

## 2023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3

対象	2年次	開講期	前期	区分	必	種別	演習	時間数	180	単位	12
担当教員	鷲田			実務経験	有	職種	日本テニス協会公認S級エリートコーチ				

## 授業概要

テニススクールにおける実践的なコーチング技術と、競技場面において必要とされる技術力を高めます。

## 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つけます。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

実技試験にて評価します。

## 履修上の注意

理由のない遅刻や欠席は認めない。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

## テニス演習 3

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