

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅰ－自転車競技		授業形態	講義・実技		授業科目区分	専攻科目 (専修科目)	
担当教員名	黒川 剛					補助担当者名		
単位数	6 単位		履修年次	1年次		受け入れ人数	8名程度	
授業の概要	自転車競技に関する基本的な知識を会得し、競技に対する理解を深める。 自転車競技に関連する分野を網羅し体系的に学ぶことで、この授業を終えた時点で、競技力向上に必要な基本的行動を自分の力だけで行えるようになるための基礎的能力を身につける。							
授業の到達目標 及び成績評価の 方法	授業の到達目標			成績評価の方法				割合 %
				授業期間				
	■認知的領域	各講義のテーマが自転車競技に及ぼす影響を関連づけて理解できる。	授業	テスト	レポート	発表		40
	■情意的領域	講義・実習(実技)とともに関心を持って意欲的に学び、自転車競技の素晴らしさを簡単な言葉で説明できる。	○	○				20
■技能的領域	実習(実技)で学んだことを自からの競技活動に生かすと同時に、安全面と楽しさを重視した内容のトレーニング方法を、自分の活動に生かすことができる。	○	○				40	
成績評価の基準	授業の進行に伴い内容を理解したうえで、初歩的な競技者として理解したことを生かせる能力が備わっているかを授業時間毎に確認し評価する。 実技については、関連する課外活動(自転車競技)での競技成績も評価対象に加える。							
テキスト、教材 参考書	授業時間毎に必要なに応じて資料を配付する。 講義用にJCF日本自転車競技連盟競技規則集を各自準備すること。 実技用に良く整備されたロードレーサー、トラックレーサー、JCF公認ヘルメット、シューズ等の競技用具一式を各自準備すること。							
履修条件・ 関連科目	特に無し		備考(教員メッ セージ含む)	高校時代に自転車競技の選手・スタッフとしての基本的な経験を有し、同競技に深い興味を持ちながら将来も引き続き関わりたいと考える学生を歓迎する。				
オフィス・アワー	毎週月曜日午後、604研究室							
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	黒川 剛	講義：プロローグ「自転車競技との出会いを発表し素晴らしさを知る」						
2	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎①						
3	〃	講義：「世界トラック選手権」からトラック種目を知る。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
4	〃	講義：競技力向上の会「他種目から学ぶ」						
5	〃	講義：自転車競技の安全管理と応急処置を知る。						
6	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎②						
7	〃	講義：「ジロ・デ・イタリア」を知る。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
8	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎③						
9	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎④						
10	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑤						
11	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑥						
12	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑦						
13	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑧						
14	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑨						
15	〃	講義：「ツール・ド・フランス」を知る。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
16	〃	講義：今年の「全日本インカレ」を振り返る。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
17	〃	講義：「世界ロード選手権」からロード種目を知る。						
18	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑩						
19	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑪						
20	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑫						
21	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑬						
22	〃	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑭						
23	〃	講義：トレーニング計画の基礎を知る①				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
24	〃	講義：トレーニング計画の基礎を知る②				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		

25	”	講義：トレーニング計画の基礎を知る③	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
26	”	講義：アジア（韓国等）の自転車競技事情を知る。	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
27	”	講義：競技規則の基礎を知る①	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
28	”	講義：競技規則の基礎を知る②	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
29	”	実技：自転車競技のトレーニング基礎⑤	
30	”	講義：エビローグ「4年生の発表を聞き、自転車競技のメジャー化を考える」	

