

時間割コード	G2B60512	開講年度	2026				
授業題目	テニス				担当教員	古澤 栄一	
英文授業名	TENNIS						
単位数	1	講義期間	前期	曜日・時限	木曜・2時限	対象学生	全
講義室	共通教育テニスコート			授業形態	実技	遠隔授業科目	
						備考	
信大コンピテンシー	該当						
(1)授業の達成目標	授業で得られる「学位授与の方針」要素				⇔	【授業の達成目標】	
	大学DP				⇔	・専門用語を理解しながら実践的な経験知を積み、自分を表現できるようになる。 ・もし君が、初心者であってもこの授業を通してどんな人ともラリーが続き、楽しいゲームが出来るようになる。 ・グループの中でディスカッションしながら問題や課題を発見し、解決方法を探りながら生涯にわたる運動習慣形成を図れるよう考えられるようになる。 ・グループ・ワークを通してコミュニケーション能力、チームワーク力、リーダーシップ力を身につけ、活力ある健全な社会形成に貢献できるようになる。	
	持続可能な社会を実現するための課題に取り組む力						
(2)授業で学べる「テーマ」	多文化協働、健康長寿、キャリア						
(3)全学横断特別教育プログラム	ライフクリエイター養成コース						
(4)授業の概要	・本授業は、技術的に経験知が少ない者でも早い段階からゲーム感覚に親しみ、「硬式テニス」に必要な基本的技術を分解練習しながら学び取っていく。 ・また、リーダー中心に個人の欠点など「課題」を見つけ、仲間と共に協力しながら探求していく。 ・加えて、「ゲームでの戦術」も考え、基礎練習と応用練習とを織り交ぜながら実際場面に対応できる感覚と積極的な行動力を養っていく。 ・本授業は男女共同参画に関する内容を含む。						
(5)授業のキーワード	・スポーツ方法学 ・スポーツ心理学 ・スポーツ・バイオメカニクス ・コミュニケーション ・グループワーク ・課題発見・解決 ・男女共同参画						
(6)授業計画	1. ガイダンス（概要説明、グループ編成、出欠カード作成等；54番教室） 2. ラケットイング・ミニ・ゲーム（ボールとラケットに慣れる、面作り） 3. フォア・ハンド・ストロークの習得 4. バック・ハンド・ストロークの習得 5. ボレー&スマッシュ（攻撃的テニスの習得） 6. サービス練習（基本的なサービスの習得） 7. ダブルス・ゲーム（ルールとマナー、基礎的な位置取りの習得） 8. " （戦略的な動き方の獲得） 9. シングルス・ゲーム（積極的な攻撃法の習得） 10. チーム対抗戦ゲーム1（戦略的な動き方の獲得） 11. " 2（チャレンジ・ゲーム） 12. " 3（ " ） 13. " 4（ " ） 14. " 5（ " ），授業アンケート 15. レベル・アップ・テスト(プレッシャーへの挑戦)						
(7)成績評価の方法	授業を進めていく中で下記に示す観点から総合的に評価する。 ・個人技能としてラケット面作り、ボール運び、フォロー・スローのスムーズさ、フォア、バック、ボレーなど適切に行えるようになっているか、ラリー回数などの判断。 ・集団技能としてグループ内での役割を理解し、積極的にコミュニケーションをとっているか、準備や片付けなどチームへの協力態勢を作っているかなども判断。 ・授業の前後や空き時間を使い、時間外学習を積極的に行っている者。						
(8)成績評価の基準	・授業で示した課題を個人としての確に行うことが出来れば「その水準にある」 ・実践の中でその課題を発展するような場面に遭遇しても慌てずこなし、新たな課題を発見するようであれば「やや上にある」 ・更に自チーム、他チームの情報を収集しながら連係プレーを卒なくこなし、組織内での役割を全うしていれば「かなり上にある」 ・心技体全ての面で充実し、指導教員を感心させるリーダーシップ力が備わっていれば「卓越している」						
(9)事前事後学習の内容	・前週に問われた課題を自分なりに準備段階で行い、リーダーなど仲間を通して確認する。 ・また、その週に現れた新たな課題をあらゆる機会を利用しながら積極的に挑戦する。 ・なお、コートは教職員やテニス部員などが使用していなければ実施することは可能である。 ※この授業は45時間の学修を必要とする内容であり、従って、15時間以上の時間外学習が必要となる。						

(10)履修上の注意	・この授業は硬式テニスのスポーツ実習である。 ・ラケットは大学にも用意はあるが、上達するためにも自分用のモノを準備する方が望ましい。 ・テニス・シューズは必ず準備し、コートを荒らさないためにも着用すること（テニス部員が日頃から整備してくれていることに感謝）。 ・コートの場所は信大附属病院南側であり、移動に時間がかかる。自転車などを移動手段として使っても構わないが、交通ルールを順守し、くれぐれも自動車などには気をつける。 ・雨天時または前日雨でコートが使えない場合は、第1体育館でスポーツ実習を行なう。但し、ピックルボールやバドミントンなど他の種目になる（インドア・シューズ着用）。 ・4月9日（木）に初回授業を54番教室で私服にてガイダンス中心に行う。その際、出欠カード作成のために顔写真（3×4cm）と筆記用具を必ず持参する。 ・4月16日（木）から実技をテニス・コート（附属病院南側）で行う予定である。 ・4月30日（木）は水曜日授業実施のため、テニスの授業は行わない。 ・単位を獲得するためには予習、復習など積極的に時間外学習を行う必要がある。
(11)質問,相談への対応	メールにて対応する。 ・メールアドレス：efuru@shinshu-u.ac.jp
(12)授業への出席	・全ての回に出席することを前提とする。 ・出欠確認はコートで担当教員により独自のカードで行う。点呼の時間を省いたり適確な評価を行うため、最近の顔写真（3×4cm）が必要となるので必ず用意しておく。
(13)授業に出席できない場合の学修の補充	・「学修の補充の対象とする事由」により出席できない場合は、共通教育履修案内に掲載されている方法により補充を受けるための申請を行うように。
【教科書】	特になし
【参考書】	・テニスクラシック別冊 テニステクニク119番 日本文化出版 1987年 1,000円（税込） ・小山秀哉他 実戦硬式テニス 大修館書店 1,540円（税込） など