

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 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	2025・後期		曜時限	火1		配当学年	全回生	対象学生	全学向
【授業の概要・目的】									
卓球は誰もが親しみやすいスポーツの一つであり、子どもから高齢者まで幅広い年齢層の方々が楽しんでい一方、競技では日本でも強豪国に対抗するほどの実力をつけてきている選手が増えている。本授業では、健康のためだけでなく競技としても行うことができるよう、卓球の基本技術やルール、さらには指導法を学んでいくことを目的とし、さらに受講者間の関係を深め、コミュニケーション能力の向上も目指していく。									
【到達目標】									
基本技術をもとに、応用技術にも取り組み、様々な打法を身につける。またシングルスおよびダブルスのゲームを行いながら、審判法や戦術法を習得し、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								
第2回	卓球の基本的な基礎技能（フォアハンドおよびバックハンドストローク）								
第3回	卓球の基本的な基礎技能（回転のかけ方）								
第4回	卓球の基本的な基礎技能（スマッシュとその受け方）								
第5回	各コースへの攻め方・シングルス試合								
第6回	上と下の回転への対応・シングルス試合								
第7回	シングルスの戦術学習・シングルス試合								
第8回	シングルスのルールの理解・シングルス試合								
第9回	シングルスの審判の方法・シングルス試合								
第10回	ダブルスの戦術学習・ダブルス試合								
第11回	ダブルスのルールの理解ダブルス試合								
第12回	ダブルスの審判の方法・ダブルス試合								
第13回	レベル別での試合								
第14回	レベル別での試合								
最終回	フィードバック（方法は別途連絡します）								
学生の習熟度により、変更される場合がある。									
【履修要件】									
特に要件はない。経験者だけでなく、未経験者、積極的な受講者を歓迎する。									
【成績評価の方法・観点】									
成績は平常点（出席状況及び授業の中での積極的な取り組み態度）により評価する。									
-----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]

使用しない

[参考書等]

(参考書)

教科書は使用しません。

吉田南図書館に、健康・スポーツ系の諸科目の参考書籍を配架してあります。

[授業外学修(予習・復習)等]

卓球の基本ルールを調べておくこと。

日常生活において、身体を動かす習慣をつけるようにしていくこと。

[その他(オフィスアワー等)]

ラケットやボールは大学で準備します。

授業時間外においては、心や身体のこと、悩んでいることなどがあれば、メールで相談してください。メールアドレスは、ガイダンスの時間にお知らせします。

スポーツ実習の授業の受講にあたっては、保険への加入が必要です。原則として、日本人学生は「学生教育研究災害傷害保険」(学研災)及び「学研災付帯賠償責任保険」(学研賠)等の傷害保険への加入、留学生の場合には「学生賠償責任保険」(学賠)に加入しておく必要があります。

[主要授業科目(学部・学科名)]