

2008 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。		