

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------|--------|----------------|--------------|-------------------------------|------------|
| 科目ナンバリング                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                | U-LAS41 10002 PJ49 |        |                |              |                               |            |
| 授業科目名<br><英訳>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | スポーツ実習ⅠB [バスケットボール]<br>Sports I B [Basketball] |                    |        | 担当者所属<br>職名・氏名 | 非常勤講師 兵頭 勇太郎 |                               |            |
| 群                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 健康・スポーツ科目群                                     |                    | 分野(分類) | スポーツ実習         |              | 使用言語                          | 日本語        |
| 旧群                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | D群                                             | 単位数                | 1単位    | 週コマ数           | 1コマ          | 授業形態                          | 実習（対面授業科目） |
| 開講年度・<br>開講期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2026・後期                                        |                    | 曜時限    | 金1/金2          |              | 配当学年                          | 全回生        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                    |        |                |              | 対象学生                          | 全学向        |
| [授業の概要・目的]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
| <p>初心者から経験者まで幅広く対応できるよう、基本技術の習得と実践的な応用を段階的に進めていきます。授業の前半では、ドリブル、パス、シュートなどの個人技術を練習し、後半ではそれらを活用した戦術やゲーム感覚を養います。また、戦術理解やルールの学習を通じて、実践的な試合形式におけるチームプレイの重要性を学びます。また、健康的な身体作りのために、さまざまな道具や身体の動きを取り入れてコーディネーション能力の向上も図ります。競技の技術面だけでなく、スポーツを通じたコミュニケーション能力や問題解決能力の向上も目指します。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
| [到達目標]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボールの基本的なルールを理解できる。</li> <li>・個人技術・チーム戦術について学び、ゲームに応じた適切な場面で実践できる。</li> <li>・チームの一員として、円滑なコミュニケーションを図り、協力して目標達成に取り組む能力を養う。</li> <li>・スポーツ活動を通じて、心身のリフレッシュや身体作りの重要性を体験し理解する。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
| [授業計画と内容]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
| <p>第1回：オリエンテーション<br/>           授業の目的、進め方の説明<br/>           バスケットボールの基本的なルール等の解説<br/>           簡単なウォーミングアップとストレッチ、コーディネーションなど<br/>           ボールに慣れるための基礎的なボールハンドリング練習<br/>           自己紹介など</p> <p>第2回～第7回：バスケットボール基礎技術の習得<br/>           ドリブル：基本姿勢、ボールコントロール、チェンジ・オブ・ペース等<br/>           パス：チェストパス、バウンズパス、オーバーヘッドパス、片手パス等<br/>           シュート：セットシュート、レイアップシュート（左右）、ジャンプシュート等</p> <p>第8回～第9回：オフENSE<br/>           数的優位（アウトナンバー）の理解と活用（2対1、3対2など）<br/>           フリー（ノーマーク）を作るための空間利用（スペーシング）<br/>           速攻（ファストブレイク）の基礎とパス連携による展開</p> <p>第10回～第12回：実践練習と戦術理解<br/>           2対2、3対3など、少人数での連携練習<br/>           基本的なオフENSE戦術の導入と実践<br/>           学んだ技術・戦術を活かしたミニゲーム形式での練習<br/>           ゲーム中の判断力、コミュニケーション能力の向上</p> |                                                |                    |        |                |              |                               |            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                    |        |                |              | スポーツ実習ⅠB [バスケットボール] (2)へ続く↓↓↓ |            |

スポーツ実習ⅠB [バスケットボール](2)

第13回～第14回：応用ゲームと特別ルールによる実践

通常のゲーム形式に加え、認知課題や制約を取り入れた「条件付きゲーム」の実施  
多様なルール（得点変動制、役割設定など）下での戦略立案とチーム連携

第15回：フィードバック

【履修要件】

特になし

【成績評価の方法・観点】

出席状況および授業に対する積極的な学習態度等を総合的に評価する。詳細は初回授業の時に説明する。

【教科書】

使用しない

【授業外学修（予習・復習）等】

バスケットボールやコーディネーション運動を通じて運動を楽しむ習慣を身につけることを期待しています。この授業で身体や脳を健康にし、日々の心身の変化を感じ取るよう心がけてください。

【その他（オフィスアワー等）】

【主要授業科目（学部・学科名）】