

登録コード	UAF67500	開講年度	2026				
授業題目	スポーツ心理学特論				担当教員	大木 雄太	
					副担当		
単位数	2	講義期間	前期	曜日・時限	月曜・3時限		
				授業形態	講義		
信大コンピテンシー	非該当						
(1)授業の達成目標	授業で得られる「学位授与の方針」				⇔	【授業の達成目標】	
	2 6 UAカリ・総人社・心理長野・発達・認知・人間科学，2 6 UAカリ・総人社・心理長野・臨床心理学						
	【心理】心理学分野の高度な知識・技能を有する。				⇔	スポーツ心理学に関する専門的な知識・技能を身につける。	
	【心理】量的・質的分析方法を身につけると同時に、地域・社会・経済の抱える課題について、課題解決に必要な情報を収集する能力及び収集した情報を適切に分析する能力を有する。各領域の特徴を学び多面的に展開できる応用力を有する。資格取得を目指すものは、心理に関する支援を要する者の心理状態を分析する力、心理学分野の知識・技能を相談及び助言に応用する能力を有する。				⇔	スポーツ心理学に関する研究方法を理解し，他領域の知見をあわせて総合的に分析する能力を身につける。	
	【心理】多領域のステークホルダーを動員し、地域・社会の課題に対して主体的に取り組みながら、独創的な提案を行う力、問題解決に不可欠な総合的なシナリオを提示できる提案力を有する。資格取得を目指すものは、心理に関する効果的な支援を提案できる能力を有する。				⇔	スポーツ心理学に関する課題を設定し，その解決方法を提案できる能力を身につける。	
(2)授業の概要	スポーツ心理学に関する知識や研究成果についての講義・討議をとおして，スポーツにおいて心理的要因に関わる諸現象を理解するために必要な専門的知識を得る。						
(3)授業計画	第1回：ガイダンス 第2回：スポーツ心理学の歴史 第3回：運動制御理論 第4回：運動学習理論 第5回：スポーツの指導 第6回：発達と運動 第7回：指導者の役割 第8回：スポーツへの参加や離脱 第9回：スポーツと人格 第10回：スポーツにおけるメンタルヘルス 第11回：メンタルトレーニング 第12回：スポーツカウンセリング 第13回：スポーツにおける心理サポート 第14回：スポーツ心理学と社会 第15回：まとめ，期末レポートについて，授業アンケートの実施						
(4)成績評価の方法	期末レポート（70％）および受講態度（30％）により評価する。 得点率による評価基準は次のとおりとする。 90%以上 秀，89-80% 優，79-70% 良，69-60% 可，59%以下 不可。						
(5)成績評価の基準	i）本授業において学んだことや印象に残ったことが具体的に記載されているか，ii）その理由が具体的に明記されているか，iii）そのうえでどのような課題が残されているかを指摘できているか，iv）その課題を解決するための方法についての記述がなされているか、の4つの項目に関して評価する。 i）からiv）の4項目を満たしていれば「かなり上にある」，3項目までできていれば「やや上にある」，2項目までできていれば「合格水準にある」。						
(6)事前事後学習の内容	事前学習：次のテーマに関する書籍を読んだり映像を見たりして情報収集を行い，それをノートにまとめること。事後学習：ノートを復習し，要点の整理や疑問点の確認をすること。 この授業は 9 0 時間の学修を必要とする内容です。従って，6 0 時間以上の時間外学習が必要となります。						
(7)履修上の注意	極力欠席しないこと。授業態度も重視するので，遅刻しないこと。心理学に関する書籍や新聞等に目を通すことを心掛け，主体的・積極的に授業に参加するようにしてください。						
(8)質問,相談への対応	メールで対応する。連絡先：oki_yuta@shinshu-u.ac.jp						
【教科書】	指定しない						
【参考書】	授業内で随時紹介する						