

講義名	スポーツ科学演習 A (テニス・レクリエーション)			授業形態	
担当教員	西畑 賢治	開講期・曜日・時限	後期 火曜日 2 時限		
		単位数	2	履修開始年次	1 年生

### 主題と概要

大学におけるスポーツ教育の目標は、自己のライフステージや心身の状態に適した身体運動やスポーツを生活の中に積極的に取り入れ、人々との交流を通じて、豊かなライフスタイルを形成できる能力を身に付けることにある。したがって、生涯にわたる身体運動・スポーツ活動を通じてすべての人々が豊かに生きることが、自己を表現できることを目標としたものである。各自がライフステージに対応した自己開発や自己表現がなされること、そして、身体運動・スポーツをすることが自己目的化されることを目標としている。

競技運動をしていない人から、スポーツを真摯に楽しみたい人まで、誰もが行えるスポーツを複数種目を行う。

### 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。
3. 基礎技術を修得し、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

授業中に適宜指示をする。

### 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

テニスにおけるフォームチェック、ルールの把握ゲームにおけるマナーは毎週の講義の中で常に確認を行うようにする。レクリエーションにおける各種目のルールやゲームの進め方については、各自予習をさせ講義中に確認するようにする。

### 評価の基準

授業実施時間数の4回以下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%  
 期末時の評価：レポート提出……………20%  
 新型コロナウイルス感染症予防対策として、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

スポーツウェアと運動靴（体育館で行うときは、体育館シューズ）を必ず準備すること。天候によって種目の変更も在りうる。また、適宜ビデオ等を使い、ゲーム戦略・戦術・ルール解説を行い、各々のスポーツへの理解を深めることを目指す。

### 教科書

.使用しない。

### 参考図書

.なし。

その他
-----

### 授業計画

1. ガイダンス：15回で学ぶ内容について概略を説明し、成績評価の方法について詳細な説明を行う。シラバスを必携すること。
  2. テニスの基礎知識と基本技術（ラケットの握り方・ボールの打ち方）
  3. テニスの基礎知識と基本技術（ショートラリー・ロングラリー）
  4. テニスの基礎知識と基本技術（サーブ、ゲームの進め方）
  5. テニスのゲーム（シングルス）
  6. テニスのゲーム（ダブルス）
  7. テニスのゲーム（ダブルス）
  8. テニスのゲーム（ダブルス）
  9. レクリエーション グラウンドゴルフ グラウンドゴルフのルールを理解する
  10. レクリエーション グラウンドゴルフ グラウンドゴルフのゲームを行い楽しさを理解する
  11. レクリエーション フライングディスク アルティメットの競技のルールを理解する
  12. レクリエーション フライングディスク アルティメットのゲームを行う
  13. レクリエーション キックベースボール キックベースの基本的なルールを理解する
  14. レクリエーション キックベースボール キックベースボールのゲームを行う
  15. 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。その場合においては、到達目標を優先するため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

シラバスを参照して実施種目の内容を本や映像などで予習しておくこと。授業終了後はフォームやスイングのチェックをして確認しておくこと。  
 競技特性やルールの確認も忘れずしておくこと。240分

### 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キャリアプログラムポリシーへ貢献することができる。「ネアカ のびのび」へ「こたえ」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みむことにより、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

「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感染症予防対策としてすべての授業がオンラインに変更された場合については、オンラインによる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