授業科目名 (ナンバリングコード)	競技スポーツ論・実習Ⅰー体操競技 (141A1-5220)	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	村田 憲亮・中谷 太希			補助担当者名				
単位数	4 単位	履修年次	1年次	受け入れ人数	6名程度			
授業の概要	体操競技の採点規則を学習すると共に基礎的動きから、さらに高度な技を習得できるよう指導、助言を行う。また、調整力トレーニング、補助方法運動形態の技術的分析を学習し、競技者、指導者としての資質の向上を図る。							
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				
	D Pで 目指す 資質・ 能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力	授業期間				割合 %	
			授業	テスト	レポート	発表		
	■認知的領域	・採点規則を理解する	○			○		20
	■情意的領域	・積極的に授業に取り組む	○					40
■技能的領域	・調整力が向上する	○	○				40	
成績評価の基準	実技授業への意欲的且つ積極的な取り組み等の授業態度と出席状況、実技試験を総合的に評価する。							
テキスト、教材 参考書	日本体操協会「採点規則」、金子明友著 体操競技教本「ⅠⅡⅢⅣⅤ」（不昧堂）、金子明友著 「体操競技のコーチング」（大修館書店）							
履修条件・ 関連科目	器械運動及び体操競技の経験があることが好ましい。	備考(教員メッ セージ含む)	特になし。					
オフィス・アワー	801教員研究室（内線4969）にて随時（但し、事前に申し出ること）							
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)			
前1	村田 憲亮 中谷 太希	オリエンテーション			授業に対する姿勢と態度についてネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前2	〃	調整力トレーニングの理論と方法			体操競技の「調整力」に関する事項をネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前3	〃	採点規則の学習（男子あん馬、女子段違い平行棒）			「採点規則」を事前に読んでおき、予習をしておく。(1時間)			
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加			会に参加する前に「競技力向上」に関する事項をネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前5	〃	採点規則の学習（男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬）			採点規則の「男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬」に関して、予習をしておく。(1時間)			
前6	〃	採点規則の学習（男子つり輪、女子平均台）			採点規則の「男子つり輪、女子平均台」に関して、予習をしておく。(1時間)			
前7	〃	採点規則の学習（男子平行棒、鉄棒）			採点規則の「男子平行棒、鉄棒」に関して、予習をしておく。(1時間)			
前8	〃	補助・幫助の理論と方法			補助・幫助に関して、予習をしておく。(1時間)			
前9	〃	試技会			「試技会に対する心構え」について調べておく。(1時間)			
前10	〃	運動形態の技術分析実習（撮影及び局面図作り）			運動の技術分析に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前11	〃	技の習熟度を高める（男女ゆか・あん馬）			床とあん馬の習熟度に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前12	〃	技の習熟度を高める（男女跳馬・つり輪）			跳馬とつり輪に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前13	〃	技の習熟度を高める（男子平行棒、女子段違い平行棒）			平行棒に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前14	〃	技の習熟度を高める（男子鉄棒、女子平均台）			鉄棒に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
前15	〃	試技会			試技会におけるセルフコントロールについてネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
後1	〃	試合ビデオによる解説学習			自己採点をすることで審判能力を高める。(復習1時間)			
後2	〃	補強トレーニング指導実習（上肢）の被験者			上肢の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
後3	〃	補強トレーニング指導実習（胴体）の被験者			胴体の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
後4	〃	補強トレーニング指導実習（下肢）の被験者			下肢の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
後5	〃	補強トレーニング指導実習（なわとび）の被験者			短なわ、長なわ運動に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			
後6	〃	補強トレーニング指導実習（トランポリン）の被験者			トランポリン運動に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)			

後7	〃	実技指導実習（マット）の被験者	マットの指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後8	〃	実技指導実習（跳び箱）の被験者	跳び箱の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後9	〃	実技指導実習（鉄棒）の被験者	鉄棒の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後10	〃	実技指導実習（平均台）の被験者	平均台の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後11	〃	メンタルトレーニング指導実習（1）	自己観察における内省に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後12	〃	メンタルトレーニング指導実習（2）	セルフコントロールに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後13	〃	スポーツ栄養指導演習（1）	体操選手の栄養に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後14	〃	スポーツ栄養指導演習（2）	体操選手の栄養バランスに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後15	〃	試技会	各種目の着地静止をイメージトレーニング5ローテーション行う。（予習1時間）

