

講義名	スポーツ科学演習 A (卓球/テニス)			
担当教員	鳥 和成			
開講期・曜日・時限	後期 火曜日 3時限	授業形態	演習	
履修開始年次	1年生	単位数	2	備考

**主題と概要**

卓球・テニスは、若者男女問わず様々な人たちが気軽に楽しむことのできるレクリエーション性と追求することで奥深くハードに取り組むことのできる競技性を併せ持つスポーツである。そこで本授業は、競技性に重点を置き、基礎技術の習得を目標とし実践的な内容で展開していく。さらに、卓球・テニスの面白さ、楽しさを知るためにシングルス・ダブルスのゲームを中心とした授業を予定している。

本授業の目標は、ゲームを行うことで、コミュニケーションがとれ、仲間作りができるという人との交流について学ぶことである。さらに、運動不足や体力の無い人のために基礎体力の向上を目指すとともに、卓球・テニスのルールや歴史についても理解することを目的として実施していく。

**到達目標**

- 「健康」獲得の方法を修得できるようになる。
- 歴史やルール、基礎技術を理解し、説明できるようになる。
- 基礎技術を修得し、実際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。

\*オンデマンドでの受講では、以上の到達目標を達成することが難しい。このため、対面授業とする。

ただし、新型コロナウイルス感染症の感染者、または、濃厚接触者に指定され、一時的に通学が禁止となった学生については、その期間のみ課題学習などによって対応する。

**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**

卓球・テニスのルールの理解、スキルの習得ができていない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：受講態度・実技点など……………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%

新型コロナウイルス対策として、全ての授業がオンラインに変更された場合については、その時に詳細を伝える。

**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。

授業前・後は必ずマスクを着用すること。

天候により、内容を変更することがある。

ネットレス、ヒヤン等アウツサイは授業前以外しておくこと。

授業前・後は必ずマスクを着用することとし、授業中については教員の指示に従うこと。

教科書				
.使用しない。				

**プリント資料及び参考文献**

授業中に適宜資料を配布する。

**授業計画**

- 1回：ガイダンス
- 2回：卓球のルールと基礎技術の説明
- 3回：卓球における基礎技術の習得（サーブ・レシーブ・スマッシュ）
- 4回：卓球の実践（シングルスゲーム）
- 5回：卓球の実践（シングルスゲーム）
- 6回：卓球の実践（シングルスゲーム）
- 7回：卓球の実践（ダブルスゲーム）
- 8回：卓球の実践（ダブルスゲーム）
- 9回：テニスのルールと基礎技術の説明
- 10回：テニスにおける基礎技術の習得（サーブ・レシーブ・ボレー・スマッシュ）
- 11回：テニスの実践（シングルスゲーム）
- 12回：テニスの実践（シングルスゲーム）
- 13回：テニスの実践（ダブルスゲーム）
- 14回：テニスの実践（ダブルスゲーム）
- 15回：まとめ

新型コロナウイルスの状況により、接触の恐れのある練習内容については実施できないこともある。その場合については、到達目標を確保するための内容を変更することがある。

**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）	

**準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間**

予習（2時間程度）  
授業で実施する科目、技術について、ルールブック等を用いて事前に調べること。  
課題をクリアする方法を考えること。

復習（2時間程度）  
授業を振り返り、反省点、課題を整理すること。

**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、明るく元気な、どのような場所でも物怖じすることなく、誰とでもしっかり言葉を交わすことができ、逆境でもたくましく生き抜く力、つまり「ネアカ、のびのび、へこたれず」の精神を養むことができる。また、問題点やその要因を把握し、自らが進んで取り組めるようになる。そして、他者に働きかけ、協力して課題へ取り組むことにより、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りたり、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**

本科目については対面授業のため、実技を中心とした授業展開となる。ただし、新型コロナウイルス対策として、全ての授業がオンラインに変更された場合については、オンラインによって授業を実施することになるので留意すること。

**実務経験の有無及び活用**

**備考**