	2026
英語科目名	Coaching skills 2							学期	後期
学科・学年	スポーツ健康学科 バスケットボールコース 1年次	必/選	必	時間数	30	単位数	1	種別※	講義+演習
担当教員	川崎ブレイブサンダース	教員の実務経験		有	実務経験の職種		プロバスケットボールクラブのコーチ		
<b>【科目の目的】</b> 自分自身のプレーを客観的に理解し、チーム内でのリーダーシップやコミュニケーション能力を高めるためです。戦術的思考力や伝える力を養うことで、競技力の向上につながるだけでなく、将来的に指導者を目指す際の基礎にもなります。									
<b>【科目の概要】</b> JBA-E級審判ライセンスの取得を目指して審判・ルールについて学びます。									
<b>【到達目標】</b> A. 他者のプレーを観察し、的確なフィードバックをわかりやすく伝えられる B. 基本的なバスケットボール技術（ドリブル、シュート、ディフェンスなど）を、状況に応じて指導できる C. チームメイトや後輩に対して、目的に合った練習メニューを自ら考案し、リードすることができる D. コーチ役として適切な声かけや指示を行い、練習の雰囲気やチームの流れを積極的に作ることができる E. 選手とコーチ両方の視点を持ち、競技力向上とチーム貢献に活かせるコミュニケーション力を身につけている									
<b>【授業の注意点】</b> 遅刻・欠席の場合は電話連絡をすること。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができない。									
評価基準＝ルーブリック									
ルーブリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力				
到達目標 A	他者のプレーを観察し、的確なフィードバックをわかりやすく伝える指導ができる		他者のプレーを観察し、的確なフィードバックをわかりやすく伝えられる		他者のプレーを観察し、的確なフィードバックをわかりやすく伝えられない				
到達目標 B	基本的なバスケットボール技術（ドリブル、シュート、ディフェンスなど）を、状況に応じた適切な指導できる		基本的なバスケットボール技術（ドリブル、シュート、ディフェンスなど）を、状況に応じて指導できる		基本的なバスケットボール技術（ドリブル、シュート、ディフェンスなど）を、状況に応じて指導できない				
到達目標 C	チームメイトや後輩に対して、目的に合った練習メニューを自ら考案し、率先したリーダーシップがとれる		チームメイトや後輩に対して、目的に合った練習メニューを自ら考案し、リードすることができる		チームメイトや後輩に対して、目的に合った練習メニューを自ら考案し、リードすることができない				
到達目標 D	コーチ役として適切な声かけや指示を行い、練習の雰囲気やチームの流れを積極的に作ることができ、チームを良い方向へ変えられる		コーチ役として適切な声かけや指示を行い、練習の雰囲気やチームの流れを積極的に作ることができる		コーチ役として適切な声かけや指示を行い、練習の雰囲気やチームの流れを積極的に作ることができない				
到達目標 E	選手とコーチ両方の視点を持ち、競技力向上とチーム貢献に活かせるコミュニケーション力を身につけ、コーチングスキルを向上できた		選手とコーチ両方の視点を持ち、競技力向上とチーム貢献に活かせるコミュニケーション力を身につけた		選手とコーチ両方の視点を持ち、競技力向上とチーム貢献に活かせるコミュニケーション力を身につけていない				
<b>【教科書】</b> バスケットボール指導教本 改訂版 上巻・下巻									
<b>【参考資料】</b>									
<b>【成績の評価方法・評価基準】</b> 試験と課題を総合的に評価する。積極的な授業参加度、授業態度によって評価する。									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		コーチングスキル 2			年度	2026
英語表記		Coaching skills 2			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標=修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	授業の目的と流れの確認	1 オリエンテーション	授業概要の理解できる	3	
