

育成年代の指導からみるコーチングの留意点

理解度チェック

第1問 子どもの体力低下が懸念されている要因として間違っているものを選択してください。

- ①部活動数の減少
- ②運動時間の減少
- ③スクリーンタイムの増加
- ④肥満である児童生徒の増加

第2問 スキヤモンが提唱している発育曲線で、身長、体重などの外形や身体の各部位、器官を包括しているのはどれでしょうか。

- ①一般型
- ②神経型
- ③リンパ型
- ④生殖型

第3問 若年アスリートの適切な休養日は1週間あたりどれくらいでしょうか？

- ①週 1 日
- ②週 1 ~ 2 日
- ③週 2 ~ 3 日
- ④週 3 日以上

第4問 コーチングの機能を動かすために、土台となる 3 つの知識で間違っているものを選択してください。

- ①専門的知識
- ②対他者の知識
- ③対自己の知識
- ④教科書の知識

第5問 中学生の主体性に影響を与える要因を 3 つ選択してください。

- ①自律的欲求
- ②所属欲求
- ③生活充実感
- ④自己承認欲求
- ⑤他者からの承認

答え 第1問:④ 第2問:① 第3問:② 第4問:④ 第5問:①③④