

2025年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科三年制 サッカーコース											
サッカートレーニング 5											
対象	3年次	開講期	前期	区分	必	種別	実技	時間数	240	単位	8
担当教員	永山・樋口(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、それが実際の試合で発揮できるようになる。また、攻守においての戦術の理解度を上げて、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なる。											
授業方法											
攻撃では個人戦術、グループ戦術、ビルドアップ、ゲームメイク、中央から、サイドからの崩し、カウンター。守備では個人戦術、グループ戦術、前線の守備、中盤の守備、ゴール前の守備、サイドの守備、カウンター守備、そしてコーナーキックの攻守、フリーキック攻守などの戦術についても実技実践により学習理解を深める。											
成績評価方法											
レポート。日々の振り返りノート記述によって評価する。成果発表。実技レベルの向上度にて評価する。平常点。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、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。											
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	ビルドアップトレーニング。ゴールキーパー/ボランチを含めたポジショニング理解、中間ポジション理解、安全確実な前進は習得できます。										
第2回	ボランチ経由のサイドチェンジ。数の優位なサイドを選択できる戦術眼の習得、かつ、ゴール方向を目指せることが理解できます。										
第3回	カウンターの攻撃。限られた時間で人数を確保し素早く攻撃を終了させる戦術眼の理解と習得ができるようになります。										

2025年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科三年制 サッカーコース	
サッカートレーニング 5	
第4回	カウンター守備。スペースを消しながらゴールキーパーと連携した守備の習得ができるようになります。
第5回	数的不利のカウンター守備。数的優位者のパスコースを消しながらゴールキーパーと連携した守備の習得ができるようになります。
第6回	コーナーキック攻撃の戦術。コーナーキック攻撃の戦術理解とチーム内戦術の習得ができるようになります。
第7回	コーナーキック守備の戦術。コーナーキック守備の戦術理解とチーム内戦術の習得、ゴールキーパーとの連携ができるようになります。
第8回	中央攻撃ワンツースからの崩し。ワンツース戦術の理解により中央突破攻撃の習得ができるようになります。
第9回	中央攻撃3人目からの崩し。3人目のフリーランニングとタイミングの理解による攻撃習得ができるようになります。
第10回	フリーキックの攻撃の戦術。相手ゴール前でのフリーキック戦術理解とチーム内戦術の習得ができるようになります。
第11回	フリーキックの守備の戦術。自陣ゴール前でのフリーキック戦術理解とチーム内戦術の習得、ゴールキーパーとの連携ができるようになります。
第12回	ロングボールでの攻撃。敵陣背後へのスペースランニングとキッカーとのタイミングを習得できるようになります。
第13回	ロングボールに対する守備。ボールへのチャレンジとカバー、セカンドボールへの予測を習得できるようになります。
第14回	アーリークロスからの攻撃。敵陣、ディフェンスラインとゴールキーパー間のスペース活用の理解と習得ができるようになります。
第15回	アーリークロスからの守備。陣、ディフェンスラインとゴールキーパー間のスペース分担と後ろ向きの守備習得ができるようになります。