

2023 年度 授業計画(シラバス)

学 科	医療総合学科		科 目 区 分	専門分野	授業の方法	講義
科 目 名	運動心理学		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対 象 学 年	1年		学期及び曜時限	後期	教室名	406
担 当 教 員	坂田 年彦	実務経験と その関連資格	理学療法士として病院で勤務			
《授業科目における学習内容》						
競技スポーツ、運動学習、健康スポーツ等様々な年代の方々における心理的現象を学習し、現場で活用できる基礎力を養う。						
《成績評価の方法と基準》						
1. 定期試験又は実技試験:70% 2. 出席評価点:20% 3. 平常点(授業態度・レポート):10%						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
やさしいスチューデントトレーナーシリーズ2 新スポーツ心理学						
《授業外における学習方法》						
対象別、競技別の心理作用について自主的に調査して、模範例や問題例を把握し、対策について考察する習慣を身に付ける。						
《履修に当たっての留意点》						
本科目で履修する内容について、学問的側面のみならず、現場での具体的な活用法を常に考察しながら理解を深める努力をすること。						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第1回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツの概念や意義とともに、社会的要因・心理的要因・環境的要因について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習	
		各コマにおける授業予定	広義のスポーツ心理学として社会心理学、スポーツ心理学、健康運動心理学の概要を学ぶ。			
第2回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	運動実践によって得られる心理社会的効果の内容と、その効果を高める要因について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習	
		各コマにおける授業予定	スポーツスキルの分類と評価方法について学ぶ。			
第3回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	運動実践によって得られる心理社会的効果の内容と、その効果を高める要因について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習	
		各コマにおける授業予定	スポーツスキルの制御と、運動学習の理論について学ぶ。			
第4回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	運動実践によって得られる心理社会的効果の内容と、その効果を高める要因について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習	
		各コマにおける授業予定	スポーツスキル効果的な学習法について学ぶ。			
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	運動の採択、継続、および停止を予防するために適用されている行動への理論・モデルおよび技法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習	
		各コマにおける授業予定	トランスセオティカルモデルとは			

授業の方法					
第6回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	運動の採択、継続、および停止を予防するために適用されている行動への理論・モデルおよび技法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	スポーツと発達、スポーツ集団の構造と機能、および集団目標と意欲について学ぶ。		
第7回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	健康運動をはじめとした教室等の募集に際して、多くの参加者を得るための留意点について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	告知方法、会場設営、営業技法、個人情報保護を学ぶ。		
第8回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	指導の受講のミスマッチと解決方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	スポーツマンの性格と態度について学び、状況に応じた対応ができるよう様々なケースを踏まえながら学ぶ。		
第9回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	スポーツと心の健康について、ストレスマネジメントや心の健康増進の基礎を学ぶ。		
第10回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	クライアントとの信頼関係(ラポール)の形成と、ラポール破綻の原因について学ぶ。		
第11回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	クライアントとのアジェンダを設定し、目標を使用して動機づけを行う方法について学ぶ。		
第12回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	クライアント自身の取り組みの重要性や、現在の自信・準備状態を客観的に評価する方法について学ぶ。		
第13回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	クライアント自身の取り組みの重要性を共に探求するワークを行い、アジェンダに取り入れる方法を学ぶ。		
第14回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	個別指導における動機づけとカウンセリングの方法について把握する。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	スポーツをはじめ生活や環境におけるクライアントの自信を再構築するための心理アプローチについて学ぶ。		
第15回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	スポーツ心理学の手法をケーススタディを通して実践し、身に付ける。	教科書	該当範囲の事前学習 前回範囲の復習
		各コマにおける授業予定	小児期、成人期、壮年期、老年期のケーススタディを実践する。		