授業科目名 (ナンバリングコード)	競技スポーツ論・実習Ⅱ－体操競技 (141A1-5221)	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	村田 憲亮・中谷 太希			補助担当者名				
単位数	4 単位	履修年次	2年次	受け入れ人数	6名程度			
授業の概要	体操競技の採点規則を学習すると共に基礎的動きから、さらに高度な技を習得できるような指導、助言を行う。また、調整力トレーニング(縄跳び・大縄跳び・トランポリン)、補助方法、運動形態の技術分析を学習し、競技者、指導者としての資質の向上を図る。							
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					
	D Pで 目指す 資質・ 能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力	授業期間		定期 試験	割合 %		
			授業	テスト			レポート	発表
	■認知的領域	・採点規則を理解する。	○			○		20
	■情意的領域	・積極的に授業に取り組む。	○					40
■技能的領域	・調整力が向上する。	○	○				40	
成績評価の基準	実技授業への意欲的かつ積極的な取り組み等の授業態度と出席状況、実技試験を総合的に評価する。							
テキスト、教材 参考書	日本体操協会「採点規則」、金子明友著「体操競技教本ⅠⅡⅢⅣⅤ」(不昧堂) 金子明友著「体操競技のコーチング」(大修館書店)							
履修条件・ 関連科目	器械運動及び体操競技の経験があることが好ましい。	備考(教員メッ セージ含む)	特になし。					
オフィス・アワー	801教員研究室(内線4969)にて随時(但し、事前に申し出ること)							
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)				
前1	村田 憲亮 中谷 太希	オリエンテーション		授業に対する姿勢と態度についてネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前2	〃	調整力トレーニングの理論と方法		体操競技の「調整力」に関する事項をネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前3	〃	採点規則の学習(男子あん馬、女子段違い平行棒)		採点規則の「男子あん馬、女子段違い平行棒」に関して、予習をしておく。(1時間)				
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加		会に参加する前に「競技力向上」に関する事項をネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前5	〃	採点規則の学習(男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬)		採点規則の「男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬」に関して、予習をしておく。(1時間)				
前6	〃	採点規則の学習(男子つり輪、女子平均台)		採点規則の「男子つり輪、女子平均台」に関して、予習をしておく。(1時間)				
前7	〃	採点規則の学習(男子平行棒、男子鉄棒)		採点規則の「男子平行棒、鉄棒」に関して、予習をしておく。(1時間)				
前8	〃	補助・幫助の理論と方法		補助・幫助に関して、予習をしておく。(1時間)				
前9	〃	試技会		「試技会に対する心構え」について調べておく。(1時間)				
前10	〃	運動形態の技術分析実習(撮影及び局面作り)		運動の技術分析に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前11	〃	技の習熟度を高める(男女ゆか、あん馬)		床とあん馬の習熟度に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前12	〃	技の習熟度を高める(男女跳馬、つり輪)		跳馬とつり輪に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前13	〃	技の習熟度を高める(鉄棒、段違い平行棒)		鉄棒に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前14	〃	技の習熟度を高める(鉄棒、平均台)		平均台に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
前15	〃	試技会		試技会におけるセルフコントロールについてネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
後1	〃	試合ビデオによる解説学習		自己採点をすることで審判能力を高める。(復習1時間)				
後2	〃	補強トレーニング指導実習(上肢)の被験者		上肢の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
後3	〃	補強トレーニング指導実習(胴体)の被験者		胴体の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
後4	〃	補強トレーニング指導実習(下肢)の被験者		下肢の補強に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
後5	〃	補強トレーニング指導実習(なわとび)の被験者		短なわ、長なわ運動に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				
後6	〃	補強トレーニング指導実習(トランポリン)の被験者		トランポリン運動に関してネットで検索し、予習をしておく。(1時間)				

後7	"	実技指導実習の被験者（マット）	マットの指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後8	"	実技指導実習の被験者（とび箱）	跳び箱の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後9	"	実技指導実習の被験者（鉄棒）	鉄棒の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後10	"	実技指導実習の被験者（平均台）	平均台の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後11	"	メンタルトレーニング指導演習（1）	自己観察における内省に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後12	"	メンタルトレーニング指導演習（2）	セルフコントロールに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後13	"	スポーツ栄養学指導演習（1）	体操選手の栄養に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後14	"	スポーツ栄養学指導演習（2）	体操選手の栄養バランスに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後15	"	試技会	各種目の着地静止をイメージトレーニング5ローテーション行う。（予習1時間）

