

科目名		強化合宿 1							年度	2024
英語科目名		Reinforcement Training Camp 1							学期	前期
学科・学年	スポーツ健康学科 サッカーコース 1 年次		必／選	選※	時間数	30	単位数	1	種別※	実技
担当教員	永山、丸山（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、その理解をトーレ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、それを理解し説明でできる 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	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 ミーティングで振返 り、それを理解し説明 でできる				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】										
配布プリント										
【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		強化合宿 1			年度	2024	
英語表記		Reinforcement Training Camp 1			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て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	
			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	
			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	
			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	
			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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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		
		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