

授業科目

バスケットボール

担当教員名 加藤 雅規	対象学年	2	対象学科	スポ
	開講時期	後期	必修・選択	選択
	単位数	1	時間数	30

ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
○	○	◎	◎	○

授業の概要

バスケットボールの基礎的な知識、理論を習得し、実習を通してバスケットボールの練習方法・指導法を学ぶ。

授業の目的

バスケットボールの技能獲得のために、基礎技術の反復習得を行い。ゲームを通して実践的な攻防を体験することで、バスケットボール競技のルールを理解し、的確な連携プレイの状況判断ができるようになる。

学習目標

1. バスケットボールの特性について理解する。
2. バスケットボールのルールについて学ぶ。
3. バスケットボールの練習方法と指導法を学ぶ。
4. 実習を通して、バスケットボールの競技力を高める。

授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	オリエンテーション：バスケットボール能力の確認、チーム編成	講義・実習	加藤 雅規
2	ボールハンドリング、パス、ドリブルの理論・技術・練習方法	実習	加藤 雅規
3	ボールのもらい方とトラベリング	実習	加藤 雅規
4	各種シュートの理論・技術・練習方法	実習	加藤 雅規
5	効果的な1 on 1の技術	実習	加藤 雅規
6	2 menゲーム、3 menゲームの基本	実習	加藤 雅規
7	モーションオフENSEの理論・練習方法	実習	加藤 雅規
8	ファウルとバイオレーション	実習	加藤 雅規
9	ディフェンスの理論（1 on 1、2 on 2、3 on 3、4 on 4）	実習	加藤 雅規
10	ハーフコートマンツーマンディフェンスの基礎・練習方法	実習	加藤 雅規
11	ゾーンディフェンスの基礎・練習方法	実習	加藤 雅規
12	オールコートディフェンスの基礎・練習方法	実習	加藤 雅規
13	ファーストブレイクの理論・練習方法	実習	加藤 雅規
14	バスケットボールのトレーニング	実習	加藤 雅規
15	授業のまとめ	講義・レポート	加藤 雅規

使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書	特になし					
参考書						
その他の資料						

評価方法

基礎技術テスト30% 応用実技テスト30% レポート40%

履修上の留意点

オフィスアワー・連絡先

masanori-kato@nuhw.ac.jp