至誠館大学

科目名	健康スポーツ実習(バレーボール)			コード			
英語表記							
担当教員名	西 博史			年度	平成28年度		
基準年次	2年次	開講期	前期	単位数	1		
授業形態	実習	授業形式		履修形態	選択		
授業概要							
<p>本授業では、バレーボールのパス、トス、スパイクなどの基礎技術、ルール、フォーメーション等についての理解を深め、実践する。ゲームにおいて仲間との連携プレーについて学び、実践する。</p>							
到達目標							
<p>基礎技術におけるボールに力を伝えるための動きとタイミングを身につける。また仲間との協力した連携プレーを計画し、実践すること。</p>							
授業計画							
第1回	オリエンテーション						
第2回	試しのゲーム						
第3回	基礎技能練習1 ボールコントロール(直上パス・2人1組によるパス)・簡易ゲーム						
第4回	基礎技能練習2 ボールコントロール(3人1組によるパス)・簡易ゲーム						
第5回	基礎技能練習3 ボールコントロール(対人パス)・簡易ゲーム						
第6回	基礎技能練習4 ボールコントロール(円陣パス・3人レシーブ)・簡易ゲーム						
第7回	基礎技能練習5 スパイク・簡易ゲーム						
第8回	基礎技能練習6 サーブ(アンダー・オーバーハンドサーブ)・簡易ゲーム						
第9回	基礎技能練習6 サーブレシーブ・レシーブ・簡易ゲーム						
第10回	個人技能練習・チーム練習1 戦術練習(速攻および遅攻)						
第11回	個人技能練習・チーム練習2 戦術練習(サーブレシーブ)						
第12回	個人技能練習・チーム練習3 戦術練習(スパイクレシーブ)						
第13回	個人技能練習・リーグ戦1						
第14回	個人技能練習・リーグ戦2						
第15回	総括						
評価方法と基準			評価項目と割合(%)				
出席, レポート, 実技試験を総合的に判断して評価する			出席	授業態度	レポート	期末試験	その他
			20	20	20	40	
授業外学習			テキスト、教材				
			適宜紹介する				
参考書			受講生へのメッセージ				
適宜紹介する			ボールに力を伝えるためには正しい動作とタイミングが重要です。毎回の授業で試行錯誤しながらコントロール出来るようになりましょう！				
キーワード							