

科目コード	E2213	科目名	スポーツ心理学				
履修区分	教育課程表参照	開講期	3年後期	授業回数	8回	単位数	1単位
担当者	今井 裕介						
授業の概要	保健体育教諭、スポーツ指導者として求められるスポーツ心理学の基礎知識や実践的理論を学ぶ。スポーツ心理学における研究分野から動機づけ、スポーツ選手のメンタルヘルス上の課題等について学習を進める。						
DPとの関連	平和を希求し、その教育に努め、幸せな人生を創造しようとする力を身につける						-
	人間愛のもと、ケアすることの意義を教育・保育の専門性において学び、専門的な知識・技術との統合を図る力を身につける						-
	修得した専門的な知識・技術を活用し、教育者・保育者として実践する力を身につける						
	教育・保育者として、子どもの育ちや学びに関わる問題について時代の変化を見通して研究し、新たな価値の創造を図る力を身につける						
	社会との連携を図り、人々の教育的・保育的ニーズや社会的ニーズに応えることができる力						-
DP：ディプロマ・ポリシー（卒業認定・学位授与の方針）＝卒業までに身に付けるべき資質・能力							
到達目標	スポーツ心理学の基礎知識を理解する。スポーツにおける動機づけや、メンタルマネジメント（あがり、バーンアウト等への対処）の理論を習得する。それらを適用し、問題解決能力を身につけることを目標とする						
履修上の注意事項	講義内で課題を出し、それについての発表を求めます。 講義中の携帯電話の使用を禁止します。私語を禁止します。						
授業計画	回数	講義内容【担当教員】				事前・事後学修	
	1	スポーツ心理学の沿革				事前：テキストの第1章を事前に読む（30分） 事後：スポーツ心理学の沿革について整理する（30分）	
	2	スポーツにおける動機づけ				事前：テキスト第6章を事前に読む（30分） 事後：スポーツにおける動機づけを整理する（30分）	
	3	スポーツとメンタルヘルス				事前：テキスト第11章を事前に読む（30分） 事後：スポーツとメンタルヘルスについて整理する（30分）	
	4	スポーツとパーソナリティ				事前：テキスト第13章を事前に読む（30分） 事後：スポーツとパーソナリティについて整理する（30分）	
	5	スポーツによる心理的な成長と発達				事前：テキスト第14章を事前に読む（30分） 事後：スポーツによる心理的な成長と発達について整理する（30分）	
	6	アダプテッド・スポーツの心理学				事前：テキスト第15章を事前に読む（30分） 事後：アダプテッド・スポーツの心理学について整理する（30分）	
	7	スポーツメンタルトレーニング				事前：テキスト第16章を事前に読む（30分） 事後：スポーツメンタルトレーニングについて整理する（30分）	
	8	アスリートの心理的問題と回復				事前：テキスト第20章を事前に読む（30分） 事後：アスリートの心理的問題と回復について整理する（30分）	
成績評価方法	期末テスト60% 講義時における課題発表等40% ただし、受験資格を満たしていない場合は評価の対象としない。						
教科書	書名・著者（出版社）					ISBNコード	
	これからの体育・スポーツ心理学 (KS心理学専門書) 講談社					978-4065311691	
参考書							
教員からのメッセージ	スポーツ心理学は、スポーツや運動の場面で人が「どのように考え、感じ、行動するのか」を理解する学問です。本授業では、動機づけ、パーソナリティ、メンタルヘルスなどのテーマを取り上げます。身近な経験と結びつけながら、主体的に学んでほしいと思います。						
教員との連絡方法	講義前後の時間や感想シートを活用してください。						
実務経験のある教員							