授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅰ－体操競技	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	北川　淳一・村田　憲亮			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	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、幇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						
			授業期間				定期試験	その他	割合%
			授業	テスト	レポート	発表			
	ＤＰで目指す資質・能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力							
	■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」（不味堂）、 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	スポーツ基礎実習Ⅰ、Ⅱ　体操競技	備考(教員メッセージ含む)	
オフィス・アワー	706教員室、810教員室（内線4976、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、ﾚﾎﾟｰﾄ等課題の指示)
前1	北川　淳一 村田　憲亮	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・幇助の理論と方法	補助・幇助に関して、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	競技スポーツ論・実習Ⅱ－体操競技	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	北川　淳一・村田　憲亮			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	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、帮助方法、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						
			授業期間				定期試験	その他	割合 %
			授業	テスト	レポート	発表			
	ＤＰで目指す資質・能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力							
	■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Ⅰ Ⅱ Ⅲ Ⅳ Ⅴ」（不味堂） 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	スポーツ基礎実習Ⅰ、Ⅱ　体操競技	備考(教員メッセージ含む)	
オフィス・アワー	708教官室、810教官室（内線4976、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、ﾚﾎﾟｰﾄ等課題の指示)
前1	北川　淳一 村田　憲亮	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・帮助の理論と方法	補助・帮助に関して、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	競技スポーツ論・実習Ⅲ－体操競技	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	北川　淳一・村田　憲亮			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	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、幇助方法、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						
			授業期間				定期試験	その他	割合 %
			授業	テスト	レポート	発表			
	ＤＰで目指す資質・能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力							
	■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Ⅰ Ⅱ Ⅲ Ⅳ Ⅴ」（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	スポーツ基礎実習Ⅰ、Ⅱ 体操競技	備考(教員メッセージ含む)	
オフィス・アワー	708教官室、810教官室（内線4976、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、ﾚﾎﾟｰﾄ等課題の指示)
前1	北川　淳一 村田　憲亮	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ついて、ネット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、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・幇助の理論と方法	補助・幇助に関して、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	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対しての指導）	指導案をしっかり作成する。（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、予習をしておく。（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しての指導）	指導案をしっかり作成する。（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	競技スポーツ論・実習Ⅳ－体操競技	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	北川　淳一・村田　憲亮			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	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、幇助方法、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						
			授業期間				定期試験	その他	割合%
			授業	テスト	レポート	発表			
	ＤＰで目指す資質・能力	実技力、実技指導力、指導者基礎力							
	■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Ⅰ Ⅱ Ⅲ Ⅳ Ⅴ」（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	スポーツ基礎実習Ⅰ、Ⅱ 体操競技	備考(教員メッセージ含む)	
オフィス・アワー	708教官室、810教官室（内線4976、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、ﾚﾎﾟｰﾄ等課題の指示)
前1	北川　淳一 村田　憲亮	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	体操競技の調整力トレーニングについてネットで検索し、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」を事前に読んでおき、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」を事前に読んでおき、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」を事前に読んでおき、予習をしておく。（1時間）
前8	〃	補助・幇助の理論と方法	補助・幇助に関して、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	〃	指導実習（他の運動クラブの学生に対しての指導）	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、予習をしておく。（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）