

## 授業科目

## コーチング科学概論

<b>担当教員名</b> 下山 好充、山代 幸哉、山崎 史恵、市川 浩、池田 祐介、佐藤 晶子	<b>対象学年</b>	1	<b>対象学科</b>	スポ
	<b>開講時期</b>	前期	<b>必修・選択</b>	必修
	<b>単位数</b>	2	<b>時間数</b>	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・アスリートの育成と強化：コーチング1	講義	下山 好充
2	アスリートの育成と強化：コーチング2	講義	下山 好充
3	運動とからだの働き：運動生理学1	講義	山代 幸哉
4	運動とからだの働き：運動生理学2	講義	山代 幸哉
5	運動とからだの働き：運動生理学3	講義	山代 幸哉
6	強くなるためのトレーニング1	講義	池田 祐介
7	強くなるためのトレーニング2	講義	池田 祐介
8	強くなるためのトレーニング3	講義	池田 祐介
9	実力発揮のためのスポーツ心理1	講義	山崎 史恵
10	実力発揮のためのスポーツ心理2	講義	山崎 史恵
11	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
12	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
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