

# 授業科目 水泳コーチ論 I

【担当教員名】 下山 好充		対象学年	3	対象学科	スポ
		開講時期	後期	必修選択	自由
		単位数	2	時間数	30
【カリキュラム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	
◎	○	○	○		
【概要・一般目標：GI0】 水泳のコーチとなるために必要な基礎的な理論を理解する。					
【学習目標・行動目標：SBO】 1. 水泳の特性と歴史について学ぶ。 2. 水泳技術の構造を学ぶ。 3. 水泳指導法の基本について学ぶ。 4. 水泳の管理と安全対策について学ぶ。 5. 水泳競技の規則と審判法について学ぶ。 6. 水泳競技解説について学ぶ。 7. トレーニング科学・心理学について学ぶ。					
回数	授業計画・学習の主題			SBO 番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	水泳の特性・歴史（1）、水泳技術の構造（1）			1.2	講義
2	水泳の特性・歴史（2）、水泳技術の構造（2）			1.2	講義
3	水泳指導の基本（1）、水泳の管理と安全対策（1）			3.4	講義
4	水泳指導の基本（2）、水泳の管理と安全対策（2）			3.4	講義
5	水泳競技の規則と審判法			5	講義
6	水泳競技解説（1）水泳競技の特性と歴史・組織・プールの企画・競技会			6	講義
7	水泳競技解説（2）各種目別競技規則と専門的な知識			6	講義
8	心理学（1）水泳の心理学とメンタルトレーニング（1）			7	講義
9	心理学（2）水泳の心理学とメンタルトレーニング（2）			7	講義
10	心理学（3）水泳の心理学とメンタルトレーニング（3）			7	講義
11	トレーニング科学 バイオメカニクス（1）			7	講義
12	トレーニング科学 バイオメカニクス（2）			7	講義
13	トレーニング科学 バイオメカニクス（3）			7	講義
14	トレーニング科学 水泳の生理学（1）			7	講義
15	トレーニング科学 水泳の生理学（2）			7	講義
【使用図書】		<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>
教科書 (必ず購入する書籍)		水泳コーチ教本	財)日本水泳連盟	大修館書店	2006・5,460円
		スイミング解剖学	下山好充	ベースボールマガジン社	2010・2,200円+税
参考書					
その他の資料					
【評価方法】 出席状況、授業態度、レポート			【履修上の留意点】 「公認水泳コーチ」資格取得の必修科目です。		