

スポーツ2

科目ナンバー 0C222
総合基礎 選択 1単位

滝澤 武

1. 授業の概要(ねらい)

授業目標を達成するためのスポーツとして、この授業ではバスケットボールを実施します。ハーフコート、オールコート、3対3、4対4、5対5などスペースや人数に変化をつけ、またドリブルあり、なしなど、ルールを工夫しながら実施していきます。授業方法は、ゲームを中心としますが、そのなかで個人技術の練習を加えるスタイルですすめます。

総合基礎科目 学修目標5に対応する科目です。

2. 授業の到達目標

- 1)元気な学生生活を送るためのスポーツプログラムの計画・実施・評価ができる
- 2)健康を推進するライフスタイルについて理解し行動できる。
- 3)スポーツ活動を通じて仲間づくりができる。
- 4)ソーシャルスキルを高めることができる。

3. 成績評価の方法および基準

実技課題80点レポート課題20点で評価します。授業の最終回に課題についてのフィードバックを全体に行います。

4. 教科書・参考文献

教科書

使用テキストはありません。資料を配布します。

5. 準備学修の内容

スポーツで体を動かすだけではなく、健康なキャンパスライフをおくるための基礎スキルを向上させましょう。健康・安全に関する講演会・講習会にも積極的に参加してください。グループ箱庭を希望する学生は申し出てください。欠席した場合は、補講日を指定しますので、かならず出席をしてください。

6. その他履修上の注意事項

7. 授業内容

- 【第1回】 どんなスポーツをすれば大学生活の質を高めることができるか。
スポーツと教養について
- 【第2回】 バスケットボール ハーフコートゲーム 3対3 グループワーク
- 【第3回】 バスケットボール ハーフコートゲーム 2対2 ドリブルシュート ワンハンドシュート
- 【第4回】 バスケットボール ハーフコートゲーム 1対1 デフェンスポジション ボール鬼
- 【第5回】 バスケットボール ハーフコートゲーム リーグ戦
- 【第6回】 バスケットボール オールコートゲーム 4対4
- 【第7回】 バスケットボール オールコートゲーム 5対5 3対3 ファーストブレイク
- 【第8回】 バスケットボール オールコートゲーム 4対4 アーリーオフense
- 【第9回】 バスケットボール オールコートゲーム 4対4 ゾーンディフェンスとその攻撃
- 【第10回】 バスケットボール オールコートゲーム 5対5 マンツウマンディフェンスとその攻撃
- 【第11回】 中間評価 シュートフォーム フリースロー連続数 ディフェンスポジション
- 【第12回】 バスケットボール大会① 運営方法
- 【第13回】 バスケットボール大会② 審判法
- 【第14回】 バスケットボール大会③ 総合
- 【第15回】 この授業で学んだこと・学ばなかったこと 授業改善への提案