

年度 2007 学期 前・後期	曜日・校時 時間割参照	必修選択 必修	単位数 1
授業科目/(英語名)	スポーツ演習(バレーボール・卓球) Seminar of Sports and Exercise		
対象年次 1年次	講義形態 演習	教室	
対象学生(クラス等) 1年の各指定クラス	科目分類 健康・スポーツ科学科目		
担当教員(科目責任者) / Eメールアドレス/研究室/TEL/オフィスマワー 担当教員: 諏訪雅貴 / Eメールアドレス: suwa-m@students.ihs.kyushu-u.ac.jp / 研究室: 総合体育館体育教員室 / オフィスマワー: 木曜日の昼休み時間中			
担当教員(オムニバス科目等)			
<p>授業のねらい/授業方法(学習指導法)/授業到達目標</p> <p>授業のねらい: 身体運動の効果や実践方法またはスポーツの文化、ルール、技術を習得し、生涯にわたって身体運動やスポーツに親しむことのできる基礎知識や技能を習得することをねらいとする。</p> <p>授業方法: 球技スポーツ(バレーボール、卓球)を題材とし、さらにストレッチ法などを学びながらスポーツ活動への参加や身体を動かすことの楽しさを実感すると同時に、コミュニケーションスキルを高める。さらに、今後の生活における身体活動の重要性を理解する。バレーボール、卓球とも、授業の前半では主にチーム毎、またはペアを作り基礎・応用練習を行い、後半はゲーム中心となる。</p> <p>授業到達目標:</p> <p>バレーボール: チーム内の役割分担が決まり、各自の技術に応じてパスなどの連携がスムーズに行われるようになる。</p> <p>卓球: フォアハンド・バックハンドのシングに慣れ、トップスピン、バックスピンの球への対応ができる。</p> <p>その他: スポーツのルールを知る。他者とのコミュニケーションに慣れる。スポーツ中の身体活動量を実感する。</p>			
<p>授業内容(概要) / 授業内容(毎週毎の授業内容を含む)</p> <p>授業内容(概要)</p> <p>毎回ストレッチ等の準備運動を十分に行ってから実技に入る。バレーボールでは、まず基本技術をペア内で練習し、次にチーム内での連携のために必要な技術を習得しゲームにつなげる。卓球では、素振りやペアでのラリーにより、様々なシングやボールの回転に対応できるようにする。その後、技術レベルに応じてゲーム(シングルス、ダブルス)を行う。また、授業中の身体活動量を計測し、身体運動が生活習慣病予防をはじめとして健康の保持増進に役立つことを理解する。</p> <p>第1回 オリエンテーション 第2回 「バレーボール」オーバーハンド、アンダーハンド等の練習、ミニゲーム 第3回 「バレーボール」サーブ、パス等の練習、ミニゲーム 第4回 「バレーボール」パス等の応用練習、ミニゲーム 第5回 「バレーボール」ゲーム1 第6回 「バレーボール」ゲーム2 第7回 「バレーボール」ゲーム3 第8回 「バレーボール」ゲーム4 第9回 「卓球」各種シングの基本練習 第10回 「卓球」ボールの回転とシングの理解、サーブ練習。 第11回 「卓球」シングルスゲームのルールの理解、ゲーム(シングルス)1 第12回 「卓球」ゲーム(シングルス)2 第13回 「卓球」ダブルスゲームのルールの理解、ゲーム(ダブルス)1 第14回 「卓球」ゲーム(ダブルス)2 第15回 定期試験</p> <p>対象クラス: 木2 M13 及び K25・26、 木3 M14 及び Tc~f、 木4 M15 及び Tg~j</p>			
キーワード			
教科書・教材・参考書	教科書等はないが、怪我等の防止のため運動を行いやすい服装および体育館シューズを着用すること。		
成績評価の方法・基準等	授業に対する積極的な参加態度(60%)。定期試験の結果(40%)。ゲーム結果や技術上達度をプラス評価する。		
受講要件(履修条件)			
本科目の位置づけ / 学習・教育目標			
備考(準備学習等)			