			2 コーチングとは	コーチングを知る・理解できる		
2	戦術指導①：2on2	簡単な戦術を伝えながらプレーを指導	1 2on2の基本戦術	2on2の基本戦術を理解できる		
			2 戦術を伝える指導法	戦術を伝える指導法を実践できる		
			3 フィードバック	プレイの結果に応じたポジティブフィードバックができる		
3	戦術指導②：3on3	チーム内連携を強調したコーチング	1 3on3における連携	3on3における連携の基本を理解できる		
			2 チーム連携を意識した指導法	チーム連携を意識した指導法を実践できる		
			3 フィードバック	プレイの結果に応じたポジティブフィードバックができる		
4	戦術指導③：4on4, 5on5	実戦を通して指導の切り口を学ぶ	1 実戦形式での戦術理解	実戦形式での戦術が理解できる		
			2 指導の切り口を体験	観察した動きの修正点を声かけやデモで伝えることができる		
			3 フィードバック	プレイの結果に応じたポジティブフィードバックができる		
5	ミニゲームコーチング①	ミニゲーム (2on2～5on5) を観察 → 指導の練習	1 ミニゲームの観察スキル習得	ミニゲームの観察スキルを習得できる		
			2 指導ポイントの整理と伝え方	指導ポイントの整理と伝え方が実践できる		
6	ミニゲームコーチング②	フィードバックのバリエーションを増やす	1 フィードバック手法の理解	フィードバック手法を理解できる		
			2 フィードバックの実践	「褒める+改善点」「デモ+口頭説明」など、組み合わせの工夫を実践できる		
			3 他者の観察	他のコーチのフィードバック方法を理解できる		
7	練習メニュー設計①：個人スキル	個人向けトレーニングメニューを作る	1 個人スキル向上のポイント理解	個人スキル向上のポイントを理解できる		
			2 個人トレーニングメニュー作成	個人トレーニングメニューを作成できる		
8	練習メニュー設計②：チーム練習	複数人向けのドリルを設計・実施	1 チーム練習設計の基礎	チーム練習設計の基礎を理解できる		
			2 チームドリル作成演習	チーム練習のドリルを作成できる		
9	コーチングロールプレイ①	全体を指導する役を交代で実施 (小グループ)	1 コーチング役割の理解	指導者としての役割が理解できる		
			2 ロールプレイ実践	指導ロールプレイが実践できる		
10	コーチングロールプレイ②	ロールプレイ後、他者からフィードバック	1 フィードバックの受け方	他者からの指摘・意見を受け入れる姿勢の重要性が理解できる		
			2 フィードバックの観点	フィードバックの観点 (説明の明確さ、声かけのタイミング、動作の修正伝達など) を整理できる		
11	育成年代への指導①	小中学生を想定した練習を考える	1 育成年代の特性理解	育成年代の特性を理解できる		
			2 練習メニュー作成	練習メニューを作成できる		
			3 他者からのフィードバック	作成した練習メニューについてフィードバックをもらう		
12	育成年代への指導②	実践とフィードバック、言葉づかいの工夫	1 言葉づかいと伝え方の基礎理解	小中学生への言葉づかいと伝え方の基礎を理解できる		
			2 指導実践	小中学生を想定した練習ドリルの指導ができる		
			3 他者からのフィードバック	指導実践についてフィードバックをもらう		
13	指導プランの構築①	指導対象を仮定して指導プランを構築する	1 指導プラン作成演習	仮定した指導対象に対しての指導プランが作成できる		
			2 発表・フィードバック	指導プランを発表しフィードバックをもらうことができる		
			3 指導プランの改善	フィードバックから指導プランの改善ができる		
14	指導プランの構築②	指導対象を仮定して指導プランを構築する	1 指導プラン作成演習	仮定した指導対象に対しての指導プランが作成できる		
			2 発表・フィードバック	指導プランを発表しフィードバックをもらうことができる		
			3 指導プランの改善	フィードバックから指導プランの改善ができる		
15	総括	まとめ振り返り	1 まとめ・振り返り	授業の振り返りをして自身のコーチングスキルの課題を明確にする		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等 個人の成長度合い、チームの完成度合い、チーム状況などによって授業テーマ・授業内容が変動します