

2023年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース											
スポーツコーチング演習 1											
対象	3年次	開講期	前期	区分	必	種別	演習	時間数	30	単位	2
担当教員	岡			実務 経験	無	職種	パーソナルトレーナー				
授業概要											
各種スポーツスキルの向上を目的として、技術面における指導力のほか、メンタル面での指導スキルについても学びます。											
到達目標											
自らの測定も含め、2回の校内実習を行います。測定数値を活用し、データを集約して一般人に対しての個人のマネジメントとフィードバックを行います。数値等を利用して、測定者に的確な指導ができることを目標とします。											
授業方法											
測定練習、測定テスト、測定校内実習がメインとなります。校内実習後は測定数値を実施に見える形にデータ化、フィードバック方法を学びます。今まで習ったコミュニケーションスキルと合わせてプレゼンテーションのシナリオ作成を集大成とします。											
成績評価方法											
授業態度、意欲、課題を総合的に評価します。（校内実習でのコミュニケーション、意欲的態度、課題）											
履修上の注意											
授業中の私語や授業態度には厳しく対応します。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。											
教科書教材											
毎回レジュメ・資料を配布し、参考書・参考資料等は、授業中に指示します。											
回数	授業計画										
第1回	オリエンテーション										
第2回	測定練習										
第3回	測定練習										

2023年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース

スポーツコーチング演習 1

第4回	測定実施
第5回	測定データの打ち込み
第6回	測定打ち込みデータのフィードバックまとめ
第7回	フィードバックをもとに必要なトレーニング・ストレッチ指導案作成
第8回	個人マネジメント・フィードバック指導案を元に指導（トレーニング・ストレッチ等）
第9回	指導案を元に指導（トレーニング・ストレッチ等）
第10回	測定練習
第11階	測定実施
第12回	測定データ打ち込み（1回目と比較）
第13回	フィードバックまとめ
第14回	個人マネジメント・フィードバック
第15回	試験（課題）1回目と2回目と比較してのまとめ