科目ナンバリング	U-LAS41 10002 PJ49						
授業科目名 <英訳>	スポーツ実習ＩＢ ［卓球］ Sports I B [Table tennis]			担当者所属 職名・氏名	非常勤講師 杉本　寛恵		
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・後期	曜時限	木2	配当学年	全回生	対象学生	全学向

[授業の概要・目的]

卓球は生涯スポーツの一つであり幅広い年齢層に親しまれるスポーツである。本授業では卓球の特性(ボールの回転、ラケットの打球角度等) を理解し、基本技術を習得しゲームを通じて卓球の楽しさを体感する。また受講者同士が協力しながら運動の反復練習に能動的に取り組み、コミュニケーション能力の向上を図る。

[到達目標]

◇フォアハンドとバックハンドの基礎技術を習得し、ラリーが続けられるようにする
◇チーム対抗戦を実施しゲームの運営方法やルールおよび審判法を理解する
◇ゲームを通して他人と競うことや協力することの楽しさに触れ、コミュニケーション能力を養う

[授業計画と内容]

授業計画と内容

第１回時に体育館地下１階でガイダンスを行う

第２回　　基本技術の実践①（構え方、ボールの回転のかけ方）
第３回　　基本技術の実践②（フォア、バック、サーブ）
第４回　　基本技術の実践③（フリック、ツッツキ、ストップ）
第５～８回　　応用技術の実践（３球目攻撃、レシーブからの攻撃）
第９～１１回　　ゲーム練習（シングルス＆ダブルス）
第１２回　ダブルス大会
第１３～１４回　団体戦（シングルス＆ダブルス）
第１５回　　フィードバック

[履修要件]

特になし

[成績評価の方法・観点]

成績は平常点（技術習得度、授業態度など）から総合的に評価する。

スポーツ実習ＩＢ ［卓球］(2)へ続く↓↓↓

スポーツ実習ＩＢ　［卓球］(2)

[教科書]

教科書は使用しません。必要な学習事項についてはプリント・資料を配布する。

[参考書等]

（参考書）
参考書は使用しません。必要な学習事項についてはプリント・資料を配布する。

[授業外学修（予習・復習）等]

健康状態を維持することが大切です。日常生活の中に 積極的に運動を取り入れて、心身のコンディションを良くするように心がけてください。

[その他（オフィスアワー等）]

スポーツ実習の履修には保険への加入が必要です。原則として「学生教育研究災害傷害保険」（学研災）および「学研災付帯賠償責任保険」（付帯賠責）に、留学生は学研災および「学生賠償責任保険」（学賠）に加入して、授業に参加してください。