

2006 年度

科目名 バレーボール	対象学科・学年 人間人社 2 回生	担当者 宮内 一三
授業テーマ バレーボールの技術と指導方法を習得する。		
授業の概要と目標 1, 個人的技能・集団的技能（サーブレシーブ・スパイクレシーブフォーメーション等）を理解し、それらの技能を習得する。 2, 試合の段階的な指導方法（ステップアップゲーム指導）を理解する。 3, 試合の進行法・審判法（ルールを理解等）とその運営と管理についても理解する。		
評価方法 実技テスト・受講態度・出席点で評価する。		
テキスト	著者	出版社
参考書	著者	出版社
授業スケジュール・内容 1. ガイダンス（バレーボールの起源、ルール等について） 2. 基本技術の練習（パス、スパイク、サーブ） 3. 基本技術の練習（パス、スパイク、ブロック、トス、サーブ） 4. スキルテスト（パス、スパイク、サーブ） 5. 応用技術の練習（サーブレシーブフォーメーションと三段攻撃） 6. 応用技術の練習（スパイクレシーブフォーメーションとブロック） 7. リーグ戦Ⅰ（Step1） ※ アンダーハントサーブのみ、ドリブルOK。ラリー回数無制限 8. リーグ戦Ⅰ（Step1） 9. リーグ戦Ⅱ（Step2） ※ドリブルOK。ラリー回数5回以内。 10. リーグ戦Ⅱ（Step2） 11. リーグ戦Ⅲ（Step3） ※ ラリー回数4回以内。 12. リーグ戦Ⅲ（Step3） 13. リーグ戦Ⅳ（Step4） ※正式ルール。 14. リーグ戦Ⅳ（Step4） 15. 実技テスト ＊ステップアップゲーム指導とは、簡易ルールを段階的に発展させながら、ゲームの楽しさ（ラリーが続く、スパイクが打てるなど）を理解し、かつ技術を習得することを目的とした指導法である。		