

科目名	チームワークアウト2							年度	2026
英語科目名	Team workout 2							学期	後期
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 バスケットボールコース 1年次	必/選	必	時間数	120	単位数	4	種別※	実技
担当教員	川崎ブレイブサンダース	教員の実務経験		有	実務経験の職種		プロバスケットクラブのコーチ		
【科目の目的】 戦術理解の共有や連携の強化、試合に近い状況での実戦力向上にあります。また、役割の明確化やチーム内のコミュニケーションを深めることで、全体のパフォーマンスを高めると同時に、競争意識やモチベーションの向上をはかります。									
【科目の概要】 バスケIQを高め、チーム戦術の理解度を深め、チームを強化していきます。									
【到達目標】 A. チーム戦術の理解と実践力の習得 B. ポジションごとの役割と責任の理解 C. チーム内コミュニケーション能力の向上 D. 実戦的な判断力と対応力の向上 E. チーム全体への貢献意識と協働姿勢の確立									
【授業の注意点】 遅刻・欠席の場合は電話連絡をすること。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができない。									
評価基準＝ルーブリック									
ルーブリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力				
到達目標 A	チーム戦術の理解と実践力が習得できパフォーマンスが向上した		チーム戦術の理解と実践力が習得できた		チーム戦術の理解と実践力が習得できなかった				
到達目標 B	ポジションごとの役割と責任の理解ができパフォーマンスが向上した		ポジションごとの役割と責任の理解ができた		ポジションごとの役割と責任の理解ができなかった				
到達目標 C	チーム内コミュニケーション能力が向上しパフォーマンスが向上した		チーム内コミュニケーション能力が向上できた		チーム内コミュニケーション能力が向上できなかった				
到達目標 D	実戦的な判断力と対応力が向上しパフォーマンスが向上した		実戦的な判断力と対応力が向上できた		実戦的な判断力と対応力が向上できなかった				
到達目標 E	チーム全体への貢献意識と協働姿勢が確立できパフォーマンスが向上した		チーム全体への貢献意識と協働姿勢が確立できた		チーム全体への貢献意識と協働姿勢が確立できなかった				
【教科書】 バスケットボール指導教本 改訂版 上巻・下巻									
【参考資料】									
【成績の評価方法・評価基準】 試験と課題を総合的に評価する。積極的な授業参加度、授業態度によって評価する。									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		チームワークアウト2			年度	2026
英語表記		Team workout 2			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	チーム目標・方針共有、ルール・用語確認	1 チーム目標の理解	チーム目標を理解できる	3	
			2 チームルールの理解	チームルールを理解できる		
2	チームDF①	オールコートのディフェンス	1 オールコートマンツーマンの基本	オールコートマンツーマンの基本が理解できる		
			2 オールコートゾーンプレスの戦術理解	オールコートゾーンプレスの戦術が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
3	チームOF①	ベースライン、サイドラインからのセットオフフェンス	1 ベースラインセットオフフェンス	ベースラインセットオフフェンスが理解できる		
			2 サイドラインセットオフフェンス	サイドラインセットオフフェンスが理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
4	チームDF②	ゾーンディフェンス	1 ゾーンディフェンスの基本	2-3、3-2、1-3-1など代表的なゾーンを理解できる		
			2 オフボール対応とローテーション	ボール移動に応じた守備位置の調整、ヘルプ、ディナイローテーションなどオフボールDFの動きができる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
5	チームOF②	セットオフフェンス	1 基本セットオフフェンスの理解	基本のセットオフフェンスが理解できる		
			2 オフボール動作と連携	カッティング、スクリーン、パス回しなど、オフボール動作と連携ができる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
6	シチュエーションゲーム②	3点ビハインド・タイムアウト後の設定	1 特定時間・得点差を設定したゲーム	特定時間・得点差を設定したゲームでの戦術選択ができる		
			2 タイムアウト後の役割分担と意思決定	タイムアウト後における戦術別の役割分担と意思決定が理解できる		
			3 状況ごと戦術オプション	状況に応じた戦術オプションが理解できる		
7	ゲーム対策①	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
8	ゲーム対策②	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
9	ゲーム対策③	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
10	ゲーム対策④	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
11	ゲーム対策⑤	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
12	ゲーム対策⑥	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
13	ゲーム対策⑦	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
14	ゲーム対策⑧	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		
15	ゲーム対策⑨	リーグ戦、トーナメントで対戦する相手チームへの対策を練習	1 相手チームの戦術理解	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）が理解できる		
			2 相手チーム戦術への対策	相手チームの戦術（OF、DF、セットプレーなど）への対応策が理解できる		
			3 ゲーム形式での応用	ゲーム形式で実践ができる		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等 個人の成長度合い、チームの完成度合い、チーム状況などによって授業テーマ・授業内容が変動します