

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅰ－バレーボール		授業形態	講義・実技		授業科目区分		専攻科目 (専修科目)	
担当教員名	濱田 幸二・坂中 美郷					補助担当者名			
単位数	6 単位		履修年次	1年次		受け入れ人数		15名程度	
授業の概要	1. バレーボールの起源・歴史についても知見を広める。 2. 種類の技術の組み合わせによる連続（複合）練習により、基礎技術をマスターする。 3. 各種の試合局面に応じた戦術トレーニングにより、基礎戦術をマスターする。 4. ソフトバレーやビーチバレー、インドア6人制及び3人制の基礎ゲームをマスターする。								
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標		成績評価の方法				定期 試験	その他	割合 ％
			授業期間						
			授業	テスト	レポート	発表			
	■認知的領域	複合練習の方法論を理解する。	○	○	○	○			20
	■情意的領域	「積極さ」をトレーニングに生かすことが出来る。	○						20
■技能的領域	基礎技術や基礎戦術を身に付けゲームが出来る。	○	○	○		○		60	
成績評価の基準	基礎技術、基礎戦術、基礎ゲームを身につけること。								
テキスト、教材 参 考 書	Volley chronicle（バレーボール年代記） タブレットを必ず持参すること								
履修条件・ 関連科目			備考(教員メッセージ含む)		本講義では、学生への教育的効果を高めるために、授業実施の様子をビデオカメラ等で撮影することがあります。 なお、撮影した映像は、原則として学内での教育・研究活動にのみ使用します。				
オフィス・アワー	随時 808教員室（濱田）・601教員室（坂中）・球技体育館準備室								
授業計画									
回	担当教員名		授業内容				授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)		
前1	濱田 幸二 坂中 美郷		基礎技術 セット&アタック				レポート		
前2	〃		基礎技術 アタック&ブロック、ブロック&レシーブ				レポート		
前3	〃		基礎技術 サーブ&レセプション				レポート		
前4	〃		「競技力を向上する会」に参加				レポート		
前5	〃		基礎技術 レシーブ&セット				レポート		
前6	〃		基礎戦術 レセプションから速攻				レポート		
前7	〃		基礎戦術 レセプションから遅攻				レポート		
前8	〃		基礎戦術 カウンターアタック 速攻				レポート		
前9	〃		基礎戦術 カウンターアタック 遅攻				レポート		
前10	〃		基礎戦術 サーブからマッチアップス				レポート		
前11	〃		基礎ゲーム 6人制バレー 技術と戦術 ウォッシュドリル				レポート		
前12	〃		コーチング実習				レポート		
前13	〃		基礎ゲーム 6人制バレー 技術と戦術 ウォッシュドリル				レポート		
前14	〃		基礎ゲーム 6人制バレー 審判と運営				レポート		
前15	〃		基礎ゲーム 6人制バレー 審判と運営				レポート		
前16	〃		学期末試験						
後1	〃		基礎ゲーム ビーチバレー 技術と戦術 ウォッシュドリル				レポート		
後2	〃		基礎ゲーム ビーチバレー 審判と運営				レポート		
後3	〃		基礎ゲーム ソフトバレー 技術と戦術 ウォッシュドリル				レポート		
後4	〃		基礎ゲーム ソフトバレー 審判と運営				レポート		
後5	〃		基礎ゲーム インドア3人制 技術と戦術 ウォッシュドリル				レポート		
後6	〃		基礎技術 セット&アタック 複合練習				レポート		
後7	〃		基礎技術 アタック&ブロック 複合練習				レポート		
後8	〃		基礎技術 ブロック&レシーブ 複合練習				レポート		
後9	〃		基礎技術 サーブ&レセプション 複合練習				レポート		
後10	〃		基礎技術 レシーブ&セット 複合練習				レポート		
後11	〃		基礎技術 レシーブ&セット&アタック&ブロック 複合総合練習				レポート		
後12	〃		コーチング実習				レポート		
後13	〃		基礎戦術 レセプションから速攻 意思決定				レポート		
後14	〃		基礎戦術 カウンターアタック 遅攻 サポート				レポート		
後15	〃		基礎戦術 カウンターアタック 速効 意思決定				レポート		
後16	〃		学期末試験						

