

□演習科目（展開科目）

科目名	スポーツコーチング演習 A	2 単位
担当者	松田有司 山本真史	
テーマ	コーチ科学へのパフォーマンス分析・スポーツ心理学データの応用的分析	
科目のねらい	<p><キーワード> ①コーチ科学 ②スポーツ心理学 ③映像分析 ④フィードバック ⑤SMT</p> <p><内容の要約> コーチ科学におけるパフォーマンス分析・スポーツ心理学の現場的活用に関する最新の知見を概観し、当該領域の動向に関する理解を深め、その現場的活用法を理解する。主に、次の2つのテーマに焦点を当てて実習を展開し、現場指導におけるパフォーマンス分析・スポーツ心理学の立場と活用の可能性について展望し理解を深める。</p> <p>1) パフォーマンス分析がトップ選手にどのように活用されているのか、その最新知見を概観し、その分析手法を学ぶ。実際にスポーツ選手の試合時のパフォーマンスを分析し、競技力向上に繋がる効果的なフィードバックを実施する。</p> <p>2) スポーツメンタルトレーニング（SMT）講習会の企画・運営に参加し、各セッションのアシスタントを通して SMT の技法と評価法を理解する。</p> <p><学習目標> コーチ科学におけるパフォーマンス分析、スポーツ心理学の立場と活用の可能性についての理解を深め、コーチ科学を指導現場で活かすことができる。</p>	
授業の進め方	第 1 回 コーチ科学でのスポーツ心理学の動向のレビュー 第 2 回 コーチ科学でのパフォーマンス分析のレビュー 第 3 回 スポーツコーチング実習①（スポーツパフォーマンス分析；映像フィードバック） 第 4 回 スポーツコーチング実習②（スポーツパフォーマンス分析；映像分析方法） 第 5 回 スポーツコーチング実習③（スポーツパフォーマンス分析；レース分析） 第 6 回 スポーツコーチング実習④（スポーツパフォーマンス分析；選手の測定・分析①） 第 7 回 スポーツコーチング実習⑤（スポーツパフォーマンス分析；選手の測定・分析②） 第 8 回 スポーツコーチング実習⑥（スポーツパフォーマンス分析；データフィードバック） 第 9 回 スポーツコーチング実習⑦（SMT 実習①：イメージ技法） 第 10 回 スポーツコーチング実習⑧（SMT 実習②：リラクゼーション技法） 第 11 回 スポーツコーチング実習⑨（SMT 実習③：サイキングアップ技法） 第 12 回 スポーツコーチング実習⑩（SMT 実習④：クラスタリング） 第 13 回 スポーツコーチング実習⑪（SMT 実習⑤：チームビルディング） 第 14 回 スポーツコーチング実習⑫（SMT 実習⑥：モチベーションビデオ作成） 第 15 回 総括的討議（振り返り）	
事前学習の内容 学習上の注意	授業は講義と実習を交えておこない最後に振り返りのためのプレゼンテーションを行う。	
本科目の関連科目	スポーツ心理学特論、スポーツメンタルトレーニング特論、身体運動学特論	
テキスト	特に指定しない。	
参考文献	Routledge Handbook of Sport Coaching, Potrac, P et.al, (ed.) Routledge, London and New York, 2013., 手塚洋介「感情の精神生理学」ナカニシヤ出版(2018)., 島沢優子「世界を獲るノート」株式会社カンゼン(2019)., 樋口貴広「運動支援の心理学」三輪書店(2013)., 独立行政法人日本スポーツ振興センター「フィットネスチェックハンドブックー体力測定に基づいたアスリートへの科学的支援」大修館書店(2021)	
成績評価方法と基準	授業におけるプレゼンテーション（30%）、テーマ毎の課題レポート（70%）により総合的に評価し、60点以上を合格とする。	