

科目ナンバリング		U-LAS41 10001 PJ49							
授業科目名 <英訳>		スポーツ実習ⅠA [卓球] Sports I A [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・前期		曜時限	火1/火2/木1/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、基礎的技術を習得し、楽しく試合ができることを目的とする。ゲーム練習を通じて卓球の楽しさを体感し、受講者同士が協力しながら能動的に取り組み、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を続けられるようにする 卓球のルールを理解し、シングルス及びダブルスのゲームを楽しみながら実践できる ゲーム練習を通じて、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]									
体育館地下1階で以下の内容でおこなう。									
第1回 ガイダンス 第2回 基本技術 (基本姿勢、ボールの回転かけ方、一人打ち) 第3～5回 基礎技術 (フォア、バック、ブロック) 第6～7回 基礎技術 (ツッツキ、カット、サーブ) 第8～9回 実践練習(ドライブ打法、3球目攻撃、レシーブ)ミニゲーム 第10～13回 シングルス、ダブルスのゲーム練習 第14回 ダブルス大会 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。									
[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」(付帯賠償)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。									