

球技 2

対象	1年次	開講期	後期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1	
担当教員	久松亮太			実務 経験	有	職種	プロテニスプレーヤー					

授業概要

各球技種目の特性やルールを理解しながら、基礎技術からゲームまで指導を受けながら各種目を体験します。

到達目標

本授業の目的はテニスの基礎技術の習得とテニスのルール及びマナーを知ることです。テニスプレーを楽しみながら用具への知識も深めていきましょう。

授業方法

技能の上達を図るとともに、スポーツの楽しさを理解していきます。仲間と身体活動を行なう中で、自己の体力、健康の保持・増進なども図っていきます。

成績評価方法

成績評価については、出席状況60%、授業中の参加姿勢/学習意欲（リーダーシップ、積極性、学習に対する向上努力など）40%とし、授業内における達成度・到達度を総合的に判断して行います。なお、成績評価を受けるためには、全授業の75%以上の出席が必要となります。

履修上の注意

テニスコートを使用して行うため、テニスシューズもしくは運動に適したシューズの着用を義務とします。ラケットを使用するので危険行為や指示に従わなかった場合は退席させることができます。

教科書教材

特になし

回数	授業計画
第1回	ストローク1：ストロークの基礎を理解しフィーディングの球を打つことができる。
第2回	ストローク2：短い距離で簡単なラリーができる。
第3回	ストローク3：短い距離で簡単なラリーができる。

球技 2

第 4 回	ネットプレー 1 : ボレーの基礎を理解しフィーディングの球を打つことができる。
第 5 回	ネットプレー 2 : 簡単なスマッシュを打つことができる。
第 6 回	ネットプレー 3 : ストロークとネットプレーでラリーができる。
第 7 回	サーブ 1 : ストロークとネットプレーでラリーができる。
第 8 回	サーブ 2 : サーブを安定して入れることができる。
第 9 回	サーブ 3 : サーブから簡単なポイント形式ができる。
第 10 回	復習 : ストローク、ネットプレー、サーブの復習を行うことができる。
第 11 回	模擬レッスン 1 : テニスクラブで行うような模擬レッスンを受ける。
第 12 回	模擬レッスン 2 : テニスクラブで行うような模擬レッスンを受ける。
第 13 回	模擬レッスン 3 : テニスクラブで行うような模擬レッスンを受ける。
第 14 回	マッチ 1 : ダブルスの試合を行うためのルールを理解する。
第 15 回	マッチ 2 : ダブルスの試合を行い楽しむことができる。