

講義名	スポーツ科学演習B(テニス・卓球)			授業形態	
担当教員	山下 新樹	開講期・曜日・時限	前期 木曜日 2時限		
		単位数	2	履修開始年次	2年生

### 主題と概要

平均寿命の高まりとともに、健康志向が強まっている。レクリエーション・スポーツ等の多くの種目を学ぶことで、スポーツの機会に触れ、生涯スポーツとして資することを目的とし、また将来にわたって健康に生きる力を身につけることを目的とする。そのためにも、ルールをしっかりと学び、自らの手で運営できるよう主体的に行動すること。さらには、生涯スポーツとして、男女問わず学生同士が楽しく参加できる機会をしっかりと考え、楽しさを覚えることでその種目を深く知るきっかけを作り出すことを目的とする。

本科目は、集団行動を学ぶものであり、他者との意見の違いや立場の違いを理解し、協力して問題を導くことと同時に、自らの役割を果たす必要がある。また、実践学習へ取り組みにあたり、自ら目標を設定し、達成できるようにできるようにする。そのためにも、様々な情報を収集したり、周囲と協力をしたりすることなどが求められる。そして、生じた課題に対して、その原因を分析し、どのような手段を用いれば解決できるのかを考え、それに向けて行動できるようにする。

### 到達目標

1. 「健康」獲得の方法を修得できるようになる。
2. 歴史やルール、応用技術・基本戦術を理解し、説明できるようになる。
3. 応用技術・基本戦術を修得し、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

授業内容と必要に応じて授業中に指示する。

### 課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法

テニス、卓球ともにルールやスキルが習得できているかを試合のプレーを通してチェックする。

### 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：授業態度・実技点など……………80%  
 期末期の評価：レポート提出……………20%

### 履修にあたっての注意・助言他

対面授業をもとに授業計画を進行するため、実技を伴う活動が求められる。実技を通して、各自が課題をみつけ向上していくことを基本とする。よって、この授業において求められることは、「健康」の獲得と実技を通して「スポーツの場」とすることである。それらを実践するため体調を整え、向上していく姿勢が求められる。

受講の際は「トレーニングウェア（運動できる服装）」、「トレーニングシューズ」を用意すること。忘れると授業に参加できない。

授業への参加は、常に体調を整え積極的に参加すること。授業前に体調が悪いと分かっている場合は申し出ること。

大抵により、内容を変更することがある。

ネットレス、ヒップ等アブセサリは授業前に外しておくこと。

### 教科書

.使用しない。					
---------	--	--	--	--	--

### 参考図書

.なし。					
------	--	--	--	--	--

その他	授業中に適宜資料を配布する。
-----	----------------

### 授業計画

- 1回：ガイダンス  
 予習内容：シラバスで事前に授業内容を確認して講義に出席すること（90分）  
 復習内容：次回から行う内容、ルールを整理してまとめ授業内容の理解を深めること（150分）
- 2回：テニスの基礎技術のルールと説明  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 3回：テニスの基礎技術の習得（サーブ・スマッシュ・ボレー・フォアハンド・バックハンド）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 4回：テニスの実践（シングルゲーム）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 5回：テニスの実践（ダブルゲーム）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 6回：テニスの実践（ダブルゲーム）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 7回：テニスの実践（ダブルゲーム）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 8回：テニスの実践（ダブルゲーム）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した打ち方の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 9回：卓球のルールと基礎技術の説明  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 10回：卓球の基礎（シングルス）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 11回：卓球の基礎（ダブルス）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 12回：卓球の実践（ダブルス）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 13回：卓球の実践（ダブルス）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 14回：卓球の実践（ダブルス）  
 予習内容：授業で行う種目のルール、打ち方、用語などを事前に確認して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の内容を動画などのコンテンツを使って整理して理解を深めること（120分）
- 15回：まとめ  
 予習内容：それぞれの種目のおもしろさ、楽しさなどを振り返り整理して講義に出席すること（120分）  
 復習内容：実践した種目の到達目標にどれだけ達成できたかを振り返ること（120分）

### 授業形態（アクティブ・ラーニング）

ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

### 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連

本科目を受講し、目標を達成することで、本学の学生が卒業時に共通して身につけておくべき資質・能力の5項目および、健康スポーツ科学のカリキュラムポリシーへ貢献することができる。

集団や個人でスポーツ実践へ取り組む中で、居るべき元気で、どのような場所でも物怖しすることなく、誰ともしっかり言葉を交わすことができ、油断でもたくましく生き抜く力、つまり「本アカ」のびのび「へこたれず」の精神を育むことができる。また、問題点やその要因を発見し、自らが確めて取り組めるようになる。そして、他者と向き合い、協力して課題へ取り組みることにより、円滑なコミュニケーションをとることができるようになる。

生涯にわたってスポーツと関わったり、健康の維持・増進に努めたりすることができるような知識を得て、理解することができる。

以上は、全学部・学科の所属学生へ共通している。

### 双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

### 実務経験の有無及び活用

### 備考