

授業科目

コーチング科学概論

担当教員名 丸山 敦夫、下山 好充、山崎 史恵、市川 浩、池田 祐介、佐藤 晶子	対象学年	1	対象学科	スポ
	開講時期	前期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎	○	◎	○	

授業の概要

コーチング科学分野に必要な基礎的理論を学ぶ

授業の目的

コーチング科学分野における学問領域の基礎知識を学ぶ

学習目標

1. コーチング科学の基礎を理解する。
2. コーチング科学分野の学問領域を理解する。
3. コーチング科学分野に必要とされる基礎知識を得る。

授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	ガイダンス・運動とからだの働き：運動生理学1	講義	丸山 敦夫
2	運動とからだの働き：運動生理学2	講義	丸山 敦夫
3	アスリートの育成と強化：コーチング1	講義	下山 好充
4	アスリートの育成と強化：コーチング2	講義	下山 好充
5	強くなるためのトレーニング1	講義	池田 祐介
6	強くなるためのトレーニング2	講義	池田 祐介
7	強くなるためのトレーニング3	講義	池田 祐介
8	実力発揮のためのスポーツ心理1	講義	山崎 史恵
9	実力発揮のためのスポーツ心理2	講義	山崎 史恵
10	うまくなるための技術：スポーツバイオメカニクス1	講義	市川 浩
11	うまくなるための技術：スポーツバイオメカニクス2	講義	市川 浩
12	うまくなるための技術：スポーツバイオメカニクス3	講義	市川 浩
13	強くなるための栄養学1	講義	佐藤 晶子
14	強くなるための栄養学2	講義	佐藤 晶子
15	強くなるための栄養学3	講義	佐藤 晶子

使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書						
参考書						
その他の資料						

評価方法

レポート100%

履修上の留意点

オフィスアワー・連絡先

【下山好充】
 オフィスアワー：水曜日 12:15～13:00
 連絡先：025-257-4676
 メールアドレス：simoyama@nuhw.ac.jp
 研究室：J504