
体育実技A(テニス) 1単位(春学期)

体育実技A(テニス) 1単位(秋学期)

初級

春学期・秋学期：水1/水2/水3

坂本 純子

授業の目的:

生涯スポーツとしてテニスを楽しむための基本的技術の習得

授業の計画:

- 1 インTRODクシヨン
- 2 ストローク基礎練習
- 3 ストローク基礎練習
- 4 ストローク基礎練習
- 5 ストローク基礎練習
- 6 ストローク/ボレー基礎練習
- 7 ストローク/ボレー基礎練習
- 8 ストローク/ボレー基礎練習
- 9 ストローク/ボレー基礎練習
- 10 ストローク/ボレー/サーブ基礎練習
- 11 ストローク/ボレー/サーブ基礎練習
- 12 ストローク/ボレー/サーブ基礎練習
- 13 ゲーム形式練習
- 14 ゲーム形式練習
- 15 ゲーム形式練習

成績評価方法:

出席 (60%)、技術 (10%)、態度 (20%)、理解 (10%) の項目を
点数化し、その合計点で評価します

実施場所:

蝮谷インドアテニスコート (更衣を日吉記念館で行い、荷物を全
て持ってコートに来て下さい)

服装携帯品等:

硬式テニスラケット・テニスシューズ (ハードまたはオールコー
ト用)・運動に適した服装 (シューズ・ラケットの貸し出しはありま
せん)

雨天時の対応(屋外種目のみ):

原則としてインドアコートを使用しますが、場合により教室を使
用することがあります。必ず掲示板で確認してください

担当教員から履修者へのコメント:

テニスは老若男女問わず楽しめる生涯スポーツです。テニスを楽し
みながら学生間のコミュニケーションも深めて欲しいと思います