授業科目名 (ナンバリングコード)	競技スポーツ論・実習Ⅲ－体操競技 (141B1-5220)	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	村田 憲亮・中谷 太希			補助担当者名				
単位数	4 単位	履修年次	3年次	受け入れ人数	6名程度			
授業の概要	体操競技の採点規則を学習すると共に基礎的動きから、さらに高度な技を習得できるよう指導、助言を行う。また、調整力トレーニング（縄跳び・大縄跳び・トランポリン）、補助方法、運動形態の技術分析を学習し、競技者、指導者としての資質の向上を図る。							
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					
	D Pで 目指す 資質・ 能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力	授業期間		定期 試験	割合 %		
			授業	テスト			レポート	発表
	■認知的領域	・採点規則を理解する。	○					20
	■情意的領域	・積極的に授業に取り組む。	○					40
■技能的領域	・調整力が向上する。	○	○				40	
成績評価の基準	実技授業への意欲的かつ積極的な取り組み等の授業態度と出席状況、調整力の実技試験を総合的に評価する。							
テキスト、教材 参考書	日本体操協会「採点規則」、金子明友著「体操競技教本ⅠⅡⅢⅣⅤ」（不昧堂） 金子明友著「体操競技のコーチング」（大修館書店）							
履修条件・ 関連科目	器械運動及び体操競技の経験があることが好ましい。	備考(教員メッ セージ含む)	特になし。					
オフィス・アワー	801教員研究室（内線4969）にて随時（但し、事前に申し出ること）							
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)				
前1	村田 憲亮 中谷 太希	オリエンテーション		授業に対する姿勢と態度についてネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前2	〃	調整力トレーニングの理論と方法		体操競技の調整力について、ネット検索し予習しておく。（1時間）				
前3	〃	採点規則の学習（男子あん馬、女子段違い平行棒）		「採点規則」を事前に読んでおき、予習しておく。（1時間）				
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加		会に参加する前に「競技力向上」に関する事項をネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前5	〃	採点規則の学習（男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬）		採点規則の「男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬」に関して、予習しておく。（1時間）				
前6	〃	採点規則の学習（男子つり輪、女子平均台）		採点規則の「男子つり輪、女子平均台」に関して、予習しておく。（1時間）				
前7	〃	採点規則の学習（男子平行棒、男子鉄棒）		採点規則の「男子平行棒、鉄棒」に関して、予習しておく。（1時間）				
前8	〃	補助・補助の理論と方法		補助・補助に関して、予習しておく。（1時間）				
前9	〃	試技会		「試技会に対する心構え」について調べておく。（1時間）				
前10	〃	運動形態の技術分析実習（撮影及び局面作り）		運動の技術分析に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前11	〃	技の習熟度を高める（男女ゆか、あん馬）		床とあん馬の習熟度に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前12	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対する指導）		指導案をしっかりと作成する。（予習1時間）				
前13	〃	技の習熟度を高める（鉄棒、段違い平行棒）		鉄棒と段違い平行棒に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前14	〃	技の習熟度を高める（鉄棒、平均台）		鉄棒に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
前15	〃	試技会		試技会におけるセルフコントロールについてネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
後1	〃	試合ビデオによる解説学習		自己採点をすることで審判能力を高める。（復習1時間）				
後2	〃	補強トレーニング指導実習（上肢）の被験者		上肢の補強に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
後3	〃	補強トレーニング指導実習（胴体）の被験者		胴体の補強に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				
後4	〃	補強トレーニング指導実習（下肢）の被験者		下肢の補強に関してネットで検索し、予習しておく。（1時間）				

後5	〃	補強トレーニング指導実習（なわとび）の被験者	短なわ、長なわ運動に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後6	〃	補強トレーニング指導実習（トランポリン）の被験者	トランポリン運動に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後7	〃	実技指導実習の被験者（マット）	マットの指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後8	〃	実技指導実習の被験者（とび箱）	跳び箱の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後9	〃	実技指導実習の被験者（鉄棒）	鉄棒の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後10	〃	実技指導実習の被験者（平均台）	平均台の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後11	〃	メンタルトレーニング指導演習の被験者及びチェック（1）	自己観察における内省に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後12	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対する指導）	指導案をしっかりと作成する。（予習1時間）
後13	〃	スポーツ栄養学指導演習の被験者及びチェック（1）	体操選手の栄養に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後14	〃	スポーツ栄養学指導演習の被験者及びチェック（2）	体操選手の栄養バランスに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後15	〃	総まとめ	今までに行ったことを1時間復習する。（1時間）

