

## 授業科目 バレーボール I

【担当教員名】 五十嵐 正 美		対象学年	2	対象学科	スポ
		開講時期	前期	必修・選択	選択
		単位数	1	時間数	30
【概要・一般目標：GIO】 バレーボールに関する技術及びルール、審判法等の知識や理論を学ぶとともに、その指導法を理解する。					
【学習目標・行動目標：SBO】 1. バレーボールの競技特性を理解する。 2. バレーボールのルールを理解する。 3. バレーボールの基礎トレーニングとその指導法を学ぶ。 4. バレーボールの攻防の個人的技能を学ぶ。 5. バレーボールの攻防の集団的技能を学ぶ。 6. 試合等の総合練習を通して競技能力を高める。					
回数	授業計画・学習の主題			SBO 番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	授業ガイダンス、バレーボールの特性理解				講義・実技
2	簡易ゲーム				実技・グループワーク
3	オフェンスの個人技能練習（パス）				講義・実技
4	オフェンスの個人技能練習（パスとレシーブ・トス）				実技・グループワーク
5	オフェンスの個人技能練習（スパイク・サービス）				実技・グループワーク
6	ディフェンスの個人技能練習（パスアタックのレシーブ、スパイクのブロック）				講義・実技
7	ディフェンスの個人技能練習（サービスレシーブ）				実技・グループワーク
8	個人技能を中心とするゲーム				実技・グループワーク
9	攻撃の連携プレイ練習（3段攻撃・時間差攻撃等）				講義・実技
10	防御の連携プレイ練習（サーブレシーブからの攻撃、カバーリング等）				講義・実技
11	連携プレイ中心のゲーム				実技・グループワーク
12	オフェンスの組織的プレイ練習（フォーメーション等）				講義・実技・グループワーク
13	ディフェンスの組織的プレイ練習（サービスレシーブ又はスパイクレシーブからのフォーメーション）				講義・実技・グループワーク
14	総合的な試合及びルール・審判法の学習				実技・グループワーク
15	総合的な試合及び審判法の学習、学習のまとめ				実技・感想文
【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>	
教科書 (必ず購入する書籍)	特になし				
参考書	特になし				
その他の資料	毎時間、教師が指導資料を作成、使用する。				
【評価方法】 出席状況、授業態度、技能、知識・理解力から総合的に判定する。			【履修上の留意点】		