

スポーツ2

科目ナンバー 0C222
総合基礎 選択 1単位

庄司 智則

1. 授業の概要(ねらい)

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. 授業の到達目標

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. 成績評価の方法および基準

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. 教科書・参考文献

教科書
必要に応じて資料を配布します。

5. 準備学修の内容

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. その他履修上の注意事項

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. 授業内容

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