

科目名	球技（バレー）							年度	2025
英語科目名	Ball Game							学期	前期
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース 1年次	必／選	選	時間数	30	単位数	1	種別※	実技
担当教員	佐藤	教員の実務経験		有	実務経験の職種		バレーボールコーチ		
【科目の目的】 バレーボールは個人やチームの能力に応じた作戦を立て、チーム対チームで勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動です。勝敗を競う楽しさや喜びを体験すると共に、フェアなプレイを大切にすることや仲間を尊重し、人間力を高めるための一環としても取り組んでいきます。									
【科目の概要】 バレーボールの特性について理解し、年齢別に応じた的確な指導が行える能力を養います。									
【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、喜びを分かち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ます。 A バレーボールを安全におこなう方法を理解する B バレーボールを安全に行うための基礎技術を身につける C チームで行動する能力を身につける									
【授業の注意点】 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ください。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、安全に実技に臨んでください。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ください。									
評価基準＝ループリック									
ループリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい		レベル3 ふつう		レベル2 あと少し		レベル1 要努力	
到達目標 A	バレーボールを安全に楽しくおこなう方法を理解することができる			バレーボールを安全におこなう方法を理解する				バレーボールをおこなう方法を理解する	
到達目標 B	バレーボールを安全に楽しくおこなうための基礎技術を身につける			バレーボールを安全におこなうための基礎技術を身につける				バレーボールをおこなうための基礎技術を身につける	
到達目標 C	チームにおいて積極性を持って行動することができる			チームにおいて責任感をもって行動することができる				チームで行動する事ができる	
【教科書】 必要に応じて適宜資料を配布します									
【参考資料】									
【成績の評価方法・評価基準】 試験と課題を総合的に評価します。積極的な授業参加度、授業態度によって評価します。									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		球技（バレー）			年度	2025
英語表記		Ball Game			学期	前期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	概要	1 競技理解	協議を理解している	2	
			2 ルール理解	ルールを理解している		
			3 授業内容理解	授業内容を理解している		
2	サーブ種類	サーブ修得	1 フロートサーブ	フロートサーブが出来る	2	
			2 トップスピンサーブ	トップスピンサーブが出来る		
			3 アンダーサーブ	アンダーサーブが出来る		
3	レシーブ技術	レシーブ修得	1 基本姿勢	基本姿勢を理解している	2	
			2 アンダーハンドパス	アンダーハンドパスが出来ている		
			3 オーバーヘッドパス	オーバーヘッドパスが出来ている		
4	トス技術	トス修得	1 タッチポイント	適切な位置を理解している	2	
			2 タイミング	トスをあげるタイミングを理解している		
			3 高さ	適切な高さを理解している		
5	スパイク技術	スパイク修得	1 ステップアプローチ	ステップアプローチを習得できる	2	
			2 フォロースルー	フォロースルーを習得できる		
			3 変化球	様々な種類のスパイクを習得できる		
6	ブロック技術	ブロック修得	1 タイミング	タイミングを理解している	2	
			2 手の位置、形	ブロック時の手の位置、形を理解している		
			3 コミュニケーション	ダブルブロックのタイミングを理解している		
7	技術攻撃	技術攻撃の修得	1 フォーメーション	フォーメーションを理解している	2	
			2 速攻	速攻を習得できる		
8	ミニゲーム	応用ゲーム	1 応用ゲーム	基礎技術の応用ゲームで基礎技術を習得している	2	
9	小テスト	対人レシーブ	1 対人レシーブテスト	対人レシーブを10往復できる	2	
10	ゲーム	ゲーム実践	1 ゲーム理解	楽しさと、協調性を養い、技術を習得することができる	2	
11	ゲーム	ゲーム実践	1 ゲーム理解	楽しさと、協調性を養い、技術を習得することができる	2	
12	ゲーム	ゲーム実践	1 ゲーム理解	楽しさと、協調性を養い、技術を習得することができる	2	
13	ゲーム	ゲーム実践	1 ゲーム理解	楽しさと、協調性を養い、技術を習得することができる	2	
14	ゲーム	ゲーム実践	1 ゲーム理解	楽しさと、協調性を養い、技術を習得することができる	2	
15	まとめ	実技確認	1 トス	トスを正確に上げることが出来る	2	
			2 レシーブ	頭上にレシーブを上げることが出来る		
			3 スパイク	正確にスパイクを打つことが出来る		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等