

|                                                                                                                                 |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----|----|------|---|----|---------|-----|-----|----|---|
| 2020年度 日本工学院八王子専門学校                                                                                                             |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| スポーツ健康学科 サッカーコース                                                                                                                |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| サッカートレーニング 4                                                                                                                    |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 対象                                                                                                                              | 2 年次               | 開講期 | 後期 | 区分   | 必 | 種別 | 実習      | 時間数 | 240 | 単位 | 8 |
| 担当教員                                                                                                                            | 永山、丸山（マリノス）、八重樫、志佐 |     |    | 実務経験 | 有 | 職種 | サッカーコーチ |     |     |    |   |
| 授業概要                                                                                                                            |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 社会人リーグに勝つために必要とされる技術・戦術を、M-T-M方式を用いてトレーニングします。                                                                                  |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 到達目標                                                                                                                            |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 日々のトレーニングによるサッカースキルの獲得、それを実際の試合で発揮できるようします。また、攻守においての戦術の理解度を上げ、それに伴いチーム力や人間性、肉体的な向上も副次的に獲得できるようにします。                            |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 授業方法                                                                                                                            |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 人口芝グラウンドにて行います。攻守において個人戦術、グループ戦術、チーム戦術を遂行するために、各局面の実践を行い、理解を深めていきます。                                                            |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 成績評価方法                                                                                                                          |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 日々の振り返りノート記述、実技レベルの向上度、積極的な授業参加度、授業態度によって評価します。                                                                                 |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 履修上の注意                                                                                                                          |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 遅刻、欠席の場合は、授業前に電話連絡をします。安全性の確保をします。（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めます。（各自水分補給を行うこと、回数の確保）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ません。 |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 教科書教材                                                                                                                           |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 日本サッカー協会公認指導教本など                                                                                                                |                    |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 回数                                                                                                                              | 授業計画               |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 第1回                                                                                                                             | 前線での守備             |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 第2回                                                                                                                             | サイドチェンジをさせない守備     |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |
| 第3回                                                                                                                             | 中盤での守備             |     |    |      |   |    |         |     |     |    |   |

|                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 2020年度 日本工学院八王子専門学校 |                    |
| スポーツ健康学科 サッカーコース    |                    |
| サッカートレーニング 4        |                    |
| 第4回                 | サイドの守備             |
| 第5回                 | クロスの守備             |
| 第6回                 | ゴール前での守備*シュートブロック1 |
| 第7回                 | ゴール前での守備*GKとの距離    |
| 第8回                 | ゴール前での守備*GKとの角度調整  |
| 第9回                 | ゴール前での守備*シュートブロック2 |
| 第10回                | ゴール前の攻防*3対3+2GK    |
| 第11回                | 自陣での守備             |
| 第12回                | ストップゲーム            |
| 第13回                | 紅白戦1               |
| 第14回                | 紅白戦2               |
| 第15回                | まとめ                |