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅱ－バレーボール		授業形態	講義・実技		授業科目区分		専攻科目 (専修科目)		
担当教員名	濱田 幸二・坂中 美郷					補助担当者名				
単位数	6 単位		履修年次	2年次		受け入れ人数		15名程度		
授業の概要	1、競技規則の理解と審判実習を行い、審判活動を身に付ける。 2、競技運営の準備と運営に関するコンテンツと事例を学習し、総合的な競技会の運営法を総合的に身に付ける。									
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標			成績評価の方法				定期 試験	その他	割合 ％
				授業期間						
		授業	テスト	レポート	発表					
	■認知的領域	ルールを理解することが出来る。 大会運営（競技規則を理解出来）が出来る。	○	○	○	○			20	
	■情意的領域	「積極さ」と「謙虚さ」を審判活動に生かす ことが出来る。	○						20	
■技能的領域	審判活動を実践できる。	○	○	○		○		60		
成績評価の基準	審判活動内容を評価基準表により採点し可否で判定する。競技運営能力は専門的知識を身に付ける。									
テキスト、教材 参 考 書	最新版「JVAルールブック」 Volley chronicle（バレーボール年代記） タブレットを必ず持参すること 随時 資料を配布									
履修条件・ 関連科目	競技スポーツ論・実習Ⅰ（バレーボール）		備考(教員メッ セージ含む)		本講義では、学生への教育的効果を高めるために、授業 実施の様子をビデオカメラ等で撮影することがあります。 なお、撮影した映像は、原則として学内での教育・研究活 動にのみ使用します。					
オフィス・アワー	随時 808教員室（濱田）・601教員室（坂中）・球技体育館準備室									
授業計画										
回	担当教員名	授業内容				授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)				
前1	濱田 幸二 坂中 美郷	審判トレーニング 吹笛のバリエーション				レポート				
前2	〃	審判トレーニング ハンドシグナル 1st・2ndレフリー編				レポート				
前3	〃	審判トレーニング ハンドシグナル 線審編、記録員の責務				レポート				
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加				レポート				
前5	〃	審判トレーニング プレーの構造				レポート				
前6	〃	審判トレーニング プレー上の動作				レポート				
前7	〃	審判トレーニング 中断と遅延				レポート				
前8	〃	審判トレーニング 不法な行為と罰則				レポート				
前9	〃	審判トレーニング 主審の責務				レポート				
前10	〃	審判トレーニング 副審の責務				レポート				
前11	〃	審判トレーニング 線審・記録員の責務				レポート				
前12	〃	コーチング実習				レポート				
前13	〃	審判トレーニング 審判団のコミュニケーション				レポート				
前14	〃	審判トレーニング プロトコール				レポート				
前15	〃	審判トレーニング ネット際のプレー				レポート				
前16	〃	学期末試験								
後1	〃	競技運営トレーニング 競技形式のバリエーション				レポート				
後2	〃	競技運営トレーニング 競技場の規格と設営				レポート				
後3	〃	競技運営トレーニング 競技手続と日程 リーグ戦・トーナメント戦				レポート				
後4	〃	競技運営トレーニング 組合抽選・対戦カード決定の方式				レポート				
後5	〃	競技運営トレーニング 運営役員組織と会議				レポート				
後6	〃	競技運営トレーニング 補助役員 ボールコレクター・点示・JVIS				レポート				
後7	〃	競技運営トレーニング 運営マニュアルの作成				レポート				
後8	〃	競技運営トレーニング 物品チェックとタイムテーブル				レポート				
後9	〃	競技運営トレーニング 出場資格とドーピングチェック				レポート				
後10	〃	競技運営トレーニング 用具（ネット・ボール等）の規格とチェック				レポート				
後11	〃	競技運営トレーニング 大会プログラムの編成				レポート				
後12	〃	コーチング実習				レポート				
後13	〃	競技運営トレーニング リハーサル大会の準備				レポート				

後14	〃	競技運営トレーニング 総合実習の準備、実施	レポート
後15	〃	競技運営トレーニング 総合実習の実施、自己評価反省	レポート
後16	〃	学期末試験	

