

授業科目 運動指導法実習1(陸上)

| | | | | | |
|--|--|--|-----------|------------------------------|--------------|
| 【担当教員名】 山崎 史恵 | | 対象学年 | 1 2 3 | 対象学科 | 7本 |
| | | 開講時期 | 前期 | 必修・選択 | 選択 |
| | | 単位数 | 1 | 時間数 | 30 |
| 【<概要>又は<一般目標：GIO>】 陸上競技に関する知識や理論を習得し、実習を通して陸上競技種目を教材とした運動指導法を学ぶ。 | | | | | |
| 【<学習目標>又は<行動目標：SBO>】 1. 陸上競技の教材特性について理解する。 2. 陸上競技のルールについて学ぶ。 3. 陸上競技の基礎トレーニングと各種目の指導法を学ぶ。 4. 実習を通じて、陸上競技の実践力を高める。 | | | | | |
| 回数 | 授業計画又は学習の主題 | | | SBO 番号 学習方法・学習課題又は備考・担当教員 | |
| 1 | オリエンテーション：陸上競技の教材特性、ルール、指導についての概要 | | | 講義 | |
| 2 | 混成種目の体験 | | | 実習・小レポート | |
| 3 | 基礎技術・基礎トレーニング（ウォーキング、ジョギング、ストレッチ、サーキットトレーニ | | | 実習・小レポート | |
| 4 | 各種目の理論、技術、およびトレーニング（短距離走・リレー） | | | 実習・小レポート | |
| 5 | " (障害走・投擲種目) | | | 実習・小レポート | |
| 6 | " (持久走・走高跳び) | | | 実習・小レポート | |
| 7 | " (走幅跳び) | | | 実習・小レポート | |
| 8 | 授業のまとめ | | | レポート | |
| 【使用図書】 | | <書名> | <著者名> | <発行所> | <発行年・価格・その他> |
| 教科書 (必ず購入する書籍) | | 特になし (適宜資料を配布) | | | |
| 参考書 | | 陸上競技指導教本：基礎理論編、日本陸上競技連盟（編）、大修館書店、1992年、2,100円（税込） 陸上競技指導教本：種目別実技編、同上、2,730円（税込） | | | |
| その他の資料 | | | | | |
| 【評価方法】 出席状況30%、授業態度30%、レポート提出40%、 | | | 【履修上の留意点】 | | |