

2021年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツ健康学科 テニスコース											
テニス演習 2											
対象	1 年次	開講期	後期	区分	必	種別	演習	時間数	180	単位	12
担当教員	テニスプロジェクト 鷲田		実務経験	有	職種	S級コーチ					
授業概要											
テニス演習 1 の基本をもとに、コーチング力と競技技術を高めます。											
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											
実技試験にて評価を行います。											
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 の出席がなければ単位取得できません。テニスノートを作成し授業終了後に記入します。「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」などを明確に記載してください。											
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										

2021年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科 テニスコース	
テニス演習 2	
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 1 0 回	オフシーズンの練習
第 1 1 回	オフシーズンの練習
第 1 2 回	プレシーズンの練習
第 1 3 回	プレシーズンの練習
第 1 4 回	プレシーズンの練習
第 1 5 回	まとめ