

スポーツ2

科目ナンバー 0C222
基礎分野 選択 1単位

北村 悠貴

1. 授業の概要(ねらい)

サッカーの特性を理解し、競技レベルを考慮して技術及び戦術を段階的に修得します。
さらに、その過程において自他の心身の健康を維持・増進させるための知識や実践的能力を養います。
学修目標のDP1に貢献する授業です。

2. 授業の到達目標

授業では、サッカーの楽しさと喜びを実感するとともに、自身の健康と体力向上を図り、技術向上、戦術を理解することによりサッカーを客観的に理解することができる。それにより、生涯スポーツの基礎となる実践力を高めることを目標とします。

3. 成績評価の方法および基準

授業態度、実技テスト、戦術・競技規則の理解度等をもとに総合的に評価します。

評価の配分に関してはおおまかに以下のようになります。

授業態度	40%
実技テスト	25%

戦術・競技規則の理解度	20%
-------------	-----

最終レポート(最終試験)	15%
--------------	-----

最後の授業で全体に対するフィードバックを行います。

4. 教科書・参考文献

教科書

必要に応じて資料を配布します。

5. 準備学修の内容

傷害予防のために日常の運動ストレッチ等を心がけてください。授業以外で体を動かす時間をつくりましょう。

サッカーの試合観戦、サッカーに関する書籍を読む等の学修を15時間以上行い、サッカー競技のルールや特性を理解しておきましょう。

6. その他履修上の注意事項

サッカーに適した服装、用具(スパイク・トレーニングシューズどちらでも可)を準備し、授業に取り組んでください。グラウンドかフットサルコートで行うかは人数によって確定します。天候等の都合により、体育館もしくは教室で授業を行う場合があります。掲示板を注意して見ておくようにしてください。
スポーツ1を受講していない学生も歓迎します。

7. 授業内容

- | | |
|--------|------------------------------|
| 【第1回】 | オリエンテーション(授業の説明・サッカーの映像視聴) |
| 【第2回】 | ゴールキーパー 一全員でGKの経験一 |
| 【第3回】 | 基本テクニック 一キック、ボールコントロール、ドリブルー |
| 【第4回】 | 観る |
| 【第5回】 | ボールフィーリング&ドリブル |
| 【第6回】 | パス&コントロール |
| 【第7回】 | シュート |
| 【第8回】 | 守備のテクニック |
| 【第9回】 | ボールを奪う |
| 【第10回】 | ポゼッション |
| 【第11回】 | ゴールを奪う |
| 【第12回】 | リーグ戦(予選リーグ) |
| 【第13回】 | リーグ戦(決勝トーナメント①) |
| 【第14回】 | リーグ戦(決勝トーナメント②) |
| 【第15回】 | 到達目標の確認、ふりかえり等 |