

【担当教員名】 山崎史恵	対象学年	3	対象学科	スポ
	開講時期	後期	必修・選択・自由	自由
	単位数	2	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：GIO>】  
 スポーツによって起こる心理的なプラス面・マイナス面を理解し、実際の競技やコーチングに活かすための方法を考える。

【<学習目標>又は<行動目標：SBO>】  
 1. 心理と生理の相互関係を理解する。  
 2. 成長段階と心理とスポーツの関連を説明できる。  
 3. スポーツの種目とその適性を心理的な点から考察できる。  
 4. 行動とところを関係付ける。  
 5. スポーツが心理に及ぼすネガティブな側面を理解する。

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	1	
2	心理が及ぼす生理への影響	2	
3	発育発達期のスポーツと心理	2	
4	青年期以降のスポーツと心理	3	
5	スポーツ集団における心理	3	
6	チームにおける個人と集団	3	
7	種目特性とところのありかた	3	
8	パフォーマンスと心理：動機付け	4	
9	パフォーマンスと心理：プレッシャー、あがり	4	
10	スポーツの場面で表現されること	4	
11	心理的なサポートを行う場合の心構え	5	
12	実際の対人距離と心理的な距離	5	
13	感じる痛みと起こっている障害の一致と不一致	5	
14	スポーツが引き起こす摂食障害とその心理	5	
15	講義のまとめ	5	

【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)	アスレティックトレーナーテキストⅠ・Ⅱ (財)日本体育協会			
参考書				
その他の資料				

【評価方法】	【履修上の留意点】
--------	-----------

健康スポーツ学科  
専門