

科目名		強化演習 4							年度	2025	
英語科目名		Strength Training Seminar 4							学期	後期	
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	2	種別※	演習
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】											
他会場への移動ならびに練習試合において、日頃のサッカートレーニング、フィジカルトレーニング、ゲーム分析を通じ、最大限のパフォーマンスを発揮を目指す。また、トライ&エラーをおこない、特にエラーについてはゲーム分析ならびトレーニングにて改善をし次戦では改善されたパフォーマンスが発揮できるようにする。											
【科目の概要】											
サッカーで強豪とされる地域への遠征ならびに練習試合を通して、チームの競技力向上を図ります。また、練習試合後に振り返りを行います。											
【到達目標】											
A. 個人としてのトライを行いエラーの理解をもとに修正できる B. チーム戦術の中で、個人としてのトライを行いエラーの理解をもとに修正できる C. 試合に勝利するために協調、コミュニケーションがチームの一員としてとれ行動できる D. 他会場へ移動が発生する際のチームの一員としての振る舞いや行動時間厳守が確実にできる											
【授業の注意点】											
遅刻、欠席の場合は、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、ゲーム環境の確認と設営）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	個人としてのトライを行いエラーの理解をもとに修正できる		個人としてのトライを行いエラーの理解が理解できる		個人としてのトライを行いエラーの理解が理解できない						
到達目標 B	チーム戦術の中で、個人としてのトライを行いエラーの理解をもとに修正できる		チーム戦術の中で、個人としてのトライを行いエラーの理解ができる		チーム戦術の中で、個人としてのトライを行いエラーの理解ができない						
到達目標 C	試合に勝利するために協調、コミュニケーションがチームの一員としてとれ行動できる		試合に勝利するため協調、コミュニケーションがチームの一員としてとれる		試合に勝利するため協調、コミュニケーションがチームの一員としてとれない						
到達目標 D	他会場へ移動が発生する際のチームの一員としての振る舞いや行動時間厳守が確実にできる		他会場へ移動が発生する際のチームの一員としての振る舞いや行動時間厳守ができる		他会場へ移動が発生する際のチームの一員としての振る舞いや行動時間厳守ができない						
【教科書】											
必要に応じて資料を配布する。											
【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		強化演習 4			年度	2025	
英語表記		Strength Training Seminar 4			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	練習試合① 社会人 地域リーグ	他会場においても試合で勝利するために個人、チームがトライ＆エラーを行い競技力を向上させる	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える	2		
			2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える			
			3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える			
2	練習試合② 社会人 都県1部2部リーグ		1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える			
			2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える			
			3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える			
3	練習試合③ 大学		1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える			
			2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える			
			3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える			
4	練習試合④ クラブユース		1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える			
			2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える			
			3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える			
5	練習試合⑤ 高校		1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える			
			2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える			
			3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える			
6	練習試合⑥ 社会人 地域リーグ	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
7	練習試合⑦ 社会人 都県1部2部リーグ	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
8	練習試合⑧ 大学	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
9	練習試合⑨ クラブユース	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
10	練習試合⑩ 高校	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
11	練習試合⑪ 社会人 地域リーグ	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
12	練習試合⑫ 社会人 都県1部2部リーグ	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
13	練習試合⑬ 大学	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
14	練習試合⑭ クラブユース	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
15	練習試合⑮ 高校	1 試合準備	グラウンド準備、ウォーミングアップを適切に行える				
		2 試合中	個人、チームのテーマを理解のもとトライ＆エラー、向上心を持ってプレーが行える				
		3 試合後	クールダウン、振返りを適切に行える				
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							