

ナンバリング		授業科目名(科目の英文名)					区分・【新主題】/(分野)	授業形式									
E142K011		スポーツ心理学 (Sports psychology)															
必修選択	単位	対象年次	学部	学期	曜・限	担当教員											
選択	2	2	教育学部 令和2年度 以降入学生用			氏名 杉山佳生 (非常勤講師)											
						E-mail この授業の連絡は教育学部の玉江まで (k-tamae@oita-u.ac.jp) 内線 この授業の連絡											
授業の概要	教科(保健体育)に関する専門的知識の修得を目指す。具体的には、スポーツ不安、動機づけ、運動学習理論、チームワークといったスポーツ心理学の基礎的事項を理解するとともに、実力発揮に資する各種心理的スキルトレーニング法を、実習を通して修得する。																
具体的な到達目標						DP等の対応(別表参照)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
目標1	スポーツ場面における心理的事象を、科学的に説明できる。																
目標2	各種心理的スキルトレーニングを、適切に実施することができる。																
目標3	スポーツ心理学の学修法をデザインできるようになる。																
目標4																	
目標5																	
目標6																	
目標7																	
目標8																	
目標9																	
目標10																	
授業の内容																	
1	スポーツ心理学とは何か																
2	スポーツ心理学の歴史																
3	スポーツ不安(1) スポーツ不安とは何か																
4	スポーツ不安(2) パフォーマンスとの関係																
5	心理的スキルトレーニング(1) リラクゼーション技法, ポジティブ思考																
6	動機づけ(1) 自己決定理論, 目標達成理論																
7	動機づけ(2) 動機づけの高め方																
8	心理的スキルトレーニング(2) 目標設定技法																
9	運動学習理論(1) 情報処理的アプローチの考え方																
10	運動学習理論(2) 文脈干渉効果と効果的な練習法																
11	心理的スキルトレーニング(3) イメージ技法, 集中カトレーニング																
12	チームワーク(1) チームワーク発揮のプロセス																
13	チームワーク(2) リーダーシップとの関係																
14	心理的スキルトレーニング(4) コミュニケーションスキル																
15	まとめと振り返り																
ラック ニティ ゲブ	A:知識の定着・確認 B:意見の表現・交換 C:応用志向 D:知識の活用・創造	ブレインストーミング的ディスカッションを行う。 問題解決学修の成果を発表する。				工夫 その 他の	質疑応答やプレゼンテーションなどを用いる										
時間外学修 の内容と時 間の目安	準備 学修	各自でスポーツ心理学にかかる情報を収集し、学修すべき課題を整理する(45時間)。															
	事後 学修	学修した内容を振り返りながら、実際の教育現場で応用・実践する方法を検討する(15時間)。															
教科書	資料配布																
参考書	よくわかるスポーツ心理学(ミネルヴァ書房) ジュニアスポーツの心理学(大修館書店) その他、授業時に適宜紹介する。																
成績 評価 の 方 法 及 び 評 価 割 合	評価方法	割合	目標 1	目標 2	目標 3	目標 4	目標 5	目標 6	目標 7	目標 8	目標 9	目標 10					
	受講態度(ディスカッション参加, 発表)	30%															
	小テスト	20%															
	レポート	50%															
注意事項	遅刻や欠席は十分に留意すること。																
備考	予め配布された授業資料などはよく読んでおくこと。																
リンク	URL																

担当教員の 実務経験の 有無	
教員の 実務 経験	当該科目関連で25年ほどのキャリアを有する