

| | | | | | |
|------|--|------|--------|----------|-------------|
| 科目名 | スポーツA (Physical Education A) | | | 科目コード | 137 |
| 開講学科 | 看護学科・臨床検査学科 | 選択区分 | 選択 | 単位数 (時間) | 1 単位 (30時間) |
| 科目区分 | 共通教育科目 | 履修時期 | 1 年次前期 | 関連DP | |
| 担当教員 | 浅井 英典* | | | | |
| 授業概要 | 基礎的スキルを獲得するための練習法を多く取り入れ、三段攻撃を行うなど、白熱したラリーが続き、楽しいゲームが成立することを旨とする。 | | | | |
| 授業目標 | チームスポーツであるバレーボールを取り上げ、個人の役割とチームプレーを学ぶとともに、運動することの楽しさや必要性を体験することによって、ライフスキルの獲得を目指す。 | | | | |

授業計画

| 回 | 項目・内容 |
|--------------|---|
| 1 | ガイダンス&グループ分け |
| 2 | 体づくりのためのトレーニング ウォーミングアップの方法とオーバーハンドパスについての解説、パスゲーム |
| 3 | 体づくりのためのトレーニング オーバーハンドパスとアンダーハンドパスを用いた様々な練習の実施、パスゲーム |
| 4 | 動きづくりのためのトレーニング オーバーハンドパスとアンダーハンドパスを用いた様々な練習の実施とゲーム |
| 5 | 動きづくりのためのトレーニング オーバーハンドパスとアンダーハンドパスでのチーム練習、ゲーム |
| 6 | スパイク (助走と踏み込み・空中姿勢・スイングとミート) 練習、ゲーム |
| 7 | バリエーションのあるパス練習とスパイク練習、ゲーム |
| 8～9 | サーブ練習、サーブレシーブ練習、ゲーム |
| 10 | バリエーションのあるパス練習、サーブレシーブ練習、ゲーム |
| 11 | ゲーム、チームミーティング |
| 12～15 | 実技試験、ゲームおよび授業のまとめ |
| 成績評価方法 | 受講態度および実技練習に対する取り組み (50%)、およびゲーム中のスキル到達度 (50%) により評価する。 |
| 教科書 | 使用しない。 |
| 参考図書等 | |
| 授業時間外の学習について | |
| 関連科目 | |
| 備考 | バレーボールの練習やゲームに熱心に取り組みたい人の受講を歓迎します。 |