

講義名	スポーツ科学演習B (レクリエーション/テニス)		
科目区分	健康スポーツ科学		
担当教員	与那覇 秀勲		
開講期・曜日・時限	前期 木曜日 4時限		
	2018年度 人間社会学部 人間健康学科 / 2018年度 人間社会学部 観光学科 / 2018年度 人間社会学部 人間社会学科 / 2018年度 経済学部 経済情報学科 / 2018年度 経済学部 経済学科 / 2018年度 商学部 マーケティング学科 / 2018年度 商学部 経営学科 / 2017年度 人間社会学部 人間健康学科 / 2017年度 人間社会学部 観光学科 / 2017年度 人間社会学部 人間社会学科 / 2017年度 経済学部 経済情報学科 / 2017年度 経済学部 経済学科 /		
履修開始年次	2年生	単位数	2
		講義コード	44043

### 主題と概要

スポーツの大衆化に伴って生涯にわたってスポーツに親しむ“生涯スポーツ”の考え方が広まっているおり、ライフステージに応じたスポーツ活動を実践することが重要とされている。  
 本授業では、生涯にわたって気軽に楽しめるレクリエーションスポーツやテニス競技の実践を通して主体性や協調性を育むとともに、楽しい時間を演出する力やコミュニケーションを促進する力を身に付けることを目的とする。

### 到達目標

1. 「健康」獲得の方法を体得できるようになる。
2. 歴史やルール、基礎技術等を理解し、生涯にわたるスポーツ実践の礎とすることができるようになる。

### 提出課題

授業中に指示する。

### 評価の基準

授業実施時間数の4回以上欠席した者は単位を認定しない。  
 授業中の評価：受講態度など.....80%  
 中間期の評価：レポート課題.....10%  
 期末期の評価：レポート提出.....10%

### 履修にあたっての注意・助言他

- ・授業には、運動に適した服装及びシューズを着用すること。
- ・テニスコートでは、テニスシューズもしくは靴底が平らな運動靴のみ着用を認める。
- ・天候によって授業計画を変更する場合がある。
- ・授業計画は学習内容をより充実させるために、受講者の技術度、習得度に応じて変更することがある。

### 教科書


### プリント資料及び参考文献

(公財)日本テニス協会「テニス指導教本Vol.」

### 授業計画

1. ガイダンス レクリエーションとは？
2. フライングディスク (ディスクゴルフ、スローランアンドキャッチ、ガッツ)
3. フライングディスク (ディスクゴルフ、アルティメット)
4. フライングディスク (アルティメット)
5. ベタンク
6. グラウンド・ゴルフ
7. ターゲット・バード・ゴルフ
8. テニスのルール説明、レポート課題について
9. ショートラリー、ストレートラリー、クロスラリー
10. ボレー&ボレー、ミニゲーム
11. サープ、ミニゲーム
12. ダブルスのフォーメーション・戦術理解、ダブルス試合
13. ダブルス試合(リーグ戦)
14. ダブルス試合(リーグ戦)
15. まとめ

### 予習・復習

授業で実施する種目について、事前学習によりルールや競技方法を調べた上で臨むこと。

### 備考
