

科目名	テニス演習 2						年度	2026	
英語科目名	Tennis Instructor Seminar 2						学期	後期	
学科・学年	スポーツ健康学科 テニスコース 1年次	必/選	選	時間数	180	単位数	12	種別※	演習
担当教員	鷺田、和田、柳田	教員の実務経験		有	実務経験の職種		日本テニス協会公認S級エリートコーチ/プロテニスプレイヤー/日本スポーツ協会公認テニスコーチ4		

【科目の目的】
 テニスの特性について理解し、基本の3ショットを応用した戦術を学びます。

【科目の概要】
 基本の3ショットを応用した雁行陣やセンターセオリーについて学びます。

【到達目標】
 A. 基本の3ショットにおいて適切なスピード、回転、高さをコントロールして打つことができる B. ダブルスの雁行陣において適切なポジションと役割を理解し、得点する・得点を防ぐことができる C. シングルスにおいてセンターセオリーを理解し、得点する・得点を防ぐことができる

【授業の注意点】
 遅刻・欠席の場合は授業開始までに連絡をすること。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができない。

評価基準＝ルーブリック					
ルーブリック評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力
到達目標A	基本の3ショットにおいて適切なスピード、回転、高さをコントロールして打つことができる		基本の3ショットにおいて適切なスピード、回転、高さをコントロールして打つことができる程度できる		基本の3ショットにおいて適切なスピード、回転、高さをコントロールして打つことがあまり上手くない
到達目標B	ダブルスの雁行陣において適切なポジションと役割を理解し、得点する・得点を防ぐことができる		ダブルスの雁行陣において適切なポジションと役割を理解し、得点する・得点を防ぐことができる程度できる		ダブルスの雁行陣において適切なポジションと役割を理解し、得点する・得点を防ぐことがあまり上手くない
到達目標C	シングルスにおいてセンターセオリーを理解し、得点する・得点を防ぐことができる		シングルスにおいてセンターセオリーを理解し、得点する・得点を防ぐことができる程度できる		シングルスにおいてセンターセオリーを理解し、得点する・得点を防ぐことがあまり上手くない
到達目標D					
到達目標E					

【教科書】
 テニス指導教本1・2

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】
 試験と課題を総合的に評価します。積極的な授業参加度、授業態度によって評価します。

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		テニス演習2			年度	2026
英語表記		Tennis Instructor Seminar 2			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	ストロークの矯正・強化	ストロークにおける現状の課題を矯正・強化する	1 現状の課題を確認	ストロークにおける現状の課題を理解できる	2	
			2 フィード練習	フィード練習で矯正・強化をする		
			3 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
2	ストロークの矯正・強化	ストロークにおける現状の課題を矯正・強化する	1 フィード練習	フィード練習で矯正・強化をする	2	
			2 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
3	ボレーの矯正・強化	ストロークにおける現状の課題を矯正・強化する	1 現状の課題を確認	ボレーにおける現状の課題を理解できる	2	
			2 フィード練習	フィード練習で矯正・強化をする		
			3 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
4	ボレーの矯正・強化	ストロークにおける現状の課題を矯正・強化する	1 フィード練習	フィード練習で矯正・強化をする	2	
			2 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
5	サーブ&レシーブの矯正・強化	ボレーにおける現状の課題を矯正・強化する	1 現状の課題を確認	サーブにおける現状の課題を理解できる	2	
			2 段階的練習	段階的練習で矯正・強化をする		
			3 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
6	サーブ&レシーブの矯正・強化	ボレーにおける現状の課題を矯正・強化する	1 フィード練習	フィード練習で矯正・強化をする	2	
			2 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
7	雁行陣について理解する	状況に合わせたポジショニングを知る(デュースサイド)	1 フィード練習	フィード練習で状況に合わせたポジショニングを理解する	2	
			2 パターン練習	パターン練習で状況に合わせたポジショニングを理解する		
8	雁行陣について理解する	状況に合わせたポジショニングを知る(アドバンテージサイド)	1 フィード練習	フィード練習で状況に合わせたポジショニングを理解する	2	
			2 パターン練習	パターン練習で状況に合わせたポジショニングを理解する		
9	雁行陣について理解する	サーブにおける現状の課題を矯正・強化する	1 現状の課題を確認	サーブにおける現状の課題を理解できる	2	
			2 段階的練習	段階的練習で矯正・強化をする		
			3 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
10	雁行陣について理解する	サーブにおける現状の課題を矯正・強化する	1 段階的練習	段階的練習で矯正・強化をする	2	
			2 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
11	レシーブの矯正・強化	レシーブにおける現状の課題を矯正・強化する	1 現状の課題を確認	レシーブにおける現状の課題を理解できる	2	
			2 段階的練習	段階的練習で矯正・強化をする		
			3 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする		
12	サーブ&レシーブの矯正・強化	サーブ&レシーブにおける現状の課題を矯正・強化する	1 ライブボール練習	ライブボール練習で矯正・強化をする	2	
			2 パターン練習	パターン練習で新たな課題の発見をする		
13	パターン練習	矯正・強化したショットをパターン練習で実践する	1 クロス展開のパターン練習	クロス展開でのポイント取得を理解する	2	
			2 ストレート展開のパターン練習	ストレート展開でのポイント取得を理解する		
			3 逆クロス展開のパターン練習	逆クロス展開でのポイント取得を理解する		
14	パターン練習	矯正・強化したショットをパターン練習で実践する	1 クロス展開のパターン練習	クロス展開でのポイント取得を理解する	2	
			2 ストレート展開のパターン練習	ストレート展開でのポイント取得を理解する		
			3 逆クロス展開のパターン練習	逆クロス展開でのポイント取得を理解する		
15	ゲーム形式	ゲーム形式での実践と新たな課題の発見	1 ゲーム形式	1～14回目の内容をゲーム形式で実践する	2	
			フィードバック	ゲーム形式で発見した新たな課題の共有		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等