

授業科目名 (ナンバリングコード)	スポーツコーチング学特講演習(水泳)	授業形態	演習	授業科目区分	応用科目 (スポーツ総合科学)
担当教員名	萬久 博敏			補助担当者名	
単位数	2 単位	履修年次	—	受け入れ人数	10
授業の概要 及び達成目標	水泳競技の力学・生理学・心理学的原則について理解し、コーチング法、指導法、トレーニング計画等に関する知識を身に着ける。また、国内外の水泳研究に関する資料、文献、論文の収集、抄読を通して、研究計画の立案やデータ処理、論文作成の能力向上を目指す。				
成績評価の方法	■授業への取り組み状況(70%) ■レポート等の提出状況(30%)を総合的に評価する。				
成績評価の基準	授業への意欲、情報の収集および発表能力、レポート等により総合的に評価する。				
テキスト、教材 参考書	適宜紹介・配布する。				
履修条件・ 関連科目	特になし	備考(教員メッ セージ含む)	水泳に対する幅広い探究心を持つ人の受講を望みます。		
オフィス・アワー	適宜 実験プール(事前に連絡すること)				
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	萬久 博敏	オリエンテーション			
2	〃	水の特性と水泳・水中運動		参考資料、関連論文のまとめ(1時間)	
3	〃	水中安全指導と救助法		参考資料、関連論文のまとめ(1時間)	
4	〃	水泳の指導法①		水泳トレーニングの見学(2時間)	
5	〃	水泳の指導法②		水泳トレーニングの見学(2時間)	
6	〃	水泳の指導法③		水泳の指導プログラムに関するレポート(30分)	
7	〃	水泳のトレーニングと運動強度		参考資料、関連論文のまとめ(30分)	
8	〃	水泳の経済性・有効性・効率		参考資料、関連論文のまとめ(30分)	
9	〃	競泳競技におけるトレーニング周期と計画		参考資料、関連論文のまとめ(30分)	
10	〃	競泳競技におけるトレーニングメニュー立案		参考資料、関連論文のまとめ(30分)	
11	〃	競泳競技における技術トレーニング		技術トレーニングに関するレポート(1時間)	
12	〃	泳パフォーマンスの評価と分析		データ分析と資料作成(1時間)	
13	〃	水泳に関する研究の計画立案、実験方法、分析方法		水泳に関する論文の検索・要約(30分)	
14	〃	水泳に関する研究の論文作成、まとめ方		発表資料作成・準備(1時間)	
15	〃	まとめ		最終レポート(2時間)	