

1. Course Description

ソフトボール・野球型球技における基本的な技術を習得し、全員がゲームを楽しめることが出来るようにします。その中で技術向上やスポーツの楽しさ、身体を動かすことの喜びを感じ、生涯にわたりスポーツに親しむことが出来るように学んでいきます。また、指導者として必要な技術・戦術、ルールや安全面での留意事項、起こりやすい傷害についての知識を身につけ、正しく安全に指導が出来る力を身につけます。

2. Course Objectives

老若男女問わず誰もが気軽に楽しめるソフトボールを通して、スポーツの楽しさ、身体を動かすことの喜び、チームスポーツの中での自己の役割やコミュニケーションの重要性を感じるようになってもらいます。実技を通して、基本的技術である「投・捕・打・走」を習得し、これらをゲームの中で活かせるようにチームスポーツとしての技術・戦術も併せて学習し、競技指導できる力を身につけます。また、安全面への配慮やスポーツ傷害についての知識を身につけ、生涯にわたって楽しめるソフトボールを円滑に運営できる力も養います。

3. Grading Policy

①授業内評価(50%)、②期末の試験(50%:実技・理解度)
①、②の合計点で60点以上を合格とします。
中間アンケートの結果をもとに、全体に対するフィードバックを行います。

4. Textbook and Reference

Textbook
必要に応じて資料を配布します。

5. Requirements(Assignments)

グラウンドでの実技が中心になりますので、前以て体調をしっかりと整え、受講してください。

6. Note

用具は全て大学において準備されていますが、自分のグローブやバット等は持参可能です。
金属刃のスパイク使用は不可とします。

7. Schedule

- | | |
|------|---------------------------|
| [1] | オリエンテーション、授業展開の確認 |
| [2] | ルール、キャッチボール |
| [3] | 守備の基本:ゴロ捕球、ノック |
| [4] | 守備の基本:フライ捕球、ノック |
| [5] | 打撃の基本:トスバッティング、ティーバッティング |
| [6] | 打撃の基本:ハーフバッティング |
| [7] | 打撃の応用:コースの打ち分け、実戦形式バッティング |
| [8] | 投手の基本:コントロールの向上 |
| [9] | 守備の応用:守備フォーメーション |
| [10] | 審判法、起こりやすい傷害 |
| [11] | ゲーム1 |
| [12] | ゲーム2 |
| [13] | ゲーム3 |
| [14] | ゲーム4 |
| [15] | まとめ、テスト |