



タイトル「**2024年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**実務経験のある教員による科目**」
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,3年,4年	開講学期	後期
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）	■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。 ■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ルーブリック（CR）との関連 D1 市民的素養と参加（80%） B1 自己啓発（20%）		
教員の実務経験	JFAフットサル公認C級コーチ（第1回～第15回） 第7回全日本女子フットサル選手権大会（2010）優勝監督		
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進定期～3発展期		
科目概要・キーワード	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、フットサルに関わる講義及び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。 ■キーワード：フットサル、実技、自己啓発		
授業の趣旨	■副題 フットサルを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、怪我無くフットサルを実践し、自身の体力を把握します。 ■授業の目的 フットサルの実践を通して、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、フットサル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。 ■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、実際にフットサル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、フットサル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。		

総合到達目標	■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フットサル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。 ・フットサルのルールに従い、練習やゲームに参加することができる（第2回～第14回）。 ・フットサルの練習やゲームを通して、コミュニケーションができる（第2回～第14回）。 ■心身共に健全な社会人となるために、フットサル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。 ・自身の体力をフットサルを介して把握してその改善点を認識できる（第2回～第15回）。 ・体力向上や健康維持のためのフットサルを例にスポーツの必要性を具体的に述べることができる（第2回～第15回）。	
成績評価方法	■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。 ■授業参加度（60%）：適用ルーブリック D 1 （評価の観点）フットサルを実践し、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。 ■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）サッカーとの相違からフットサルの起源・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。	
履修条件	靴底が白または紺色のフットサルシューズを用意します。	
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。	
授業内容	回	内容
	1	①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび進め方の説明） 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、授業内容を把握する。 ④復習（60分） フットサルの競技規則について整理する。
	2	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 ウォーミングアップを入念に実施する。また、担当者の実務体験を踏まえて、ゲームを通じてアイスブレイクとコミュニケーションを図る（B 1・D 1）。 ③予習（60分） フットサルの競技規則とフォーメーションについて調べる。 ④復習（60分） フットサルの競技規則とフォーメーションについて整理する。
	3	①授業テーマ 個人技術：足の裏を使ったドリブル ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、足の裏を使った運ぶドリブル、顔を上げた突破のドリブルを習得する。まとめのゲームを通じてサッカーのドリブルとの相違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（B 1・D 1）。 ③予習（60分） フットサル特有のドリブルについて調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサル特有のドリブルについて整理する。
	4	①授業テーマ 個人技術：足裏を使ったコントロール ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、足裏を使ったコントロールを習得する。まとめのゲームを通じてサッカーのコントロールとの相違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（B 1・D 1）。 ③予習（60分） フットサル特有の足裏コントロールについて調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサル特有の足裏コントロールについてまとめる。
	5	①授業テーマ 個人技術：キック・シュート ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、トゥーキック、スプーンパスやセカンドポストシュートを習得する。まとめのゲームを通じてサッカーのキック・シュートとの相違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（B 1・D 1）。 ③予習（60分） フットサル特有のキック・シュートについて調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサル特有のキック・シュートについて整理する。
	6	①授業テーマ 個人技術：フェイント ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、フットサル特有のフェイントを習得する。

	まとめのゲームを通じてサッカーのフェイントとの相違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）。 ③予習（60分） フットサル特有のフェイントについて調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサル特有のフェイントについて整理する。
7	①授業テーマ グループ戦術：ボールポゼッション① ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、3対1、4対2、4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）。 ③予習（60分） フットサルにおけるボールポゼッションについて調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサルのボールポゼッションについて整理する。
8	①授業テーマ グループ戦術：ボールポゼッション② <観る> ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、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）。 ③予習（60分） フットサル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る。 ④復習（60分） サッカーとの比較からフットサル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整理する。
9	①授業テーマ 攻撃のグループ戦術 ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、攻撃側2人の選手の関係での突破するグループ戦術（ゴー、壁パス、ディアゴナル、ブロック&コンティニュー）を習得する。まとめのゲームを通じて攻撃側2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）。 ③予習（60分） フットサルの攻撃における攻撃側2人の選手の関係での突破するグループ戦術について調べる。 ④復習（60分） サッカーとの比較から攻撃における攻撃側2人の選手の関係で突破するグループ戦術の重要性について整理する。
10	①授業テーマ 攻撃のチーム戦術 ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、攻撃側3・4人の選手の関係での突破するチーム戦術（ピボアて、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）。 ③予習（60分） フットサルの攻撃における攻撃側3・4人の選手の関係での突破する戦術について調べる。 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・4人の選手の関係で突破する戦術の重要性について整理する。
11	①授業テーマ 守備のグループ戦術 ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、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）。 ③予習（60分） 数的劣位な状況での守備戦術について調べる。 ④復習（60分） 数的劣位な状況での守備戦術について整理する。
12	①授業テーマ 守備のチーム戦術 ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、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。2対3、3対4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）。 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る。 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整理する。
13	①授業テーマ 攻守のチーム戦術：リーグ戦① ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、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）。 ③予習（60分） フットサルのリスタート（キックイン、コーナーキック、フリーキック）について調べる。

	ク) のサインプレーについて調べる。 ④復習 (60分) フットサルのリスタート (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整理する。
	14 ①授業テーマ 攻守のチーム戦術：リーグ戦② ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、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 (B 1・D 1)。 ③予習 (60分) フットサルの競技規則とフォーメーションについておさらいしておく。 ④復習 (60分) フットサルの競技規則とフォーメーションについて再度整理しておく。
	15 ①授業テーマ 攻守のチーム戦術：ナンバーカードゲーム ②授業概要 担当者の実務体験を踏まえて、各チームの選手の中から監督を選出してナンバーカードゲームを実施し、その方法を習得する。ナンバーカードゲームを通じて、自身の監督としての資質を見極めるとともに監督としてチーム内のコミュニケーション活性化を図る (B 1・D 1)。 ③予習 (60分) ナンバーカードゲームについて調べる。 ④復習 (60分) ナンバーカードゲームならびに本授業 (第2回～第15回) の内容について整理する。
関連科目	「スポーツ講義」「スポーツ実技1」 (1年次開講科目) ならびに「スポーツ実技3 <集中>」 (2年次開講科目) は、本講と関係します。
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	

