

2023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	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										

2023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