

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)

(中級) 経験者の方にオススメです

春学期・秋学期: 木3

村松 憲

授業の目的:

テニス経験がある方を対象に、技術向上を目指すと同時に仲間との交流を大切にしながら、いろいろな状況を楽しめるようになることを目的とします。仲間との交流が楽しいと感じられるように、グループワークなどをとり入れますので、他人とのかかわりが苦手という方にもオススメです。

授業の計画:

- 1 ・授業の趣旨の説明
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 2 ・基礎的な練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 3 ・基礎的な練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 4 ・基礎的な練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 5 ・応用練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 6 ・応用練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 7 ・応用練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 8 ・ダブルスの試合形式の練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 9 ・ダブルスの試合形式の練習
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 10 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 11 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 12 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 13 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 14 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流
- 15 ・ダブルスの試合
 - ・グループワークによる参加者どうしの交流

成績評価方法:

出席点が60点、技術点が15点、態度点が15点、理解点が10点です。

実施場所:

巖谷テニスコートで行います。インドアコートとアウトドアコートの両方を使用する予定です。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:

テニスシューズ(ハードコート用またはオールコート用)・テニスラケット・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。雨天時は必ず掲示をご覧ください。

担当教員から履修者へのコメント:

①定刻に授業を開始します。13時までに、更衣を完了した状態でテニスコートに来てください。4限に授業がある方を考慮し、多少早めに終わります。

②このクラスでは実践形式を多く行います。したがって、「打ち合いで安定して10往復以上続けることができる(相手が打ちやすいボールを出してくれた場合)」方のご参加をお勧めします。

質問・相談:

村松までメールでご連絡下さい。mura@z7.keio.jp