

| 授業科目区分   | 授業科目名    | 授業方法  | 単位                | 時間 | 関連の深い授業科目 |
|--|----------|---|-------------------|----|-----------|
| 専門   | スポーツ心理学Ⅱ | 講義  | 2                 | 30 | スポーツ心理学Ⅰ  |
| 学科・学年  | 担当教員名    | 科目関連実務経歴  | 実務経歴・分野・授業科目との関連等 |    |           |
| AT学科<br>1年   | 尼崎 光洋    | <input type="checkbox"/> 有<br><input checked="" type="checkbox"/> 無 |                   |    |           |
| 授業目標 *詳細な目標は、授業の冒頭で提示  |          |   |                   |    |           |
| <p>①スポーツと認知 ②動機づけ ③目標設定 ④運動と学習 ⑤スポーツと発達 ⑥競技者の性格と態度<br/>⑦パーソナリティ ⑧リラクゼーション ⑨集中力のコンディショニング</p>   |          |   |                   |    |           |
| この授業の概要、助言、学習支援の方法 など  |          |   |                   |    |           |
| <p>授業目標で挙げた学習項目を、参考図書や心理テスト用紙を参考にしながら、<br/>実演を踏まえ、知識、理論と経験知、身体知と総合的に結び付けて、<br/>スポーツ心理学の知識を受講生全員で共有し、習得する。</p>  |          |   |                   |    |           |
| 教科書・参考書  |          |   |                   |    |           |
| <p>「最新スポーツ心理学ーその奇跡と展望ー」大修館書店 日本スポーツ心理学会<br/>「スポーツメンタルトレーニング教本」大修館書店 日本スポーツ心理学会<br/>その他 講義で提示する</p>   |          |   |                   |    |           |
| 受講時留意点、その他   |          |   |                   |    |           |
| <p>【全科目受講時共通事項】※詳細は学生便覧受講における遵守事項参照</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 病気その他止むを得ない事由以外での欠席はしないこと。</li> <li>● 授業開始5分前には所定教室で待機し、指定された席で授業を受講すること。</li> <li>● 授業中は私語、および授業内容に関係のない行為は自粛すること。</li> <li>● 授業中の電子機器の使用は禁止する。但し、担当教員から許可を得た場合はこの限りではない。</li> <li>● 当番は授業前後の準備、整理を行うこと。教室、実習室の整理整頓、採光、換気、節電に努めること。</li> </ul> <p>※注意<br/>授業開始時間後の入室は職員室にて「授業開始後入室における聴講申請書」を記入し、記入した用紙を担当講師に手渡して下さい。授業の聴講は許可しますが、出席簿は「欠席」扱いとなります。(公共交通機関遅延により遅延証明書がある場合のみ出席とみなします)。</p> |          |   |                   |    |           |
| 成績評価方法   |          |   |                   |    |           |
| 評価方法   | 評価割合 (%) | 具体的な評価の方法、観点 など   |                   |    |           |
| 定期試験   | 100      | 出席日数とレポート、ポートフォリオなど提出物の出来栄で評価する。積極的な授業態度を期待する                       |                   |    |           |
| その他  |          |   |                   |    |           |
| (合計)   | 100      |   |                   |    |           |

| 回数 | 開講<br>予定日 | テーマ、内容、キーワード<br>教科書、配布資料 | 授業日誌 | 開講日 | 担当教員<br>(備考) |
|----|-----------|--------------------------|------|-----|--------------|
| 1  |           | スポーツ心理の重要性               |      | /   | 尼崎           |
| 2  |           | スポーツと認知                  |      | /   | 尼崎           |
| 3  |           | 動機づけ                     |      | /   | 尼崎           |
| 4  |           | 目標設定                     |      | /   | 尼崎           |
| 5  |           | 運動の学習                    |      | /   | 尼崎           |
| 6  |           | スポーツと発達                  |      | /   | 尼崎           |
| 7  |           | 競技者の性格と態度                |      | /   | 尼崎           |
| 8  |           | スポーツ選手に対する心理的サポート        |      | /   | 尼崎           |
| 9  |           | パーソナリティ                  |      | /   | 尼崎           |
| 10 |           | スポーツ相談(POMS)             |      | /   | 尼崎           |

