

球技 1

対象	1年次	開講期	前期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	佐藤国正 (バレーボール)	実務 経験	有	職種	バレーボールコーチ						

授業概要

バレー ボール競技の特性やルールを理解しつつ、基礎技術からゲームまで指導を受けながら各種目を体験します。

到達目標

基礎的な技術習得に重きをおき、実際のゲームに役立つように、また、楽しくプレイができるよう色々な角度から実体験をしていきます。また技術の習得のみならず、チームに貢献し、仲間と競いあい、楽しみ・喜びを分かつことによりフェアプレイの精神を養い、目標に向けて協力するための協調性なども身につけていきます。

授業方法

バレー ボールを仲間と共に体験し、技能の上達を図りスポーツの楽しさを味わいます。仲間と身体活動を行なう中で、自己の体力、健康の保持・増進なども図っていきます。また将来指導者として、指導法や競技運営についても学んでいきます。

成績評価方法

成績評価については、授業中の参加姿勢/学習意欲（リーダーシップ、積極性、学習に対する向上努力など）40%、試験結果（実技試験/中間/期末/定期的な提出物など）30%、出席状況30%とし、授業内における達成度・到達度を総合的に判断して行います。なお、成績評価を受けるためには、全授業の75%以上の出席が必要となります。

履修上の注意

・授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。・アリーナの場合、室内シューズ、運動できる服装（チノパン、ジーンズ等は着用不可）、飲料水、タオルは各自用意して下さい。・自分勝手な行動を取らず、担当教員の指示に従い無理なく、安全に実技に望んで下さい。・携帯電話は実技に必要ないため、アリーナに持ち込まないようにして下さい。

教科書教材

特になし

回数	授業計画
第1回	オリエンテーション：バレー ボールに関する基礎知識を理解します
第2回	基礎技能パス：技術アプローチと戦術アプローチを用いた学習からパスの技術と技能を体得します
第3回	基礎技能①：ゲームライクドリルを用いた学習：パスゲームを通じて攻防の戦術を理解します

球技 1

第 4 回	基礎技能②：レシーブの技術と技能を体得します
第 5 回	基礎技能③：セット&アタックセカンドテンポ、サードテンポ：主にオープンに関するアタックの技術と技能を体得します
第 6 回	基礎技能④：セット&アタック、ファーストテンポ：主に速攻に関するアタックの技術と技能を体得します
第 7 回	基礎技能⑤：サーブの技術と技能を獲得し、狙った場所にボールを操作することができます
第 8 回	フォーメーション：ポジションとフォーメーションを理解します
第 9 回	審判法の理解と実践：ルールの理解とゲームの運営を身につけることができます
第 10 回	ゲーム実践①：6人制のゲームを通してローテーションを用いたゲームを理解します
第 11 回	ゲーム実践②：6人制のゲームを通してローテーションを用いたゲームから攻撃戦術を理解します
第 12 回	ゲーム実践③：6人制のゲームを通してローテーションを用いたゲームから守備戦術を理解します
第 13 回	ゲーム実践④：6人制のゲームを通してゲームを通じて守備と攻撃の攻防を体得します
第 14 回	ゲーム実践⑤：6人制のゲームを通して仲間とのコミュニケーション力を体得します
第 15 回	まとめ・実技テスト：パスのテクニックとスキルの獲得について正確性と継続性を体得します