

タイトル「**2022年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**(共通)**」
 シラバスの詳細は以下となります。



科目ナンバー	RMGT/SSCS1205		
科目名	スポーツ実技3		
担当教員	河合 一武		
対象学年	1年,2年	開講学期	前期
曜日・時限	集中		
講義室		単位区分	選
授業形態	実技	単位数	1
科目大分類	総合教育		
科目中分類	総合基礎		
科目小分類	リテラシー		
科目の位置付け (開発能力)	<p>■DPコード 学修のゴールを示すディプロマポリシー (DP) との関連 DP1-D [市民的素養・市民的教養] 市民的要素と参加コミュニティに積極的な変化をもたらすために、知識・スキル・価値観・動機を動員することができる。 DP2-B [自己の特性を理解し社会に貢献しようとする姿勢] 自己の存在意義を知り、自らを高め続けようと努力することができる。</p> <p>■CRコード 学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモングループリック (CR) との関連 D1 市民的素養と参加 (80%) B1 自己啓発 (20%)</p>		
教員の実務経験	(公財)日本サッカー協会 公認A級コーチ (第1回~第15回) ユニバーシアード世界大会(トルコ・イズミル) サッカー日本女子代表コーチ(2005) 第3位		
成績ターゲット区分	■成績ターゲット：能力開発の目標ステージと対応 2 進行情期~3 発展期		
科目概要・キーワード	<p>現代生活においては、多くの人が運動不足による弊害の危機に直面していると言えます。健康で活力に充ちた人生を望むならば、生活の中に積極的に運動を取り入れ、主体的な活動として実践することが必要とされています。この授業では、体力測定とそれに関わる講義及びスポーツの基本的な練習やゲーム等の実技を通して、身体活動の今日的意義について認識を高めます。授業形式は、実技形式の集中授業<1月初旬>により行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替するためオンライン授業を一部取り入れる場合があります。</p> <p>■キーワード：サッカー、実技、集中授業、自己啓発</p>		
授業の趣旨	<p>■副題 サッカーを集中的に他者とコミュニケーションを図りながら実践します。また、怪我無くサッカーを実践し、自身の体力を把握します。</p> <p>■授業の目的 サッカーの集中的な実践を通して、自身がチームに貢献できることを考えるとともに自己の存在意義を知り、社会に貢献する力を養うことを目的とします。さらに、心身共に健全な社会人となるために、サッカーを介して自身の現状の体力を把握し、スポーツ実践の必要性を理解することを目的とします。</p> <p>■授業のポイント 現代生活において、多くの人が運動不足による弊害の危機に直面していると言えます。健康で活力に充ちた人生を望むならば、生活の中に積極的に運動を取り入れ、主体的な活動として実践することが必要です。本授業では、社会人になる前に運動を実践することの重要性を学びます。また、実際にサッカーを介して自身の体力を把握し、今後の生活習慣改善を検討します。また、サッカーの練習やゲーム等を通して、身体活動の今日的意義について認識を高めます。</p>		

