

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

プレイヤー演習2

対象	2年次	開講期	後期	区分	選	種別	演習	時間数	60	単位	4
担当教員	和田			実務 経験	有	職種	プロテニスプレーヤー				

授業概要

競技力向上を目指し、技術・戦術のトレーニングを行います。

到達目標

選手としての基礎技術の習得、強化を目指し、JOPトーナメント（日本ランキング対象大会）及び専門学校テニス大会で活躍するために必要な心技体を身につけることを到達目標とします。

授業方法

選手活動するために必要な技術、体力、精神力を身につけるための練習を行い、JOPトーナメント（日本ランキング対象大会）及び専門学校テニス大会に出場するための準備をします。雨天時は動画や世界トッププレーヤーのデータを用いて授業を行います。

成績評価方法

最終週に実戦形式の実技試験を行い評価します。

履修上の注意

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ません。15週目には実戦形式で授業理解度に関する評価を行います。

教科書教材

特になし

回数	授業計画
第1回	目標の確認
第2回	プレシーズンの練習
第3回	プレシーズンの練習

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

プレイヤー演習 2

第4回	プレシーズンの練習
第5回	トップシーズンの練習
第6回	トップシーズンの練習
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	プレシーズンの練習
第10回	プレシーズンの練習
第11回	プレシーズンの練習
第12回	トップシーズンの練習
第13回	トップシーズンの練習
第14回	トップシーズンの練習
第15回	実技試験