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　)		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	2	教育学部 ≪令和２年度以降入学生用≫		他	日本語		単独

担当教員	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　この授業の連絡は教育学部の玉江まで（7624）
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
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									
	各DPへの関連度（計10）		5	5					

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）　リラクセーション技法，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，集中力トレーニング
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

アクティブラーニング				
	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。	その他の工夫：質疑応答やプレゼンテーションなどを用いる
	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	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）。
	想定時間合計	60

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	遅刻や欠席は充分に留意すること。
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