総合到達目標	<p>■自己の存在意義を知り、社会に貢献する力を養うために、チームボールゲームであるサッカーをルールに従って実践し、積極的にコミュニケーションを図る能力を修得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカーの起源・語源・競技規則を理解し、説明することができる（第1回～第3回、第15回）。 ・サッカーの練習やゲームを通して、コミュニケーションを図ることができる（第4回～第14回）。 <p>■心身共に健全な社会人となるために、サッカーを介して自身の現状の体力を把握したうえでその改善点を課題として捉え、改善過程を踏まえて自身の体力向上や健康維持のためのスポーツの必要性について説明できる能力を修得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自身の体力をサッカーを介して把握してその改善点を認識できる（第4回～第14回）。 ・体力向上や健康維持のためのサッカーを例にスポーツの必要性を具体的に述べる（第2回～第15回）。 														
成績評価方法	<p>■授業シート（20%）：適用ルーブリック D 1 （評価の観点）自身が授業中に実践できるように競技規則等を調べているか、予習シートで評価します。 （フィードバックの方法）授業時間中に解説を行います。</p> <p>■授業参加度（60%）：適用ルーブリック D 1 （評価の観点）サッカーを実践し、他者とコミュニケーションを図ることができるか、授業態度等で評価します。 （フィードバックの方法）ポータルサイトで出席状況を提示し、コミュニケーションが足りていない学生には、授業時間中に助言します。</p> <p>■レポートまたは筆記試験1回（20%）：適用ルーブリック B 1 （評価の観点）サッカーの起源・語源、競技規則および技術・戦術について説明することができるか、レポート等で評価します。 （フィードバックの方法）授業時間中に解説を行います。</p>														
履修条件	1月初旬の集中授業に参加できること。サッカーシューズまたはサッカースパイクを用意します。実技では各自で飲料水を準備します。														
履修上の注意点	自身の体調に合わせて無理なくプレーしますが、集中開講のため各自コンディションを整えておくこと。														
授業内容	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="462 1070 517 1122">回</th> <th data-bbox="517 1070 1482 1122">内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="462 1122 517 1330">1</td> <td data-bbox="517 1122 1482 1330"> ①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび授業展開の説明） ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、第1回～第15回までの授業テーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品について把握する（D 1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、授業内容を把握しておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源、競技規則について調べておく。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="462 1330 517 1503">2</td> <td data-bbox="517 1330 1482 1503"> ①授業テーマ サッカーの起源・語源と競技規則 ②授業概要 サッカーの起源・語源と競技規則を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則についてまとめ、競技規則と競技の精神について調べておく。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="462 1503 517 1675">3</td> <td data-bbox="517 1503 1482 1675"> ①授業テーマ サッカーの競技規則と競技の精神 ②授業概要 サッカーの競技規則と競技の精神を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神についてまとめ、サッカーの戦術について調べておく。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="462 1675 517 1883">4</td> <td data-bbox="517 1675 1482 1883"> ①授業テーマ サッカーの戦術 ②授業概要 サッカーにおける戦術（個人・グループ・チーム）を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとに調べておく。 ④復習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとにまとめ、他者に説明できるようにしておく。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="462 1883 517 2063">5</td> <td data-bbox="517 1883 1482 2063"> ①授業テーマ ボールフィーリングとアセスメントゲーム ②授業概要 ボールフィーリングとゲームを通じてアイスブレイクを図り、相互のコミュニケーションの改善する（B 1・D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについて調べてくる。 ④復習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについてまとめておく。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="462 2063 517 2157">6</td> <td data-bbox="517 2063 1482 2157"> ①授業テーマ 個人技術：ドリブル ②授業概要 運ぶドリブル、顔を上げたドリブル、突破のドリブルを習得する。まとめ </td> </tr> </tbody> </table>	回	内容	1	①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび授業展開の説明） ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、第1回～第15回までの授業テーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品について把握する（D 1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、授業内容を把握しておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源、競技規則について調べておく。	2	①授業テーマ サッカーの起源・語源と競技規則 ②授業概要 サッカーの起源・語源と競技規則を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則についてまとめ、競技規則と競技の精神について調べておく。	3	①授業テーマ サッカーの競技規則と競技の精神 ②授業概要 サッカーの競技規則と競技の精神を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神についてまとめ、サッカーの戦術について調べておく。	4	①授業テーマ サッカーの戦術 ②授業概要 サッカーにおける戦術（個人・グループ・チーム）を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとに調べておく。 ④復習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとにまとめ、他者に説明できるようにしておく。	5	①授業テーマ ボールフィーリングとアセスメントゲーム ②授業概要 ボールフィーリングとゲームを通じてアイスブレイクを図り、相互のコミュニケーションの改善する（B 1・D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについて調べてくる。 ④復習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについてまとめておく。	6	①授業テーマ 個人技術：ドリブル ②授業概要 運ぶドリブル、顔を上げたドリブル、突破のドリブルを習得する。まとめ
回	内容														
1	①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび授業展開の説明） ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、第1回～第15回までの授業テーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品について把握する（D 1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、授業内容を把握しておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源、競技規則について調べておく。														
2	①授業テーマ サッカーの起源・語源と競技規則 ②授業概要 サッカーの起源・語源と競技規則を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの起源・語源と競技規則についてまとめ、競技規則と競技の精神について調べておく。														
3	①授業テーマ サッカーの競技規則と競技の精神 ②授業概要 サッカーの競技規則と競技の精神を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神について調べておく。 ④復習（60分） サッカーの競技規則と競技の精神についてまとめ、サッカーの戦術について調べておく。														
4	①授業テーマ サッカーの戦術 ②授業概要 サッカーにおける戦術（個人・グループ・チーム）を習得する（D 1）。 ③予習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとに調べておく。 ④復習（60分） サッカーの戦術について、個人戦術・グループ戦術・チーム戦術ごとにまとめ、他者に説明できるようにしておく。														
5	①授業テーマ ボールフィーリングとアセスメントゲーム ②授業概要 ボールフィーリングとゲームを通じてアイスブレイクを図り、相互のコミュニケーションの改善する（B 1・D 1）。 ③予習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについて調べてくる。 ④復習（60分） サッカーの競技規則とフォーメーションについてまとめておく。														
6	①授業テーマ 個人技術：ドリブル ②授業概要 運ぶドリブル、顔を上げたドリブル、突破のドリブルを習得する。まとめ														

