

専門教育科目

講義科目

基本/OCR

授業科目名	ホイッスル！勝利学	科目コード	配当年次	単位
担当教員	杉浦 斉	EJ11	3・4	2

#### 科目の概要

サッカーを題材にしたマンガ「ホイッスル！」の物語と登場人物のエピソードを例にして「勝つための思考」について、スポーツ心理学の立場から解き明かしていく。パフォーマンスを発揮するための「セルフイメージ（心のエネルギー）」や「セルフコンセプト（心の方向性）」の重要性、目標の扱い方や捉え方、「ライフスキル（メンタル面に関連する能力）」のトレーニング、「ネガティブスパイラル」からどう脱出するかなど、スポーツに関係する事項を題材にして日常生活や仕事の中で活用できる「勝つための思考」を身につける。

#### 科目の到達目標

- ①「勝つための思考」にはどのような考え方やポイントがあるのかを理解し、メンタル面からのアプローチ方法を習得できる。
- ②勝つために思考を変え、日常の生活の中で実践し、考え方の習慣として定着させるきっかけを提供できる。

テキスト	『ホイッスル！勝利学』布施 努, 集英社インターナショナル, 2009年
------	--------------------------------------

#### テキストの読み方

- ①テキストは、サッカーを題材としたマンガ「ホイッスル！」の登場人物たちのエピソードを題材にしているが、実際にサッカーをする人もしない人も、自らの心の持ちようや普段の自分の考え方と照らして読むことで、興味を持って読み進めてほしい。
- ②テキストは、著者が提唱する考え方に基づいて記述されている場合もあるが、それを前提として「勝つための思考」について理解し、自分の日常の場面の中で、何を取り入れて実践していくかを考えながら読み進めてほしい。

#### 単位修得の方法

レポート課題を提出し、60点以上であれば合格となり、科目修得試験を受験できる。科目修得試験の得点が60点以上であれば合格となり、評価が確定し、2単位を修得できる。