

履修コード/科目名称	551001 / 生涯スポーツ実習Ⅰ（前期・基礎） 551002 / 生涯スポーツ実習Ⅱ（前期・基礎） 551003 / 生涯スポーツ実習Ⅲ（前期・基礎） 551004 / 生涯スポーツ実習Ⅳ（前期・基礎）		
開講年度・期	2022年 前期	開講曜日・時限	水・3
単位数	1		
付記	◎予		
主担当教員氏名(カナ)	出井 章雅（デイ アキマサ）		
副担当教員氏名(カナ)	坂尾 知昭（サカオ トモアキ）		

履修コード/科目名称	551001 / 生涯スポーツ実習Ⅰ(前期・基礎)【テニス】 551002 / 生涯スポーツ実習Ⅱ(前期・基礎)【テニス】 551003 / 生涯スポーツ実習Ⅲ(前期・基礎)【テニス】 551004 / 生涯スポーツ実習Ⅳ(前期・基礎)【テニス】		
開講年度	2022年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ)		

授業概要	テニスは年齢や性別問わず一生楽しめるスポーツです。「競技」としてのテニスは運動量が多く、タフなスポーツですが、授業では「生涯スポーツ」として捉え、自己の体力や技術を知り、仲間と力を合わせ「運動の楽しさ」とフィットネス・スキルの向上を計り、スポーツのもつリーダーシップ・フォローシップの理解度を深め、心身共に豊かな人間性の成長を学んでいきます。		
到達目標(ねらい)	グラウンドストローク、ボレー、スマッシュ、サービスなどの基本的打球技術の習得と、ルールやマナーを理解する。また、テニスを通じてスポーツの持つ価値を実感し、自分の能力や技術に合わせた楽しみ方を身につけスポーツを生活の一部として養ってほしい。さらに、経験者や未経験者においても共通の体験・経験を通して、大学時代でなければ得られない人間関係を作り、社会性を養い、総合的人格の形成を目指していきます。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	ラケットティング、ボレー、ミニストローク(ボールの回転やグリップの特性)	
	第4回	ストロークの基本技術 簡易ゲーム	
	第5回	スマッシュ、サービスの基本技術 簡易ゲーム	
	第6回	ボレーの基本技術 簡易ゲーム	
	第7回	ラリーを通しての応用練習	
	第8回	PLAY&STAYの導入 簡易ゲーム	
	第9回	半面でのシングルスゲーム	
	第10回	半面でのシングルスゲーム(団体戦)	
	第11回	ダブルスのルールと戦術	
	第12回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第13回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第14回	ダブルスのゲーム(トーナメント)	
	第15回	理解度の確認	
準備学習	体育実技なので、フルに動けるよう体調管理に留意すること。 授業内でも説明するが、あらかじめテニスのルールを理解しておくこと。		
履修上の留意点等	原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、オンラインのみでの授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)を実施する場合があります。 ○第1回目の授業は対面でオリエンテーション後、実技を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 ○実技実習においては、スポーツや運動に適したウェアとシューズを着用してください。 ○オンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等) 1. C-Learning や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。 2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。		
成績評価の方法	50%	平常点	
	50%	総合評価(積極性・協調性・授業態度など)	
	成績評価の主は、授業に取り組む姿勢が重要となる。出席率は8割以上とする。実技テストは二人一組でのラリーテストを行います。(連続ラリーの実施)		
教科書/テキスト	なし		
参考書	新版テニス指導教本(大修館書店)、JTAテニスルールブック ※必要毎に配布していきます。		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	テニスに関する専門用語をより分かりやすく、少し噛み砕いて説明していきます。また、初心者でもテニスを楽しめるように展開していきます。※昨年度はオンライン授業開講だった為、実技は実施できなかった。		
関連リンク			
実務経験がある教員による授業科目	当科目はテニス(硬式)分野の実務経験を有する教員による授業科目です。		

履修コード/科目名称	551001 / 生涯スポーツ実習Ⅰ(前期・基礎) 【室内球技】 551002 / 生涯スポーツ実習Ⅱ(前期・基礎) 【室内球技】 551003 / 生涯スポーツ実習Ⅲ(前期・基礎) 【室内球技】 551004 / 生涯スポーツ実習Ⅳ(前期・基礎) 【室内球技】		
開講年度	2022年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

授業概要	室内球技のルールを理解し、実技を通して基本的な能力を身につける。体を動かす喜びを体得し生涯にわたってスポーツに親しんでいける資質や能力を育む。		
到達目標(ねらい)	本講義では、バレーボール・バスケットボール・バドミントン等の室内で行なわれる種目を教材とし、そこで用いられる身体運動等を学習する。基本的に毎時間ゲームを行い、各種目特有の技術・戦術の体得、体力の維持増進、身体運動の楽しさの体感を主なねらいとする		
授業スケジュール	第1回	ガイダンス	
	第2回	バスケットボール	
	第3回	バスケットボール	
	第4回	バスケットボール	
	第5回	バドミントン	
	第6回	バドミントン	
	第7回	バドミントン	
	第8回	バレーボール	
	第9回	バレーボール	
	第10回	バレーボール	
	第11回	フットサル	
	第12回	フットサル	
	第13回	フットサル	
	第14回	学生の希望によって決定する。	
	第15回	学生の希望によって決定する。	
準備学習	各スポーツのルールを確認すること。		
履修上の留意点等	授業出席を重視します。遅刻や欠席をせず、且つ積極的に運動することを心がけてください。運動に適した一般的なスポーツウェアを着用し、凹凸の少ないフラットなソールの“清潔な”室内用シューズで受講してください。※場合によっては、オンラインのみで授業を実施する授業回がある。オンラインでの授業はオンデマンド型C-Learningで行う。		
成績評価の方法	80%	平常点	
	20%	総合評価(積極性・協調性・授業態度など)	
	出席を重視し、運動参加への積極性などを総合的に評価する。出席点は評点の80%とし、遅刻や欠席の減点法で計算する。その他、運動参加への意欲、積極性、協調性、受講態度等を加点評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	前年度、「学生による授業アンケート」の自由記述に「各種目でもっと多くの試合をしたい」との要望をもらった。本年度に関しては、試合数の増加に重点を置き学生の運動意欲を高める工夫を予定している。		
関連リンク			
実務経験がある教員による授業科目			