

体育実技A(バスケットボール) 1 単位(春学期)

体育実技A(バスケットボール) 1 単位(秋学期)

春学期・秋学期: 火1/火2/火3/金1/金2/金3

加藤 大仁

授業の目的:

バスケットボールを通じて基礎体力の向上を図ると同時に、基本的な技術・戦術の理解・習得を目標とする。初級者から経験者まで、あらゆるレベルの学生の履修を認めるが、主として体育の授業以外ではバスケットボールに取り組んだことのない学生を念頭においた授業内容となっている。

授業の計画:

- 1 ガイダンス
- 2 パス、ドリブル、シュートの基本練習
アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ゲーム(3対3~5対5)
- 3 パス、ドリブル、シュートの基本練習
アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ゲーム(3対3~5対5)
- 4 パス、ドリブル、シュートの基本練習
アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ゲーム(3対3~5対5)
- 5 パス、ドリブル、シュートの基本練習
アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ゲーム(3対3~5対5)
- 6 アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ディフェンスの基本練習 ゲーム(4対4~5対5)
- 7 アウトサイド/インサイドでの基本的な動きの練習
ディフェンスの基本練習 ゲーム(4対4~5対5)
- 8 2人ないし3人でのコンビネーションプレー
ディフェンスの基本練習 ゲーム(4対4~5対5)
- 9 2人ないし3人でのコンビネーションプレー
速攻の基本練習 ゲーム(5対5)
- 10 2人ないし3人でのコンビネーションプレー
速攻の基本練習 ゲーム(5対5)
- 11 2人ないし3人でのコンビネーションプレー
速攻の基本練習 ゲーム(5対5)
- 12 リーグ戦 I-①
- 13 リーグ戦 I-②
- 14 リーグ戦 II-①
- 15 リーグ戦 II-②

成績評価方法:

出席(60%)、態度(20%)、理解(20%)の項目を点数化し、その合計点で評価する。各項目の具体的内容については科目ガイダンス時に説明する。

実施場所:

日吉記念館

担当教員から履修者へのコメント:

- ・受講希望者は、必ず科目ガイダンスに出席し、授業方針を理解・納得したうえで履修すること。尚、秋学期分の説明も春学期ガイダンス時に行う(同一内容)。
- ・経験者の履修も認めるが、初心者に配慮してプレーすること。
- ・ボールは男子用(7号サイズ)と女子用(6号サイズ)を併用する。