

科目名	コーチ学							年度	2026	
英語科目名	Coaching							学期	後期	
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制	1年次	必/選	必	時間数	30	単位数	2	種別※	講義
担当教員	手島		教員の実務経験		有	実務経験の職種		コーチデベロッパー		

【科目の目的】

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格取得に必要な共通科目となります。アスレティックトレーナー、ジュニアスポーツ指導員、水泳指導員、テニス指導員、テニス教師といった資格取得に必修科目です。スポーツにおける指導者の役割や指導計画と安全管理、スポーツにおける法的な知識、ジュニア期における発達とコミュニケーション能力、少年スポーツ指導者の役割や任務などを含めた基本的な考え方の知識を学ぶ事が目的です。

【科目の概要】

スポーツ指導者とは、指導者の心構え・視点、競技者育成プログラムの理念、指導計画の立て方、スポーツ活動と安全管理、スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任などについて学びます。

【到達目標】

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者(アスレティックトレーナー、ジュニアスポーツ指導員、水泳指導員、テニス指導員、テニス教師など)に共通して必要となる基礎的な教養を身につけることを目標とします。

- A. スポーツにおけるコーチングとコーチについてその意味と意義をしっかりと理解してる。
- B. スポーツのコーチに求められる知識とスキルについて十分理解し、それらをもとに必要となることを意識することができる
- C. 社会の中におけるスポーツの存在意義と価値を理解し、新たなスポーツ文化を創造するためのコーチの役割と責任について理解できる
- D. 国際競技力向上のためのハイパフォーマンススポーツのコーチングについて理解できる

【授業の注意点】

授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 もう少し
到達目標 A	スポーツにおけるコーチングとコーチについてその意味と意義をしっかりと理解してる。		スポーツにおけるコーチングとコーチについてその意味と意義を「ある程度」理解してる。		スポーツにおけるコーチングとコーチについてその意味と意義を「あまり」理解していない。
到達目標 B	スポーツのコーチに求められる知識とスキルについて十分理解し、それらをもとに必要となることを意識することができる		スポーツのコーチに求められる知識とスキルについて「ある程度」理解し、それらをもとに必要となることを意識することができる		スポーツのコーチに求められる知識とスキルについて「あまり」理解していない。
到達目標 C	社会の中におけるスポーツの存在意義と価値を理解し、新たなスポーツ文化を創造するためのコーチの役割と責任について理解できる		社会の中におけるスポーツの存在意義と価値を理解し、新たなスポーツ文化を創造するためのコーチの役割と責任について「ある程度」理解できる		社会の中におけるスポーツの存在意義と価値を理解し、新たなスポーツ文化を創造するためのコーチの役割と責任について「あまり」理解していない。
到達目標 D	国際競技力向上のためのハイパフォーマンススポーツのコーチングについて理解できる		国際競技力向上のためのハイパフォーマンススポーツのコーチングについて「ある程度」理解できる		国際競技力向上のためのハイパフォーマンススポーツのコーチングについて「あまり」理解していない。
到達目標 E					