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅱ-自転車競技		授業形態	講義・実技		授業科目区分	専攻科目 (専修科目)	
担当教員名	黒川 剛					補助担当者名		
単位数	6 単位		履修年次	2年次		受け入れ人数	8名程度	
授業の概要	自転車競技に関する指導や普及の基本的な知識を会得し、競技に対する理解を深める。 自転車競技に関連する分野を網羅し体系的に学ぶことで、この授業を終えた時点で、競技力向上に必要な基本的行動を自分の力だけで行えるようになると同時に、初心者(小学上級生レベル)や競技経験のない一般の方へ、正しい実技方法や表現方法をもってスムーズに指導や説明ができるよう、必要な基礎的能力を身につける。							
授業の到達目標 及び成績評価の 方法	授業の到達目標			成績評価の方法				
				授業期間				定期 試験
		授業	テスト	レポート	発表			
	■認知的領域	各講義のテーマが自転車競技に及ぼす影響を関連づけて理解し、受講生に向けて簡単な言葉で正確に説明できる。	○	○	○	○		
■情意的領域	講義・実習(実技)ともに関心を持って意欲的に学び、受講生同士で協力してテーマの探求に取り組み、自転車競技の素晴らしさを簡単な言葉で説明できる。	○	○					20
■技能的領域	実習(実技)で学んだことを自からの競技活動に生かすと同時に、安全面と楽しさを重視した内容のトレーニング方法を、受講生に向けて言葉と実際の動きで正確に説明できる。	○	○					40
成績評価の基準	授業の進行に伴い内容を理解したうえで、初歩的な競技者及び指導者として理解したことを生かせる能力が備わっているかを授業時間毎に確認し評価する。実技については関連する課外活動(自転車競技)での競技成績も評価対象に加える。							
テキスト、教材 参考書	授業時間毎に必要なに応じて資料を配付する。 講義用にJCF日本自転車競技連盟競技規則集を各自準備すること。 実技用に良く整備されたロードレーサー、トラックレーサー、JCF公認ヘルメット、シューズ等の競技用具一式を各自準備すること。							
履修条件・ 関連科目	前年度までに競技スポーツ論・実習Ⅰ-自転車競技を履修し単位を修得するか、同等以上の知識及び技術を身につけていること。	備考(教員メッセージ含む)		自転車競技の選手・スタッフとしての経験を有し、同競技に深い興味を持ちながら将来も引き続き関わりたいと考える学生を歓迎する。				
オフィス・アワー	毎週月曜日午後、604研究室							
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	黒川 剛	講義：プロローグ「自らの経験を発表し自転車競技の素晴らしさを考える」						
2	〃	実技：自転車競技のトレーニング①						
3	〃	講義：今年の「世界トラック選手権」からトラックレースを学ぶ。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
4	〃	講義：競技力向上の会「他種目から学ぶ」						
5	〃	講義：自転車競技の安全管理と救急処置を学ぶ。						
6	〃	実技：自転車競技のトレーニング②						
7	〃	講義：今年の「ジロ・デ・イタリア」から戦術を学ぶ。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
8	〃	実技：自転車競技のトレーニング③						
9	〃	実技：自転車競技のトレーニング④						
10	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑤						
11	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑥						
12	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑦						
13	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑧						
14	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑨						
15	〃	講義：今年の「ツール・ド・フランス」から戦術を学ぶ。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
16	〃	講義：今年の「全日本インカレ」からトレーニングの成果を検証する。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
17	〃	講義：今年の「世界ロード選手権」からロードレースを学ぶ。				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		
18	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑩						
19	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑪						
20	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑫						
21	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑬						
22	〃	実技：自転車競技のトレーニング⑭						
23	〃	講義：トレーニング計画の構成を学ぶ①				予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。		

24	”	講義：トレーニング計画の構成を学ぶ②	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
25	”	講義：トレーニング計画の構成を学ぶ③	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
26	”	講義：アジア（韓国等）の自転車競技事情を学ぶ。	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
27	”	講義：競技規則を学ぶ①	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
28	”	講義：競技規則を学ぶ②	予習：授業内容について事前に調べ簡単なレポートを作成し、授業で発表する。
29	”	実技：自転車競技のトレーニング④	
30	”	講義：エビローグ「4年生の発表を聞き、自転車競技のメジャー化について考える」	

