

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 I A [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 I A [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。

[主要授業科目(学部・学科名)]