【教科書】

JSPOリファレンスブック

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

筆記・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		コーチ学			年度	2026
英語表記		Coaching			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	コーチングとは	コーチとはどのような存在かについて理解する	1 コーチの定義	コーチの役割について理解することができる	1	
			2 グッドコーチ	グッドコーチに必要な要素について理解することができる		
			3 プレーヤーズセンタード	プレーヤーズセンタードに基づいたコーチングについて理解できる		
2	コーチの役割	コーチに求められる役割について理解する	1 コーチの責任	公認スポーツ指導者としてコーチが負う責任について理解できる	1	
			2 コーチの役割	コーチの果たすべき役割について理解できる		
			3 安全なスポーツ環境の構築	安全なスポーツ環境構築のためにその予防法と対処法について理解できる		
3	コーチに求められる知識とスキル	コーチに必要な知識とスキルについて理解する	1 コーチング文脈	自らのコーチング文脈について理解することができる	1	
			2 専門的知識	優れたコーチに必要な専門的知識について理解することができる		
			3 対他者・対自己の知識	対他者・対自己の知識について理解することができる		
4	コミュニケーション1	対他者力について理解する	1 コミュニケーションスキル	コーチに必要なコミュニケーション能力について理解することができる	1	
			2 ファシリテーションスキル	他者の学びと思考を促進するためのファシリテーションについて理解することができる		
			3 傾聴・質問のスキル	他者をより理解するために必要な傾聴と質問のスキルについて理解することができる		
5	コミュニケーション2	対自己力について理解する	1 コーチ自身の学び	コーチ自身の成長のための学びと向き合うことの重要性について理解することができる	1	
			2 コーチのセルフマネジメント	コーチとして自身を律するためのセルフマネジメントについて理解することができる		
			3 思考法と伝達法	客観的考察力を高め、必要なことをプレーヤーに伝えるための伝達手法について理解することができる		
6	スポーツの意義と価値	スポーツの意義と価値を理解し、プレーヤーに伝えられる	1 社会の中におけるスポーツ	スポーツの社会的価値について理解することができる	1	
			2 文化としてのスポーツ	スポーツを文化として成り立たせるために必要なことを理解することができる		
			3 スポーツ宣言日本	「スポーツ宣言日本」の内容とその意義について理解することができる		
7	スポーツ権	基本的人権としてのスポーツ権について理解する	1 基本的人権としてのスポーツ権	基本的人権としてのスポーツ権について理解することができる	1	
			2 スポーツの価値	スポーツの価値を高めるために必要なことを理解することができる		
8	スポーツにおけるガバナンスとコンプライアンス	スポーツにおけるガバナンスとコンプライアンスについて理解する	1 ガバナンス	スポーツのガバナンスについて理解することができる	1	
			2 コンプライアンス	スポーツのコンプライアンスについて理解することができる		
9	暴力・ハラスメントの根絶	スポーツ現場における暴力・ハラスメントの根絶について理解する	1 暴力	スポーツ現場における暴力の排除について考えることができる	1	
			2 ハラスメント	スポーツ現場におけるハラスメントの根絶について考えることができる		
			3 暴力・ハラスメントの根絶のために	スポーツ現場における暴力・ハラスメントの根絶のために必要なことは何かについて考えることができる		
10	スポーツのインテグリティ	スポーツのインテグリティ確保のために必要なことを理解する	1 インテグリティの確保	スポーツのインテグリティを確保するために必要な要素について理解することができる	1	
			2 アンチ・ドーピング活動	アンチ・ドーピング活動に必要な要素について理解することができる		
11	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任	スポーツ指導者が負う法的責任について理解する	1 コーチが負う法的責任	スポーツ事故においてコーチが負う法的責任について理解することができる	1	
			2 コーチが負う注意義務	スポーツ事故においてコーチが負う注意義務について理解することができる		
			3 具体的事故事案	スポーツ事故の具体的事故事案からその対処法について理解することができる		
12	時代をリードするコーチング	女性コーチの活躍とスポーツを通じた女性の社会進出	1 女性コーチの活躍	女性コーチが活躍するために必要な要素を理解することができる	1	
			2 具体的な事例とキャリアパスウェイ	女性コーチの活躍事例とそのキャリアパスについて理解することができる		
13	ハイパフォーマンススポーツにおけるコーチング	ハイパフォーマンススポーツのコーチングについて理解する	1 ハイパフォーマンススポーツとは	国際競技力向上のためのハイパフォーマンススポーツのコーチングについて理解することができる	1	
			2 良い競い合い	国際舞台で競い合うアスリートのためのコーチングについて理解することができる		
14	まとめ1	確認テストからこれまでの理解度を確認する	1 確認テスト	これまでの授業内容を確認するための理解度確認テストから、JSPOにおいて開催される知識確認テストの合格のための学習内容を再構築することができる	1	
15	まとめ2	確認テストからこれまでの理解度を確認する	1 確認テスト	これまでの授業内容を確認するための理解度確認テストから、JSPOにおいて開催される知識確認テストの合格のための学習内容を再構築することができる	1	

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