	<p>のゲームを通じてドリブルの意義を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのドリブルについて試合における意義を調べてくる。</p> <p>④復習（60分） サッカーのドリブルについてまとめておく。</p>
7	<p>①授業テーマ 個人技術：コントロール（トラッピング）</p> <p>②授業概要 2種類のコントロールを習得する。まとめのゲームを通じてコントロールの使い分けを把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのコントロールについて調べてくる。</p> <p>④復習（60分） サッカーのコントロールについて2種類のコントロール別にまとめておく。</p>
8	<p>①授業テーマ 個人技術：キック・シュート</p> <p>②授業概要 サッカーの各種キックを習得してシュートに活かす。まとめのゲームを通じてサッカーのキック・シュートを修得するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのキックの種類について調べてくる。</p> <p>④復習（60分） サッカーのキックの使い分け法をまとめておく。</p>
9	<p>①授業テーマ 個人技術：フェイント</p> <p>②授業概要 サッカーのフェイント技術を習得する。まとめのゲームを通じてサッカーのフェイント技術を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのフェイントについてその種類を調べてくる。</p> <p>④復習（60分） サッカーのフェイントについてその構成と種類をまとめておく。</p>
10	<p>①授業テーマ グループ戦術：ボールポゼッション①</p> <p>②授業概要 4対1、3対1、2対1の練習を通してチームメイトと協同するボールポゼッションをグループ戦術として習得する。まとめのゲームを通じてチームでボールを保持することの意義を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーにおけるボールポゼッションについて調べておく。</p> <p>④復習（60分） サッカーのボールポゼッションについてその意義とともにまとめておく。</p>
11	<p>①授業テーマ グループ戦術：ボールポゼッション② <観る></p> <p>②授業概要 2対1、3対3、6対3の練習を通してチームメイトと協同するボールポゼッションを選手個人の「観る」をベースとしたグループ戦術として習得する。まとめのゲームを通じてチームでボールを保持することの意義を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのボールポゼッションにおける「観る」ことの重要性について調べておく。</p> <p>④復習（60分） サッカーのボールポゼッションにおける「観る」ことの重要性についてまとめておく。</p>
12	<p>①授業テーマ 攻撃のグループ戦術</p> <p>②授業概要 攻撃側3人の選手の関係での突破するチーム戦術（フェイクバック、第3の動き、A・C・B）を習得する。まとめのゲームを通じて攻撃側3～4人の選手の関係での突破する戦術の意義と方法を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーの攻撃における攻撃側3人の選手の関係での突破する戦術について調べておく。</p> <p>④復習（60分） サッカーとの比較から攻撃における攻撃側3人の選手の関係で突破する戦術の重要性についてまとめておく。</p>
13	<p>①授業テーマ 守備のグループ戦術</p> <p>②授業概要 数的劣位な状況での守備戦術を習得する。1対2、2対3の練習を通してチームメイトと協同してゴールを守るための守備のグループ戦術として習得する。まとめのゲームを通じてチームでゴールを守り切ることの意義を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） 数的劣位な状況での守備戦術について調べておく。</p> <p>④復習（60分） 数的劣位な状況での守備戦術についてまとめておく。</p>
14	<p>①授業テーマ 守備のチーム戦術</p> <p>②授業概要 リトリートディフェンスとプレッシングディフェンスを守備戦術として習得する。8対8の練習を通してチームメイトと協同してゴールを守るための守備のチーム戦術として習得する。まとめのゲームを通じて守備におけるチーム戦術の意義を把握するとともにチーム内においてコミュニケーションを図る（B1・D1）。</p>

	<p>③予習（60分） 守備のチーム戦術であるリトリートディフェンスとプレッシングディフェンスについて調べておく。</p> <p>④復習（60分） 守備のチーム戦術であるリトリートディフェンスとプレッシングディフェンスについてまとめておく。</p>
15	<p>①授業テーマ 総括：攻守のチーム戦術 リーグ戦</p> <p>②授業概要 各チームでこれまでの練習成果や攻守の戦術理解をもとにリーグ戦を行う。勝つことに重点を置いたリーグ戦を通じてチーム内のコミュニケーション活性化を図る（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） サッカーのリスタート（キックイン、コーナーキック、フリーキック）のサインプレーについて調べておく。</p> <p>④復習（60分） サッカーのリスタート（キックイン、コーナーキック、フリーキック）のサインプレーについてまとめておく。</p>
関連科目	特になし
教科書	指定しません。
参考書・参考URL	授業時に案内します。
連絡先・オフィスアワー	開講時に告知します。
研究比率	

