

科目コード	E2202	科目名	体育方法学・実習(陸上)				
履修区分	教育課程表参照	開講期	1年後期	授業回数	15回	単位数	1単位
担当者	井上 恒志郎/森澤 桂/藤井 宏明						
授業の概要	スポーツ種目としての陸上競技の特性を理解し、効果的な指導が行えるための知識を身につけるために、運動学、生理学、コーチング学など多面的な観点から陸上競技について学習を進めていく。毎時間、授業終了時にリアクションペーパーを実施する。最終的には授業で学習したことを踏まえてレポートを提出する。						
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	中学校、高等学校の保健体育教員が陸上競技を指導していく上で基盤となる知識や教養、指導法に関する理論を理解し、陸上競技のスポーツ特性をまとめることができるようになる。さらに実技を通して、そのスポーツ特性を体験し、知識や技能を深化させることができる。						
履修上の注意事項	ロイロノートスクールを活用して、資料掲示や相互連絡を行います。準備をしておいてください。						
授業計画	回数	講義内容【担当教員】				事前・事後学修	
	1	陸上競技の成立と発展【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	2	陸上競技の競技特徴と種目別特性【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	3	発育発達と陸上競技【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	4	パフォーマンス決定要因【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	5	トレーニング理論：基本的な考え方【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	6	トレーニング理論：各論【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	7	陸上競技とスポーツ傷害、小まとめ【井上】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	8	短距離走の特性理解と疾走技術の理解、習得【森澤】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	9	ハードル走の特性理解と技術の習得【森澤】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	10	走り幅跳びの特性理解と技術の習得【森澤】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	11	走り高跳びの特性理解と技術の習得【森澤】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	12	投てき技術（砲丸投）の理解、習得と記録測定法の習得【藤井】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	13	投てき技術（ジャベリックボール投）の理解、習得と記録測定法の習得【藤井】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	14	リレー種目の特性理解、バトンパス技術の理解、習得【藤井】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
	15	リレー（疾走、バトンパス技術の習得、記録測定法の習得）【藤井】				事前に授業資料を確認・整理し（予習45分）、授業後、重要箇所を振り返る（復習45分）。	
成績評価方法	リアクションペーパー（40%）、レポート（60%） 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	
	必要に応じて、資料を配布する。						
参考書	日本陸上競技連盟・陸上競技コーチングブック（大修館書店）					9784469269338	
	日本陸上競技学会・陸上競技のコーチング学（大修館書店）					9784469268805	
教員からのメッセージ	授業で分からない（理解できない）ことがあった場合には、そのまましておかず、次の授業までに解決して（理解して）おくよう心がけましょう。 解決の方法には、資料を振り返る、参考書を見る、友達に聞く、私に質問するなどの方法があります。						
教員との連絡方法	基本的に、ロイロノートスクールを利用する。						
実務経験のある教員							