

|                                                                                                                                    |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----|----|------|---|----|----------------------|-----|-----|----|---|
| 2022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 2                                                                                                                       |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 対象                                                                                                                                 | 1 年次                  | 開講期 | 後期 | 区分   | 必 | 種別 | 実技                   | 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 | クラブチームにてサッカーコーチとして従事 |     |     |    |   |
| 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、それが実際の試合で発揮できるようにする。また、攻守についての戦術の理解度を上げ、それに伴うチーム力や人間性、肉体的な向上も副次的に獲得できるようにする。                                |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 授業方法                                                                                                                               |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 人口芝グラウンドにて行う。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、理解を深める                                                                      |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 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する。                                                                                     |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 履修上の注意                                                                                                                             |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 遅刻、欠席の場合、授業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。 |                       |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 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                                                                                                                                | オフザボールの守備             |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 第2回                                                                                                                                | オフザボールの守備 2 対 2 + 2 S |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |
| 第3回                                                                                                                                | オフザボールの攻撃             |     |    |      |   |    |                      |     |     |    |   |

|                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 2022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 2        |                     |
| 第4回                 | オフザボールの攻撃 2 対 2+2 S |
| 第5回                 | オフザボールの攻守 5 対 5+2 S |
| 第6回                 | ビルドアップトレーニング 1      |
| 第7回                 | ビルドアップトレーニング 2      |
| 第8回                 | ビルドアップトレーニング 3      |
| 第9回                 | ボランチ経由のサイドチェンジ      |
| 第10回                | サイド攻撃左右攻撃           |
| 第11回                | 中央攻撃                |
| 第12回                | 攻撃の種類の選択            |
| 第13回                | サイド攻撃＊数的優位          |
| 第14回                | 中央攻撃＊2列目～のランニング     |
| 第15回                | まとめ                 |