

| | | | | | | | | | |
|--|---|------------|---|--------------|--|-----|------------------------------|-----|------|
| 科目名 | 強化合宿3 | | | | | | | 年度 | 2026 |
| 英語科目名 | Reinforcement Training Camp 3 | | | | | | | 学期 | 前期 |
| 学科・学年 | スポーツ健康学科三年制 サッカーコース 2年次 | 必/選 | 選※ | 時間数 | 30 | 単位数 | 1 | 種別※ | 実技 |
| 担当教員 | 永山、樋口（マリノス）、八重樫、志佐 | 教員の実務経験 | | 有 | 実務経験の職種 | | クラブチーム、大学サッカー部にてサッカーコーチとして従事 | | |
| 【科目の目的】 個人・チームの課題をミーティングを通じて理解することができるようになる。また、その理解をトレーニングによって実践的に改善・習得し、練習試合において発揮することができるようになる。このサイクルを短期集中的に行いパフォーマンスが向上する。 | | | | | | | | | |
| 【科目の概要】 短期集中で合宿を行い、技術・戦術・体力面の向上を図ります。 | | | | | | | | | |
| 【到達目標】 A. トレーニングを理解しチームメイトと協力しながら前向きに取り組める B. トレーニングで理解した内容を練習試合でチームメイトと協力し前向きに取り組める C. トレーニング&練習試合で理解した内容をミーティングで振り返り、それを理解し説明のできる D. 期間中、規則正しい生活を送りコンディションを維持し最後までプレーが行える | | | | | | | | | |
| 【授業の注意点】 緊急遅刻、緊急欠席の場合は、合宿開始前に教員室へ電話連絡をすること。安全性を確保すること（学生自身の十分な体調管理、トレーニング環境の確認と設定）。夏季は熱中症対策を強化する（各自水分補給を行うこと、回数の確保）。授業時間数の4分の3以上出席しない者は評価対象外となり単位認定を認めない。 | | | | | | | | | |
| 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 | トレーニングを理解し チームメイトと協力しな がら前向きに取り組める | | トレーニングを理解し チームメイトと協力しな がら取り組める | | トレーニングが理解でき ない。協力できない | | | | |
| 到達目標 B | トレーニングで理解した 内容を練習試合でチーム メイトと協力し前向きに 取り組める | | トレーニングで理解した 内容を練習試合でチーム メイトと協力し取り組め る | | トレーニングが理解でき ない。また練習試合で協 力し取り組めない | | | | |
| 到達目標 C | トレーニング&練習試合 で理解した内容をミー ティングで振り返り、それ を理解し説明のできる | | トレーニング&練習試合 で理解した内容をミー ティングで振り返り、それ を理解できる | | トレーニング&練習試合 で理解した内容をミー ティングで振り返ることが できない。また理解でき ない | | | | |
| 到達目標 D | 期間中、規則正しい生活 を送りコンディションを 維持し最後までプレーが 行える | | 期間中、規則正しい生活 を送りコンディションを 維持しプレーできる | | 期間中、規則正しい生活 を送れない | | | | |
| 到達目標 E | | | | | | | | | |
| 【教科書】 日本サッカー協会公認指導教本など | | | | | | | | | |
| 【参考資料】 | | | | | | | | | |
| 【成績の評価方法・評価基準】 実技レベルのパフォーマンス向上度、積極的な授業参加度、授業態度にて評価する。 | | | | | | | | | |
| ※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。 | | | | | | | | | |

| 科目名 | | 強化合宿 3 | | | 年度 | 2026 |
|------|-------------------------|---|-------------------------------|-------------------------------|------|------|
| 英語表記 | | Reinforcement Training Camp 3 | | | 学期 | 前期 |
| 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 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 宿泊を伴う短期集中的な期間にトレーニングミーティング練習試合などを通じ個人チームとしての力を向上させる | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | 2 | |
| | | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | |
| | | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | |
| 2 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | |
| | | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | |
| | | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | |
| 3 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | |
| | | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | |
| | | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | |
| 4 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | |
| | | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | |
| | | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | |
| 5 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | |
| | | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | |
| | | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | |
| 6 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 7 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 8 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 9 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 10 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 11 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 12 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 13 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 14 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |
| 15 | トレーニングとトレーニングマッチとミーティング | 1 トレーニング | トレーニングでのテーマを理解し行える | | | |
| | | 2 練習試合 | トレーニングで獲得した内容を理解し試合を行える | | | |
| | | 3 ミーティング | トレーニング、練習試合で行ったことを理解、振り返りができる | | | |

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