

授業科目名	メンタルトレーニング論特講		授業形態	講義・演習	授業科目区分	基礎科目 (スポーツ総合科学)
担当教員名	中本 浩揮・幾留 沙智				補助担当者名	
単位数	2 単位		履修年次	－	受け入れ人数	－
授業の概要 及び達成目標	本講義は、スポーツ心理学の様々な領域の知見に基づいた総合的トレーニングをメンタルトレーニングとして位置づけている。そのため、発達、動機づけ、学習、知覚・認知および注意といった心理学独自のテーマから競技者の熟達化を促進するための広義の心理的トレーニングの理論と方法について理解を深める。各時の授業は、取り扱う内容に関わる事前の海外文献講読と発表、ディスカッションによって展開される。これらを通じて、現在のトレーニング方法の問題点を明らかにし、その解決策について考究することを目標とする。					
成績評価の方法	出席状況、授業への取り組み状況、発表・レポート等の状況を総合的に評価する。					
成績評価の基準	授業への取り組みとして、ディスカッションへの参加の積極性を重視する。また、レポート等の提出として、各授業内容に対する準備（資料・論文のまとめ）とその内容（論理性）を評価する。					
テキスト、教材 参 考 書	Developing Sport Expertise: research & coaches put theory into practice. D. Farrow, J Baker, & C. MacMahon / Routledge. Sport Psychology: Contemporary themes. D. Lavallee et al. / Palgrave 他					
履修条件・ 関連科目			備考(教員メッセージ含む)	今年度の授業は担当者の都合によりネット上での授業開催となる見込みです。また、講義日程については変更になる可能性があります。スポーツ心理学特講の授業を履修していることが望ましい。		
オフィス・アワー	随時					
授業計画						
回	担当教員名	授業内容			授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)	
1	中本 浩揮 幾留 沙智	オリエンテーション（授業方針、取り扱う内容の説明）				
2	〃	スポーツにおける熟達化研究の概論				
3	〃	熟達と発達 ―コーチはジュニア期の練習をどのようにデザインするべきか―				
4	〃	熟達とモチベーション① ―モチベーション理論―				
5	〃	熟達とモチベーション② ―どうやって指導者は動機づけを高めるか―				
6	〃	熟達と運動学習 ―認知的負荷と自己調整学習―				
7	〃	熟達と知覚① ―主観的知覚と客観情報の乖離―				
8	〃	熟達と知覚② ―みるの基礎―				
9	〃	熟達と知覚③ ―スポーツ選手の視覚探索ストラテジー―				
10	〃	熟達と知覚・認知技能① ―熟練者の予測技能―				
11	〃	熟達と知覚・認知技能② ―予測技能をいかに高めるか―				
12	〃	熟達と知覚・認知技能③ ―意思決定技能をいかに高めるか―				
13	〃	熟達と知覚・運動制御① ―タイミング制御の熟達―				
14	〃	熟達と知覚・運動制御② ―スポーツにおける身体図式の役割―				
15	〃	熟達と知覚・運動制御③ ―スポーツにおける他者の行為観察の仕組み―				
16	〃	まとめと定期レポート（心理トレーニングの問題点と解決法）				