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅲ－バレーボール		授業形態	講義・実技		授業科目区分	専攻科目 (専修科目)	
担当教員名	濱田 幸二・坂中 美郷					補助担当者名		
単位数	6 単位		履修年次	3年次		受け入れ人数	15名程度	
授業の概要	1、バレーボールの技術ドリルプランニングやコーチングスキルの実習により、中級レベルの技術コーチングを身に付ける。 2、バレーボールの戦術トレーニング実習により、中級レベルの戦術コーチングを身に付ける。 3、体力トレーニングの処方とプランニング実習により、中級レベルの体力養成法及び評価法を身に付ける。							
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標		成績評価の方法				割合 ％	
			授業期間					
	授業	テスト	レポート	発表	定期 試験	その他		
	■認知的領域	バレーボール競技に関する体力トレーニングの専門知識を身に付ける。	○		○		○	20
	■情意的領域	積極的に率先垂範できる。	○		○	○		20
■技能的領域	技術・戦術・体力トレーニングの処方が出来る。	○		○		○	60	
成績評価の基準	技術コーチング、戦術コーチング、体力養成法をバランス良く習得すること。							
テキスト、教材 参 考 書	Volley chronicle (バレーボール年代記) タブレットを必ず持参すること							
履修条件・ 関連科目	競技スポーツ論・実習Ⅰ、Ⅱ (バレーボール)		備考(教員メッセージ含む)		本講義では、学生への教育的効果を高めるために、授業実施の様子をビデオカメラ等で撮影することがあります。 なお、撮影した映像は、原則として学内での教育・研究活動にのみ使用します。			
オフィス・アワー	随時 808教員室 (濱田) ・601教員室 (坂中) ・球技体育館準備室							
授業計画								
回	担当教員名	授業内容				授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)		
前1	濱田 幸二 坂中 美郷	技術のコーチング セッティングドリルとコーチングスキル				レポート		
前2	〃	技術のコーチング アタックドリルの展開				レポート		
前3	〃	技術のコーチング アタックのコーチングスキル				レポート		
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加				レポート		
前5	〃	技術のコーチング ブロックドリルの展開、ブロックのコーチングスキル				レポート		
前6	〃	技術のコーチング レセプションドリルの展開				レポート		
前7	〃	技術のコーチング レセプションのコーチングスキル				レポート		
前8	〃	技術のコーチング フロアdefense ドリルの展開				レポート		
前9	〃	技術のコーチング フロアdefense のコーチングスキル				レポート		
前10	〃	技術のコーチング サーブドリルとコーチングスキル				レポート		
前11	〃	戦術のコーチング レセプションから1st・2ndテンポの習熟				レポート		
前12	〃	コーチング実習				レポート		
前13	〃	戦術のコーチング レセプションからディープコートセットの習熟				レポート		
前14	〃	戦術のコーチング レセプションからバックアタックの習熟				レポート		
前15	〃	戦術のコーチング レセプションからコンビネーション攻撃の習熟				レポート		
前16	〃	学期末試験						
後1	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃 (ディグから1stテンポ攻撃) の習熟				レポート		
後2	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃 (ディグからコンビネーション攻撃) の習熟				レポート		
後3	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃 (ディグからディープコートセット攻撃) の習熟				レポート		
後4	〃	戦術のコーチング サーブ ターゲット法の習熟				レポート		
後5	〃	戦術のコーチング サーブ 強打法の習熟				レポート		
後6	〃	体力トレーニングの処方とプラン ウォーミングup&クールdown				レポート		
後7	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレングス 体幹				レポート		
後8	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレングス 上肢				レポート		
後9	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレングス 下肢				レポート		
後10	〃	体力トレーニングの処方とプラン ミドルパワー				レポート		
後11	〃	体力トレーニングの処方とプラン ハイパワー、プライオメトリックス				レポート		
後12	〃	コーチング実習				レポート		
後13	〃	体力トレーニングの処方とプラン スピード&アジリティーのコーディネーション、				レポート		

