

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							
E142K022		トレーニング科学 (Training Science)							対面							
必修選択		単位	対象年次	学部	学期	曜・限	主に使用する言語	その他に使用する言語	担当形態							
選択		2	3	教育学部		木2	日本語	英語	単独							
担当教員	氏名 玉江和義															
	E-mail k-tamae@oita-u.ac.jp 内線 7624															
授業の概要	受講者は、トレーニングの歴史とともに種目別にみたトレーニングの正しい知識、方法、手段、スケジュールの作成方法を理解し、トレーニングによる健康生活や充実したスポーツライフの実践方法などについて説明できるようになる。															
具体的な到達目標								DP等の対応(別表参照)		1	2	3	4	5	6	7
目標1	トレーニングの概念や基礎的内容論を説明できる									○	○	○	○	○	○	
目標2	トレーニングの科学性に基づいた処方の基礎を説明できる									○	○	○	○	○	○	
目標3	医科学的見地からトレーニングを講じることができる									○	○	○	○	○	○	
目標4	トレーニング科学の学校教育への応用を考えることができる									○	○	○	○	○	○	
目標5																
目標6																
目標7																
目標8																
目標9																
目標10																
各DPへの関連度(計10)										2	1	2	2	1	2	
授業の内容																
1	体力トレーニングの原理・原則															
2	トレーニングの種類															
3	トレーニングと休養のバランス															
4	トレーニング環境の整備と効果的遂行の条件															
5	スキルトレーニング															
6	トレーニングと年齢															
7	トレーニングアセスメント															
8	スポーツパフォーマンス構造論															
9	トレーニング目標論															
10	トレーニングの手段・方法															
11	試合行動															
12	女子のトレーニング															
13	ステロイドホルモンとトレーニング															
14	トレーニング計画論															
15	年間スケジュール作成方法とまとめ															
ラーニング目標	A:知識の定着・確認	○	発展的かつ想起的な発問など通して、積極的相互作用の構築を目指し、主体的な学びを大きく促進することを試みる。					工夫その他の	他教科(衛生学および公衆衛生学、生理学など)との関連付けをしながら、授業内容を構築する。							
	B:意見の表現・交換	○														
	C:応用志向	○														
	D:知識の活用・創造	○														
授業時間外学修の内容と想定時間	準備学修	授業時間以外の日常において、各種媒体などを通し、トレーニングを考究することを課す(15h)。授業において、自分の取り組みを通し、生じた疑問などについて、発問などができるように促す。														
	事後学修	授業で学習した内容論と方法論を日常で実践する(15h)。課題レポートなどを課す(15h)。														
	想定時間合計	45														
教科書	適宜、資料を提示、配布															
参考書	アスレティック・トレーニング入門(スー・ケイ・ヒルマン著、中村千秋訳) 大修館書店															

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
	小テストやレポート		20%	○	○	○							
	最終課題		80%	○	○	○							
注意事項	正当な理由なき遅刻や欠席には厳正に対処する。												
備考	授業における準備（授業前の検温や体調管理、必要に応じてのマスク着用、資料集などの用意、など）を万全にして受講されたい。												
リンク													
	URL												
担当教員の 実務経験の有無	○												
教員の 実務経験	複数の大学において、同様の内容の講義（トレーニング論）を担当してきた。												
実務経験を いかした教育内容	示範的な授業展開を担える。たとえば、実際のパフォーマンスなどにおいて。												