



タイトル「**2024年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**スポーツ科学部**」
シラバスの詳細は以下となります。



科目ナンバー	SSCS3619		
科目名	技術トレーニング論演習		
担当教員	澤野 大地		
対象学年	3年,4年	開講学期	前期
曜日・時限	水 2		
講義室	1207	単位区分	選,選必
授業形態	演習	単位数	2
科目大分類	専門		
科目中分類	専門応用		
科目小分類	専門統合・演習		
科目の位置付け（開発能力）	■ D Pコード-学修のゴールを示すディプロマポリシーとの関連 DP1-E〔学識・専門技能〕 専門分野にかかる理論知と実践知を獲得し利用することができる。 DP3-G〔状況把握力・判断力〕 自らの置かれた状況、及び自己が帰属する集団の内外の状況を的確に把握し、適切に対応することができる。 DP3-H〔論理的思考力・批判的思考力〕 理路整然とした思考を備えつつ、偏りを排除するための内省をもって、問題・課題を合理的に解決することができる。 DP4-F〔探究力・課題解決力〕 問を設定し又は論点を特定し、それに対する答・結論・判断を合理的に導くために、論拠の収集と分析を体系的に行うとともに、オープンエンドな問題・課題に答えるための方略をデザインし、検証し実行することができる。 DP4-I〔理解力・分析力〕 文章表現、数値データを適切に扱いつつ、情報の収集と取捨選択、分析と加工を有効かつ円滑に行い、課題の解決につなげることができる。 ■ C Rコード-学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモンルーブリック（C R）との関連 E1学識と専門技能-40% F1探究と論拠-25% G1状況把握-20% H1論理的思考-5% I2量的分析-5% I3情報分析-5%		
教員の実務経験	オリンピック3大会（2004年、2008年、2016年）、世界陸上7大会（2003年、2005年、2007年、2009年、2011年、2013年、2019年）に出場しました。その競技者としての経験を活かして、講義を行います。また日本オリンピック委員会理事、日本オリンピック委員会アスリート委員長などを務めさせていただいた中で、あらゆる競技の選手と関わってきた経験を活かして、講義を行います。（第4回、第7回）		
成績ターゲット区分	■能力開発の目標ステージと対応 3 発展期～4 定着期		
科目概要・キーワード	本演習では、技術トレーニング論で学習した内容を踏まえて、これに関する国内外の研究論文を精読することによって、技術トレーニングの実施方法について理解し、各自が行っている技術トレーニングの分析を行います。特に、技術トレーニングと体力トレーニングの相補関係について学習し、各自の専門種目において、より実践的な技術トレーニング方法論を構築できるようにします。授業形態は、調査・研究及びプレゼンテーションを中心とした演習形式により行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替するためオンライン授業を一部取り入れる場合があります。 ■キーワード スポーツ技術・技術トレーニング・技術構造分析		

授業の趣旨	■副題 各自が行なっている技術トレーニング手段を明確にし、より実践的な技術トレーニング方法論を構築します。 ■授業の目的 現在各自が行っている技術トレーニングの手段を明確にし、技術・体力の関係から、各自の専門種目においてより実践的で効果的な技術トレーニングを構築することを目的とします。 ■授業のポイント 各自が行なっている技術トレーニングが持つ特性と体力・戦術との関係性を分析することにより、実践的な技術トレーニング手段を選択していくことができるようになります。また、競技特性の違う種目における技術トレーニングを調査・研究することで、自身の競技種目においてより実践的な技術トレーニングを構築できるようになります。	
総合到達目標	■自身の競技種目においてより実践的な技術トレーニングを構築できるようになるために、各自が行っている技術トレーニング手段を明確にし、技術・体力・戦術の関係から効果的な技術トレーニング手段を選択していくことができるようになる。 ・技術トレーニングの基礎的知識について説明できる。（第2回、第15回） ・技術・体力・戦術の関係性について分析し説明することができる。（第3回～第14回） ・自身の行っている技術トレーニングを、競技特性の違う競技に応用することができる。（第7回～第10回）	
成績評価方法	■プレゼンテーション（60%）適用ルーブリック E1 G1 （評価の観点）プレゼンテーション（3回）において、それぞれのテーマに沿ったプレゼン資料が作成できているかどうかを評価します。 （フィードバック方法）各発表後、講評を行います。 ■授業参加度（40%）適用ルーブリック F1 H1 I2 I3 （評価の観点）提出物、グループワークでの発言などを総合的に見て評価します。	
履修条件	技術トレーニング論を履修していること。また体力トレーニング論を履修していることが望ましいです。	
履修上の注意点	特にありません。	
授業内容	回	内容
	1	①授業テーマ ガイダンス ②授業概要 授業の進め方や評価について説明を行う。また授業の概要やその方法について説明する。 ③予習（120分） シラバスの内容をよく読んでおく ④復習（120分） ガイダンスの内容をもう一度確認し、シラバスを読んで授業の流れを確認しておく。
	2	①授業テーマ 技術トレーニングについて振り返り ②授業概要 技術トレーニング論で学んだことを振り返り、技術トレーニングの基礎的知識についてもう一度説明できるようにする。（E1、F1） ③予習（120分） 技術トレーニング論で学んだことをまとめておく。 ④復習（120分） 技術トレーニング論の内容を振り返り、自身の技術トレーニングについてまとめる。
	3	①授業テーマ 技術・体力・戦術との関連 ②授業概要 技術・体力・戦術の階層構造関係について学び、それについて説明できるようにする。（E1、F1、G1） ③予習（120分） 技術・体力・戦術の関係について検討しておく。 ④復習（120分） 自身の専門とする競技でのパフォーマンス構造モデルを検討しておく。
	4	①授業テーマ 技術トレーニング手段の分類① ②授業概要 自身の行っている技術トレーニング手段について目的別に分類することができるようにする。（E1、F1、G1、H1、I2、I3） 担当教員の実務経験を踏まえて、目的別に技術トレーニング手段を分類した例示をあげながら、講義を行います。 ③予習（120分） 自身の行っている技術トレーニング手段をまとめておく。 ④復習（120分） 分類した技術トレーニング手段をまとめておく。
	5	①授業テーマ 技術トレーニング手段の分類② ②授業概要 研究論文や文献、資料を収集して技術トレーニング手段について検討し（F1、G1）、自身の行っている技術トレーニング手段を分析できるようにする。（E1、F1、G1、H1、I2、I3） ③予習（120分） 自身の行っている技術トレーニング手段について検討しておく。 ④復習（120分） 収集した文献や資料を精読しておく。