授業科目名 (ナンバリングコード)	競技スポーツ論・実習Ⅳ－体操競技 (141C1-5220)	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	村田 憲亮・中谷 太希			補助担当者名					
単位数	4 単位	履修年次	4年次	受け入れ人数	6名程度				
授業の概要	体操競技の採点規則を学習すると共に基礎的動きから、さらに高度な技を習得できるよう指導、助言を行う。また、調整力トレーニング（縄跳び・大縄跳び・トランポリン）、補助方法、運動形態の技術分析を学習し、競技者、指導者としての資質の向上を図る。								
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						
	D Pで 目指す 資質・ 能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力	授業期間						
			授業	テスト	レポート	発表	定期 試験	その他	割合 %
	■認知的領域	・採点規則を理解する。	○						20
	■情意的領域	・積極的に授業に取り組む。	○						40
■技能的領域	・調整力が向上する。	○	○					40	
成績評価の基準	実技授業への意欲的かつ積極的な取り組み等の授業態度と出席状況、調整力の実技試験を総合的に評価する。								
テキスト、教材 参考書	日本体操協会「採点規則」、金子明友著「体操競技教本ⅠⅡⅢⅣⅤ」（不昧堂） 金子明友著「体操競技のコーチング」（大修館書店）								
履修条件・ 関連科目	体操競技に精通していることが好ましい。	備考(教員メッ セージ含む)	特になし。						
オフィス・アワー	801教員研究室（内線4969）にて随時（但し、事前に申し出ること）								
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)					
前1	村田 憲亮 中谷 太希	オリエンテーション		授業に対する姿勢と態度についてネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前2	〃	調整力トレーニングの理論と方法		体操競技の調整力トレーニングについてネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前3	〃	採点規則の学習（男子あん馬、女子段違い平行棒）		「採点規則」を事前に読んでおき、予習しておく。(1時間)					
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加		会に参加する前に「競技力向上」に関する事項をネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前5	〃	採点規則の学習（男子ゆか・跳馬、女子ゆか・跳馬）		「採点規則」を事前に読んでおき、予習しておく。(1時間)					
前6	〃	採点規則の学習（男子つり輪、女子平均台）		「採点規則」を事前に読んでおき、予習しておく。(1時間)					
前7	〃	採点規則の学習（男子平行棒、男子鉄棒）		「採点規則」を事前に読んでおき、予習しておく。(1時間)					
前8	〃	補助・補助の理論と方法		補助・補助に関して、予習しておく。(1時間)					
前9	〃	試技会		「試技会に対する心構え」について調べておく。(1時間)					
前10	〃	運動形態の技術分析実習（撮影及び局面作り）		運動の技術分析に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前11	〃	技の習熟度を高める（男女ゆか、あん馬）		床とあん馬の習熟度に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前12	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対する指導）		指導案をしっかりと作成する。(予習1時間)					
前13	〃	技の習熟度を高める（鉄棒、段違い平行棒）		鉄棒の習熟度に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前14	〃	技の習熟度を高める（鉄棒、平均台）		鉄棒の習熟度に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
前15	〃	試技会		試技会におけるセルフコントロールについてネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
後1	〃	試合ビデオによる解説学習		自己採点をすることで審判能力を高める。(復習1時間)					
後2	〃	補強トレーニング指導実習（上肢）の被験者		上肢の補強に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
後3	〃	補強トレーニング指導実習（胴体）の被験者		胴体の補強に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					
後4	〃	補強トレーニング指導実習（下肢）の被験者		下肢の補強に関してネットで検索し、予習しておく。(1時間)					

後5	〃	補強トレーニング指導実習（なわとび）の被験者	短なわ、長なわ運動に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後6	〃	補強トレーニング指導実習（トランポリン）の被験者	トランポリン運動に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後7	〃	実技指導実習の被験者（マット）	マットの指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後8	〃	実技指導実習の被験者（とび箱）	跳び箱の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後9	〃	実技指導実習の被験者（鉄棒）	鉄棒の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後10	〃	実技指導実習の被験者（平均台）	平均台の指導方法に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後11	〃	メンタルトレーニング指導演習の被験者及びチェック（1）	自己観察における内省に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後12	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対する指導）	指導案をしっかりと作成する。（予習1時間）
後13	〃	スポーツ栄養学指導演習の被験者及びチェック（1）	体操選手の栄養に関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後14	〃	スポーツ栄養学指導演習の被験者及びチェック（2）	体操選手の栄養バランスに関してネットで検索し、予習をしておく。（1時間）
後15	〃	総まとめ	今までに行ったことを1時間復習する。（1時間）