後14	〃	体力トレーニングの処方とプラン エンデュアランス	レポート
後15	〃	体力トレーニングの処方とプラン スタミナ	レポート
後16	〃	学期末試験	

授業科目名	競技スポーツ論・実習Ⅳ－バレーボール		授業形態	講義・実技		授業科目区分		専攻科目 (専修科目)	
担当教員名	濱田 幸二・坂中 美郷					補助担当者名			
単位数	6 単位		履修年次	4年次		受け入れ人数		15名程度	
授業の概要	1、バレーボールの技術ドリルプランニングやコーチングスキルの実習により、上級レベルの技術コーチングを身に付ける。 2、バレーボールの戦術トレーニング実習により、上級レベルの戦術コーチングを身に付ける。 3、体力トレーニングの処方とプランニング実習により、上級レベルの体力養成法及び評価法を身に付ける。 4、コーチングを客観的に評価する能力を身に付ける。								
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標			成績評価の方法					
				授業期間				定期 試験	その他
	授業	テスト	レポート	発表					
	■認知的領域	バレーボール競技に関しての体力トレーニングの専門知識（上級）を身に付ける。	○		○		○		20
	■情意的領域	上級者に対して率先垂範できる。	○		○	○			20
■技能的領域	技術・戦術・体力トレーニングの処方が上級者に対して出来る。	○		○		○		60	
成績評価の基準	技術コーチング、戦術コーチング、体力養成法を専門的に習得すること。								
テキスト、教材 参 考 書	Volley chronicle（バレーボール年代記） タブレットを必ず持参すること								
履修条件・ 関連科目	競技スポーツ論・実習Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ（バレーボール）			備考(教員メッセージ含む)		本講義では、学生への教育的効果を高めるために、授業実施の様子をビデオカメラ等で撮影することがあります。 なお、撮影した映像は、原則として学内での教育・研究活動にのみ使用します。			
オフィス・アワー	随時 808教員室（濱田）・601教員室（坂中）・球技体育館準備室								
授業計画									
回	担当教員名	授業内容				授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)			
前1	濱田 幸二 坂中 美郷	技術のコーチング セットイングドリルとコーチングスキル				レポート			
前2	〃	技術のコーチング アタックドリルの展開、アタックのコーチングスキル				レポート			
前3	〃	技術のコーチング ブロックドリルの展開				レポート			
前4	〃	「競技力を向上する会」に参加				レポート			
前5	〃	技術のコーチング ブロックのコーチングスキル				レポート			
前6	〃	技術のコーチング レセプションドリルの展開				レポート			
前7	〃	技術のコーチング レセプションのコーチングスキル				レポート			
前8	〃	技術のコーチング フロアdefense ドリルのスキル				レポート			
前9	〃	技術のコーチング フロアdefense のコーチングスキル				レポート			
前10	〃	技術のコーチング サーブドリルとコーチングスキル				レポート			
前11	〃	戦術のコーチング レセプションから1st、2ndテンポの習熟				レポート			
前12	〃	コーチング実習				レポート			
前13	〃	戦術のコーチング レセプションからディープコートセットの習熟				レポート			
前14	〃	戦術のコーチング レセプションからバックアタックの習熟				レポート			
前15	〃	戦術のコーチング レセプションからコンビネーション攻撃の習熟				レポート			
前16	〃	学期末試験							
後1	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃（ディグから1stテンポ攻撃）の習熟				レポート			
後2	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃（ディグからコンビネーション攻撃）の習熟				レポート			
後3	〃	戦術のコーチング トランディション攻撃（ディグからディープコートセット攻撃）の習熟				レポート			
後4	〃	戦術のコーチング サーブ ターゲット法の習熟				レポート			
後5	〃	戦術のコーチング サーブ 強打法の習熟				レポート			
後6	〃	体力トレーニングの処方とプラン ウォーミングup&クールdown				レポート			
後7	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレngthス 体幹				レポート			
後8	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレngthス 上肢				レポート			
後9	〃	体力トレーニングの処方とプラン ストレngthス 下肢				レポート			
後10	〃	体力トレーニングの処方とプラン ミドルパワー				レポート			
後11	〃	体力トレーニングの処方とプラン ハイパワー、プライオメトリックス				レポート			
後12	〃	コーチング実習				レポート			
後13	〃	体力トレーニングの処方とプラン スピード&アジリティーのコーディネーション				レポート			

後14	〃	体力トレーニングの処方とプラン エンデュアランス	レポート
後15	〃	体力トレーニングの処方とプラン スタミナ	レポート
後16	〃	学期末試験	