6	①授業テーマ 技術トレーニング手段の分類③ ②授業概要 自身の行っている専門種目の技術トレーニング手段を分類して、種目ごとの技術トレーニングの特徴について資料を作成し、プレゼンテーションを行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) 発表後、講評を行います。 ③予習(120分) 収集した文献や資料から、自身の技術トレーニング手段について検討しておく。 ④復習(120分) 自身の技術トレーニング手段と、プレゼンテーションで発表された他競技の技術トレーニング手段の違いについて検討しておく。
7	①授業テーマ 競技種目による技術トレーニングの違い① ②授業概要 競技特性による技術トレーニングの違いについて説明できるようにする。(E1、F1、G1) 担当教員の実務経験を踏まえて、トップアスリートの技術トレーニング手段について例を挙げて講義を行います。 ③予習(120分) 自身の技術トレーニング手段についてまとめておく。 ④復習(120分) 競技特性による技術トレーニング手段の違いについて確認しておく。
8	①授業テーマ 競技種目による技術トレーニングの違い② ②授業概要 競技特性の違う種目の技術トレーニング手段について、同様の競技種目のグループで資料を収集して検討し、プレゼンテーションの準備を行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) ③予習(120分) 他競技の技術トレーニング手段について検討しておく。 ④復習(120分) 他競技の技術トレーニング手段について、さらなる文献や資料を収集しておく。
9	①授業テーマ 競技種目による技術トレーニングの違い③ ②授業概要 競技特性の違う種目の技術トレーニング手段について、同様の競技種目のグループで資料を収集して検討し、プレゼンテーションの準備を行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) ③予習(120分) 収集した文献や資料を精読し、他競技の技術トレーニング手段について検討しておく。 ④復習(120分) 作成した競技特性の違う種目の技術トレーニング手段についての資料をまとめておく。
10	①授業テーマ 競技種目による技術トレーニングの違い④ ②授業概要 競技特性の違う種目の技術トレーニング手段について、グループごとにプレゼンテーションを行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) 発表後、講評を行います。 ③予習(120分) 収集した文献や資料の内容を整理し、プレゼンテーション方法について検討しておく。 ④復習(120分) 競技特性の違う種目の技術トレーニングについてまとめておく。
11	①授業テーマ 実践的な技術トレーニングの構築① ②授業概要 各自の専門種目においてより実践的な技術トレーニング方法について、文献や資料を収集して検討し、プレゼンテーションの準備を行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) ③予習(120分) 自身の専門種目における技術トレーニングについて検討しておく。 ④復習(120分) 関連する文献や資料をさらに収集しておく。
12	①授業テーマ 実践的な技術トレーニングの構築② ②授業概要 各自の専門種目においてより実践的な技術トレーニング方法について、文献や資料を収集して検討し、プレゼンテーションの準備を行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) ③予習(120分) 収集した文献や資料を精読しておく。 ④復習(120分) 収集した文献や資料を整理しておく。
13	①授業テーマ 実践的な技術トレーニングの構築③ ②授業概要 各自の専門種目においてより実践的な技術トレーニング方法について、文献や資料を収集して検討し、プレゼンテーションの準備を行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) ③予習(120分) 収集した文献や資料の内容を整理し、プレゼンテーション方法について検討しておく。 ④復習(120分) 作成した資料をまとめておく。
14	①授業テーマ 実践的な技術トレーニングの構築④ ②授業概要 自身で収集した文献や資料を整理し、実践的な技術トレーニングについてのプレゼンテーションを行う。(E1、F1、G1、H1、I2、I3) 発表後、講評を行います。 ③予習(120分) 自身のプレゼンテーションについてリハーサルを行い、あらかじめ

	想定される質問について検討しておく。 ④復習（120分） 自身の作成した資料を整理しておく。 15①授業テーマ および技術トレーニング論演習まとめ ②授業概要 これまでの技術トレーニング論演習の内容について総括し、まとめを行う。 ③予習（120分） これまでの内容をまとめておく。 ④復習（120分） 各自の専門種目におけるより実践的な技術トレーニングの方法を構築できるようにする。
関連科目	技術トレーニング論（SSCS2328）、体カトレーニング論（SSCS2329）
教科書	特に指定しません。
参考書・参考URL	「スポーツ技術のトレーニング」グロッサー／ノイマイヤー、大修館書店、1995、ISBN978-4469263244 「スポーツ技術の指導」R.W.クリスチナ／D.M.コーコス、大修館書店、1991、ISBN978-4469161670
連絡先・オフィスアワー	■連絡先 開講時に告知します。 ■オフィスアワー 月曜3限 それ以外の時間については、メールにて事前にアポイントをとれば研究室で対応します。
研究比率	

