

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）		科目名	スポーツコーチングインターン		
科目基礎情報							
開設学科	スポーツ健康学科三年制		コース名	スポーツインストラクターコース		開設期	後期
対象年次	2年次		科目区分	選択		時間数	15時間
単位数	0単位		授業形態	実習			
教科書/教材	必要に応じて、資料を配布します						
担当教員情報							
担当教員	村越			実務経験の有無・職種	有・管理栄養士、国際身体測定技師level1		
学習目的							
スポーツ選手や、部活動を行なう学生、一般の人など、競技向上や健康を考えた上で自身の体力がどのような状態なのか知ることがとても重要です。形態測定・体力測定を行い、現在の体力レベルや身体の大きさなどを認識し、その測定データに基づき身体づくりをおこなうためのトレーニングやストレッチ等を伝える方法を実践的に指導ができるようになります。							
到達目標							
身体強化やトレーニングをおこなう上でかせない形態測定や体力測定をおこない、体力レベル等を数値に表します。そこから必要なデータを抽出しトレーニングを行うための知識や技術を習得します。							
教育方法等							
授業概要	・測定練習、測定テスト、測定校外実習がメインとなります ・校外実習後は測定数値を実施に見える形にデータ化、アウトプット方法を学びます						
注意点	・講習中は指導員の指示に従い、身勝手な行動は絶対に取らないようにして下さい ・身勝手な行動等を起こし他人に迷惑をかけるような者は単位取得を認めません ・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						
評価方法	種別	割合	備 考				
	試験・課題	30%	試験と課題を総合的に評価する				
	レポート	30%	数値とコミュニケーションとの評価				
	校外実習	40%	校外実習での評価				
	成果発表 （口頭・実技）						
	平常点						
授業計画（1回～15回）							
回	授業内容			各回の到達目標			
1回	測定練習①			レベル2練習			
2回	測定練習②			レベル3練習			
3回	測定校外実習①			校外実習			
4回	測定校外実習②			校外実習			
5回	測定データの打ち込み			校外実習のデータをエクセルに打ち込む（課題形式）			
6回	個人目標設定方法①			マンダラチャートの目標設定			
7回	個人目標設定方法②			マンダラチャートの目標達成の分化			
8回	個人目標設定方法③			マンダラチャートの完成			
9回	集団心理①			思考、行動、感情の数値化			
10回	集団心理②			思考、行動、感情の数値から課題抽出			
11回	集団心理③			課題抽出の改善方法のプレゼンテーション			
12回	集団マネジメント①			データから課題を抽出			
13回	集団マネジメント②			課題を解決するためのシミュレーション			
14回	集団マネジメント③			コーチングを利用したアクティブスピーチ			
15回	まとめ			全体のまとめ			