

科目ナンバリング									
授業科目名 <英訳>		スポーツ実習ⅠA〔卓球〕 SportsⅠA〔Table tennis〕			担当者所属 職名・氏名		非常勤講師 高山 優子		
群	健康・スポーツ科目群		分野(分類)	スポーツ実習			使用言語	日本語	
旧群	D群	単位数	1単位	週コマ数	1コマ	授業形態	実習（対面授業科目）		
開講年度・ 開講期	2024・前期		曜時限	火1/火2		配当学年	全回生	対象学生	全学向
【授業の概要・目的】									
本授業では、誰もが親しみやすい卓球を通して、卓球についての知識を深め、技術を習得することによって、身体を動かすことの楽しさを知り、生涯にわたって健康で豊かな生活を営む方法を学ぶことを目的とする。									
【到達目標】									
基本技術の習得に加え、シングルスおよびダブルスのゲームを行いながら、審判法や戦術法を身につける。また、ゲームを自主的に展開できる能力も養う。									
【授業計画と内容】									
第1回	ガイダンス（種目選択）								
第2回	卓球の歴史・ラケットとボールに慣れる								
第3回	フォアハンドストローク（基本姿勢とラケットの使い方）								
第4回	バックハンドストローク（コースを狙う）								
第5回	サービス・シングルスゲーム								
第6回	様々な打ち方	つつつき・シングルスゲーム							
第7回	様々な打ち方	ショート・シングルスゲーム							
第8回	様々な打ち方	回転（前回転・後回転・横回転）・シングルスゲーム							
第9回	様々な打ち方	スマッシュとその受け方・シングルスゲーム							
第10回	ダブルス試合								
第11回	ダブルス試合								
第12回	レベル別トーナメント								
第13回	レベル別トーナメント								
第14回	型破りのゲーム（自分たちでルールを作ろう）								
最終回	フィードバック（方法は別途連絡します）								
学生の習熟度に応じて、変更される場合がある。									
【履修要件】									
特になし									
【成績評価の方法・観点】									
平常点および授業の中での積極的な姿勢を含め、総合的に評価する。									
【教科書】									
使用しない									
【授業外学修（予習・復習）等】									
卓球の基本ルールについて調べておくこと。 空いた時間に自主的に身体を動かす習慣をつけていくようにすること。									
【その他（オフィスアワー等）】									
学生教育研究災害傷害保険等の傷害保険に加入しておくこと。									