

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                    |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|-------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|
| 時間割コード           | G2B60517                                                                                                                                                                                                                                           |      | 開講年度   | 2026  |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| 授業題目             | バレーボール                                                                                                                                                                                                                                             |      |        |       |        | 担当教員                                                                                                                                                                                                                                          | 堤 裕美  |   |
| 英文授業名            | Volley ball                                                                                                                                                                                                                                        |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               | 速水 達也 |   |
| 単位数              | 1                                                                                                                                                                                                                                                  | 講義期間 | 前期(集中) | 曜日・時限 | 集中・不定期 |                                                                                                                                                                                                                                               | 対象学生  | 全 |
| 講義室              | 共通教育第1体育館                                                                                                                                                                                                                                          |      |        | 授業形態  | 実技     | 遠隔授業科目                                                                                                                                                                                                                                        | 備考    |   |
| 信大コンピテンシー        | 非該当                                                                                                                                                                                                                                                |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (1)授業の達成目標       | 授業で得られる「学位授与の方針」要素                                                                                                                                                                                                                                 |      |        |       |        | 【授業の達成目標】                                                                                                                                                                                                                                     |       |   |
|                  | 大学DP<br>持続可能な社会を実現するための課題に取り組む力                                                                                                                                                                                                                    |      |        |       |        | 学校体育、地域スポーツにおいてバレーボールは実施頻度が高いスポーツです。バレーボールに関する専門知識と技術を習得し、運動技能の向上を実現することができます。また、チームスポーツの特徴を経験することで、リーダーシップやコミュニケーション能力が向上します。<br>チームとして楽しくゲームが出来る様になること。それにはチームの意思統一された「まとまりとコミュニケーション」が何よりも大切となる。そして勝負へのこだわりがチームがまとまり仲間意識が芽生える。このことを大切にしたい。 |       |   |
| (2)授業で学べる「テーマ」   | 健康長寿                                                                                                                                                                                                                                               |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (3)全学横断特別教育プログラム |                                                                                                                                                                                                                                                    |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (4)授業の概要         | 本授業は、夏季休業中に集中授業形式で実施する。<br>ボールコントロールからスタートし基礎技術のコツをつかみながら応用技術を加えチームを作り、学生が主体となりコンビネーションやフォーメーションを決める。男子は6人制中心に女子はソフトバレーボールを中心にゲームを楽しむ。                                                                                                             |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (5)授業のキーワード      | ルールを守り「明るく・楽しく・元気良く」                                                                                                                                                                                                                               |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (6)授業計画          | <div>・9月8日および9日 2限-4限<br/>第1回-第8回<br/>バレーボール基礎<br/>第4回および第8回分はオンライン</div> <div>・9月14日 2限-4限<br/>第9回-第12回<br/>総合応用（コンビネーション）<br/>第12回分はオンライン</div> <div>・9月15日 2限-4限<br/>第13回-第15回<br/>応用編・ミニゲーム</div> <div>・9月17日4限<br/>第16回<br/>まとめ・授業アンケート</div> |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (7)成績評価の方法       | 授業への積極的な取り組み40%<br>習得技術30%<br>チームの一員としてのコミュニケーション能力及び倫理観と社会性30%                                                                                                                                                                                    |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (8)成績評価の基準       | 授業への積極的な取り組み40点<br>習得技術30点<br>チームの一員としてのコミュニケーション能力及び倫理観と社会性30点<br><br>以上の合計得点を<br>60点以上70点未満を「水準にある」<br>70点以上80点未満を「やや上にある」<br>80点以上90点未満を「かなり上にある」<br>90点以上を「卓越している」<br>として評価する。                                                                 |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (9)事前事後学習の内容     | <div>・バレーボールの経験の有無は不問であるが基本的なルールは事前学習すること。</div> <div>・バレーボール大会の観戦(世界選手権・W-cup・Vリーグetc)ローカル大会でも良しとする。</div><br>この授業は45時間の学修を必要とする内容です。従って、15時間以上の時間外学習が必要となります。                                                                                    |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (10)履修上の注意       | スポーツの出来る服装(上履・トレーニングウェア)<br>用具の準備・片付けを積極的にすること。<br>毎日の体力づくりに努力すること。                                                                                                                                                                                |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |
| (11)質問,相談への対応    | 授業実施前後<br>第一体育館研究室                                                                                                                                                                                                                                 |      |        |       |        |                                                                                                                                                                                                                                               |       |   |

|                       |                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (12)授業への出席            | 毎授業、点呼によって確認します。授業は全ての回に出席することを前提としますが、「信州大学における授業の出席に関する要項」第4に規定する「学修の補充の対象とする事由」で欠席した場合を含めて、5回までは配慮をします。欠席回数が6回以上の場合は、設定した授業目標に到達できないため、単位認定ができません。長期の入院等で長期間授業に参加できない場合は、授業担当教員に申し出てください。 |
| (13)授業に出席できない場合の学修の補充 | 「学修の補充の対象とする事由」により欠席となり、然るべき過程を経て担当教員へ連絡が来た場合に限り、都度状況に応じた課題を課し取り組むことで当該回の取り組みを評価します。                                                                                                         |
| 【教科書】                 | なし                                                                                                                                                                                           |
| 【参考書】                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール1000入魂 日本文化出版株式会社出版</li> <li>・6人制バレーボールルールブック @800 (公財)日本バレーボール協会出版</li> <li>・ソフトバレーボールルールブック @500 (公財)日本バレーボール協会出版</li> </ul>                 |