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 ［テニス］ Sports I A [Tennis]			担当者所属職名・氏名	非常勤講師 野田　幸宏		
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	2026・前期	曜時限	木1	配当学年	全回生	対象学生	全学向

[授業の概要・目的]

本実習では、生涯体育として取り組むことができるテニスの技能を身に付ける。
テニスを通じて身体活動の基盤となる体力の向上を図り、社会的交流技能を養成する。

[到達目標]

スポーツに親しむ態度を養い、運動を取り入れた健康的な生活習慣の獲得を目指す。グラウンドストローク、ネットプレー、サーブ、レシーブ等、テニスの基本的な技術を習得する。
習得した技術を使用して、シングルス、ダブルスのゲームを楽しむことが出来るようになる。

[授業計画と内容]

1回目　テニスコートにて授業の進め方の説明
2回目　フォアハンドグラウンドストロークの基本
3回目　バックハンドグラウンドストロークの基本
4回目　グラウンドストロークにおける前後左右の動き
5回目　グラウンドストロークにおけるトップスピンとアンダースピン
6回目　ボレーの基本
7回目　スマッシュの基本
8回目　ネットプレーにおける前後の動き
9回目　サーブの基本
10回目　レシーブの基本
11回目　サーブとレシーブからの展開
12回目　ダブルスの進め方
13回目　各ストロークの復習とシングルス、ダブルスの進め方
14回目　各ストロークの復習とダブルスのポジショニングについて
15回目　フィードバック

[履修要件]

特になし

[成績評価の方法・観点]

出席状況と実習への取り組みの積極性に基づき総合的に評価する。詳細は初回授業の時に説明する。

[教科書]

使用しない

スポーツ実習ＩＡ ［テニス］(2)へ続く↓↓↓

スポーツ実習ＩＡ　［テニス］(2)

[参考書等]

（参考書）
授業中に紹介する

[授業外学修（予習・復習）等]

日常生活の中で、積極的に身体を動かす習慣を身に付ける。

[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。

[主要授業科目（学部・学科名）]