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅲ-自転車競技	授業形態	講義・実技	授業科目区分	専攻科目 (専修科目)			
担当教員名	黒川 剛			補助担当者名				
単位数	6 単位	履修年次	3年次	受け入れ人数	8名程度			
授業の概要	<p>自転車競技に関する指導や普及の知識を会得し、競技に対する理解を深める。 自転車競技に関連する分野を網羅し体系的に学ぶことで、第15回(前期履修)終了時点で、中級者(中学生及び高校1年生レベル)及び競技歴の少ない一般の方へ、正しい実技方法や表現方法をもってスムーズに指導や説明ができるよう、必要な能力を身につける。 この授業を終えた時点で、上級者(高校2年生～3年生)と同様の指導や説明ができ、さらには自らの競技力向上に必要なトレーニングプログラムの企画及び立案が単独で完成するよう、必要な能力を身につける。</p>							
授業の到達目標及び成績評価の方法	授業の到達目標		成績評価の方法					
			授業期間			定期試験	その他	割合%
	授業	テスト	レポート	発表				
	■認知的領域	各講義のテーマが自転車競技に及ぼす影響を網羅して理解し、中級レベルの学外者に向けて簡単な言葉で正確に説明できる。	○	○	○	○		
■情意的領域	講義・実習(実技)ともに関心を持って意欲的に学び、独自でテーマの探求に取り組み、学外者に向けて自転車競技の素晴らしさを簡単な言葉で説明できる。	○	○					20
■技能的領域	実習(実技)で学んだことを自らの競技活動に生かすと同時に、安全面を確保した上で成長段階に合わせたトレーニング方法を、中級レベルの学外者に向けて言葉と実際の動きで正確に説明できる。	○	○					40
成績評価の基準	<p>授業の進行に伴い内容を理解したうえで、競技者及び指導者として理解したことを生かせる能力が備わっているかを授業時間毎に確認し評価する。実技については関連する課外活動(自転車競技)での競技成績も評価対象に加える。</p>							
テキスト、教材参考書	<p>授業時間毎に必要なに応じて資料を配付する。 講義用にJCF日本自転車競技連盟競技規則集を各自準備すること。 実技用に良く整備されたロードレーサー、トラックレーサー、JCF公認ヘルメット、シューズ等の競技用具一式を各自準備すること。</p>							
履修条件・関連科目	前年度までに競技スポーツ論・実習Ⅱ-自転車競技を履修し単位を修得するか、同等以上の知識及び技術を身につけていること。	備考(教員メッセージ含む)	自転車競技の選手・スタッフとしての経験を有し、同競技に深い興味を持ちながら将来も引き続き関わりたいと考える学生を歓迎する。					
オフィス・アワー	毎週月曜日午後、604研究室							
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	黒川 剛	講義：プロローグ「自らの経験を発表し自転車競技の素晴らしさを探求する」						
2	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級①						
3	〃	講義：今年の「世界トラック選手権」からトラックレースの戦術を探求する。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					
4	〃	講義：競技力向上の会「他種目から学ぶ」						
5	〃	講義：自転車競技の安全管理と救急処置を詳しく学ぶ。						
6	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級②						
7	〃	講義：今年の「ジロ・デ・イタリア」から戦術を探求する。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					
8	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級③						
9	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級④						
10	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑤						
11	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑥						
12	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑦						
13	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑧						
14	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑨						
15	〃	講義：今年の「ツール・ド・フランス」から戦術を探求する。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					
16	〃	講義：今年の「全日本インカレ」からトレーニングの成果を詳しく検証する。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					
17	〃	講義：今年の「世界ロード選手権」からロードレースの戦術を探求する。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					
18	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑩						
19	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑪						
20	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑫						
21	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑬						
22	〃	実技：自転車競技のトレーニング中級⑭						
23	〃	講義：トレーニング計画を探求し立案する①	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。					

24	”	講義：トレーニング計画を探求し立案する②	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。
25	”	講義：トレーニング計画を探求し立案する③	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。
26	”	講義：アジア（韓国等）の自転車競技事情を詳しく学ぶ。	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。
27	”	講義：競技規則を詳しく学ぶ①	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。
28	”	講義：競技規則を詳しく学ぶ②	予習：授業内容に沿って詳しくレポートを作成し、授業で発表する。
29	”	実技：自転車競技のトレーニング中級⑤	
30	”	講義：エピソード「4年生の発表を聞き、自転車競技のメジャー化について深く考察する」	

