

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科三年制 テニスコース											
テニス演習 1											
対象	1年次	開講期	前期	区分	必	種別	実習	時間数	180	単位	6
担当教員	鷲田、久松			実務経験	有	職種	S級コーチ・プロテニスプレーヤー				
授業概要											
テニスの特性について理解し、年齢別に応じた的確な指導が行えるコーチング力と競技者に必要な技術を養います。											
到達目標											
日々の授業でコーチング及び競技者としての必要となる基礎技術の修得を目指します。その中で「学ぶ」だけでなく自分の言葉で「伝える」ことができるまで理解を深めることを到達目標とします。											
授業方法											
テニススクールで行う実践的なコーチングスキル及び競技者として必要な技術を身に付けます。同時にテニスの基本技術修得と共にピリオダイゼーションを意識した練習を行い、必要な体力、戦術を修得します。											
成績評価方法											
実技試験と授業態度にて評価します。											
履修上の注意											
理由のない遅刻や欠席は認めません。授業回数の4分の3の出席がなければ評価することができません。テニスノートを作成し授業終了後に記入する。「目標設定」をしたことに対し「現在の状況」「達成状況」「講義中のアドバイス」などを明確に記載すること。											
教科書教材											
必要に応じて資料配布。											
回数	授業計画										
第1回	オフシーズンの練習										
第2回	オフシーズンの練習										
第3回	プレシーズンの練習										

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科三年制 テニスコース

テニス演習 1

第4回	プレシーズンの練習
第5回	プレシーズンの練習
第6回	プレシーズンの練習
第7回	トップシーズンの練習
第8回	トップシーズンの練習
第9回	オフシーズンの練習
第10回	オフシーズンの練習
第11回	オフシーズンの練習
第12回	プレシーズンの練習
第13回	プレシーズンの練習
第14回	プレシーズンの練習
第15回	まとめ