

授業科目 バスケットボールⅠ

|                                                                                                                                        |                                |      |           |           |                      |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------|-----------|-----------|----------------------|--|--|
| 【担当教員名】                                                                                                                                |                                | 対象学年 | 2         | 対象学科      | スポ                   |  |  |
| 高 沢 文 隆                                                                                                                                |                                | 開講時期 | 後期        | 必修・選択     | 選択                   |  |  |
|                                                                                                                                        |                                | 単位数  | 1         | 時間数       | 30                   |  |  |
| <b>【概要・一般目標：GIO】</b><br>バスケットボールに関する基礎的な知識、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。                                                          |                                |      |           |           |                      |  |  |
| <b>【学習目標・行動目標：SB0】</b><br>1. バスケットボールの特性について理解する。<br>2. バスケットボールのルールについて学ぶ。<br>3. バスケットボールの練習方法と指導法を学ぶ。<br>4. 実習を通して、バスケットボールの競技力を高める。 |                                |      |           |           |                      |  |  |
| 回数                                                                                                                                     | 授業計画・学習の主題                     |      |           | SB0<br>番号 | 学習方法・学習課題<br>備考・担当教員 |  |  |
| 1                                                                                                                                      | オリエンテーション：バスケットボール技術の確認、チーム編成  |      |           |           | 実習                   |  |  |
| 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   |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 3                                                                                                                                      | ボールのもらい方とトラベリング                |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 4                                                                                                                                      | 各種シュートの理論・技術・練習方法              |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 5                                                                                                                                      | 効果的な1on1の技術                    |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 6                                                                                                                                      | 2menゲーム、3menゲームの基本             |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 7                                                                                                                                      | モーションオフENSEの理論・練習方法            |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 8                                                                                                                                      | ファールとバイオレーション                  |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 9                                                                                                                                      | ディフェンスの理論（1on1、2on2、3on3、4on4） |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 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     |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 11                                                                                                                                     | ゾーンディフェンスの基礎・練習方法              |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 12                                                                                                                                     | オールコートディフェンスの基礎・練習方法           |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 13                                                                                                                                     | ファーストブレイクの理論・練習方法              |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 14                                                                                                                                     | バスケットボールのトレーニング                |      |           |           | 〃                    |  |  |
| 15                                                                                                                                     | 授業のまとめ                         |      |           |           | 教室                   |  |  |
| 【使用図書】                                                                                                                                 |                                | <書名> |           | <著者名>     | <発行所>                |  |  |
| 教科書<br>(必ず購入する書籍)                                                                                                                      |                                | 特になし |           |           |                      |  |  |
|                                                                                                                                        |                                |      |           |           |                      |  |  |
| 参考書                                                                                                                                    |                                |      |           |           |                      |  |  |
| その他の資料                                                                                                                                 |                                |      |           |           |                      |  |  |
| 【評価方法】                                                                                                                                 |                                |      | 【履修上の留意点】 |           |                      |  |  |
| 出席状況、授業態度、レポート                                                                                                                         |                                |      |           |           |                      |  |  |