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅳ－自転車競技	授業形態	講義・実技	授業科目区分	専攻科目 (専修科目)			
担当教員名	黒川 剛			補助担当者名				
単位数	6 単位	履修年次	4年次	受け入れ人数	6名程度			
授業の概要	自転車競技に関する指導や普及の知識を高いレベルで習得し、現場に於いて単独で指導できる能力を養う。 自転車競技に関連する分野を網羅し体系的に学び、自ら企画・立案したうえで、上級者（高い競技経験を持つ大学生及びプロ選手等）の方へ、正しい実技方法や表現方法をもってスムーズに指導や説明ができ、高レベルの指導者として認知される為に必要な能力を身につける。							
授業の到達目標 及び成績評価の 方法	授業の到達目標		成績評価の方法					
	■認知的領域	各講義のテーマが自転車競技に及ぼす影響を網羅して理解し、自ら企画・立案した上で、上級レベルの学外者に向けて簡単な言葉で正確に説明できる。	授業期間				定期 試験	割合 %
			授業	テスト	レポート	発表		
			○	○	○	○		
■情意的領域	講義・実習（実技）ともに関心を持って意欲的に学び、独自でテーマの探求に取り組み、自転車競技に詳しい学外者に向けてこの競技の素晴らしさを簡単な言葉で説明できる。	○	○				20	
■技能的領域	実習（実技）で学んだことを自からの競技活動に生かすと同時に、安全面を確保しながら日本代表レベルのトレーニング方法を、上級者に向けて言葉と実際の動きで正確に説明できる。	○	○				40	
成績評価の基準	授業の進行に伴い内容を理解したうえで、競技者及び指導者として理解し、上級者に向けて自ら企画・立案できる能力が備わっているかを授業時間毎に確認し評価する。実技については関連する課外活動（自転車競技）での競技成績も評価対象に加える。							
テキスト、教材 参考書	授業時間毎に必要なに応じて資料を配付する。 講義用に J C F 日本自転車競技連盟競技規則集を各自準備すること。 実技用に良く整備されたロードレーサー、トラックレーサー、J C F 公認ヘルメット、シューズ等の競技用具一式を各自準備すること。							
履修条件・ 関連科目	前年度までに競技スポーツ論・実習Ⅲ－自転車競技及び関連する学外実習を履修し単位を修得すること。	備考(教員メッセージ含む)	高いレベルで自転車競技の選手・スタッフとしての経験を有し、同競技に深い興味を持ちながら将来も引き続き関わりたいと考える学生を歓迎する。					
オフィス・アワー	毎週月曜日午後、604研究室							
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	黒川 剛	講義：プロローグ「自らの経験を発表し自転車競技の素晴らしさを探求し解説する」	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
2	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級①						
3	〃	講義：今年の「世界トラック選手権」からトラックレースの戦術を探求し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
4	〃	講義：競技力向上の会「他種目から学ぶ」						
5	〃	講義：自転車競技の安全管理と救急処置を探求し解説する。						
6	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級②						
7	〃	講義：今年の「ジロ・デ・イタリア」から戦術を探求し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
8	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級③						
9	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級④						
10	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑤						
11	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑥						
12	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑦						
13	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑧						
14	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑨						
15	〃	講義：今年の「ツール・ド・フランス」から戦術を探求し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
16	〃	講義：今年の「全日本インカレ」からトレーニングの成果を詳しく検証し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
17	〃	講義：今年の「世界ロード選手権」からロードレースの戦術を探求し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					
18	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑩						
19	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑪						
20	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑫						
21	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑬						
22	〃	実技：自転車競技のトレーニング上級⑭						
23	〃	講義：トレーニング計画を探求し立案したうえで解説する①	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。					

24	”	講義：トレーニング計画を探求し立案したうえで解説する②	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。
25	”	講義：トレーニング計画を探求し立案したうえで解説する③	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。
26	”	講義：アジア（韓国等）の自転車競技事情を探求し解説する。	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。
27	”	講義：競技規則を探求し理解したうえで解説する①	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。
28	”	講義：競技規則を探求し理解したうえで解説する②	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。
29	”	実技：自転車競技のトレーニング上級⑤	
30	”	講義：エビローグ「4年間で学んだことを発表し、自転車競技のメジャー化について具体策を提案する」	予習：授業内容に沿って企画し立案した資料を作成し、授業で解説する。