

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|--------------------------|---------|---------|---|----------------------|---------|---------|---------|---------|----------|---|---|---|----|--|
| 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 | 3 | 教育学部 平成31年度以前入学生 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 ア ク ニ テ ン イ グ ブ | A:知識の定着・確認 | 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 | |
| 教員の实務 経験 | 当該科目関連では25年ほどのキャリアを有する |