

科 目 名 (英 訳)	S・身体運動文化 (ソフトテニス I) Physical Arts - Soft-tennis I	開講学期 曜日・時限	前期/ 水曜日/ 3時限
対象学年	2年生	単位数	1単位
受講資格	過去にソフトテニスの経験したことのある学生	募集人数	24名 程度
担当教員	水野 哲也		

●授業の概要 (Outline of content and teaching method)

この授業は、主に過去にソフトテニスを経験したことのある学生を対象に開講されるもので、実習と講義で構成され、実技をテニスコート他、講義を教室等で実施します。また、この授業の特徴は、学生はこの授業に単に参加するというだけでは十分ではなく、より積極的な態度としての“貢献”という姿勢が求められるということです。

●授業の目的 (Primary goal)

この授業は、前述したようにこれまでに経験したソフトテニスの経験をさらに深め、質の向上を図るとともに、ルールや歴史への理解を深めることによってその文化的価値を再認識することを目的としますが、それと並行して、一貫して“貢献”とは何かを考え、実践し、それを繰り返すことを目的としています。

●到達目標 (Objectives)

受講に際しては、まず受講前にあなたがいったいこの授業の中でどのような貢献ができるのか？という質問に答えることが求められます。またその後の授業においては、その答えを実践することが求められ、その実績をあげることが最初の到達目標です。また、授業の中ではソフトテニスの技能の向上も重要な到達目標であり、受講開始時の学生各自の技能レベルにも因りますが、その各自のレベルアップは授業における重要な到達目標のひとつです。また、授業の中ではスモールグループでの学習形式を採用し、各グループ内での協同またグループ間での競争または協同の原理を体験的に学ぶことが求められます。また、授業のテーマである“貢献”の土台となる自己責任並びに自己管理能力の必要性について学ぶことも到達目標の一つです。

●授業計画 (Schedule)

1. 授業内容

① 技能練習 (技術トレーニング)

授業の中の多くの時間は、テニスコートにおける技術改善のための練習プログラムの実施によって費やされます。

② 基礎理論

授業での講義では、ソフトテニスの歴史、ルール、トピック等を取り上げたレクチャー、コンディショニング、医科学研究の成果に基づく理論及びゲームや技能等に関するVTRなどの視聴を通して、その文化的価値を再認識するようなプログラムが準備されています。

③ ゲーム 他

基礎技能の習得、ルールの解説等が終了した時点から、授業中にその実践的活用の視点からゲームを実施します。技能の実践(実戦)化、ゲームセオリー並びにゲームでの心理などを学習します。また、基礎理論の中でも扱いますが、より効果的なソフトテニスの実戦における質的向上のために必要なメンタリティやフィジカルフィットネス等改善のためのプログラムを実践します。

2. レポート提出

成績評価にも関連しますが、受講者は全員ソフトテニスに関するレポートを期末までに作成し、提出します。

●成績評価の方法 (Grading scheme)

1. 参加度・貢献度……まず、授業にはしっかり**参加**し、学ぶべき内容をしっかり理解するとともに身に付けることが重要です。また、前述したようにこの授業では、“あなたは授業においてどのような貢献をしたか？”が問われます。

2. 授業目的達成度……前述された**授業目的**をどの**程度達成されたか**が問われます。レポートはその表現形であり、また確認でもあります。

●教科書および参考書 (Textbooks and materials)

熊田章甫編； soft-tennis 熊田道場、株式会社 オーディオビジュアルネットワーク、2001

水野哲也、山本裕二編；ソフトテニストーータルデザイン；大修館書店、2008 ほか

科目名 (英 訳)	S・身体運動文化 (ソフトテニス II) Physical Arts: SoftTennis II	開講学期 曜日・時限	後期/ 水曜日/ 3時限
対象学年	2年生	単位数	1単位
受講資格	S・ソフトテニス I を受講した学生	募集人数	15-20 名程度
担当教員	井田 博史		

●授業の概要 (Outline of content and teaching method)

身体運動文化について、ソフトテニスの実技を通して学習します。ソフトテニスは、競技スポーツとして発展する一方、生涯スポーツとしてアマチュア層にも広く普及しています。前期「ソフトテニス I」を受講した学生を対象に、より高いスキルと知識の獲得を目指します。

●授業の目的 (Primary goal)

「ソフトテニス I」に引き続き、ソフトテニスについて身体運動文化としての意義に対する理解を深めることを目的とします。実技においては、より高度な運動スキルの獲得に向けて自他に対する積極的なアプローチが期待されます。講義では、歴史や国際普及など文化的価値に関する知識を広げます。

●到達目標 (Objectives)

1. ソフトテニスの身体運動文化としての意義に対する理解を確立していく。
2. スキル向上を目指す中で、学習効果に対する評価基準を確立していく。
3. ゲーム運営を実施する中で、複数の役割を担当しグループ全体に貢献する。

●授業計画 (Schedule)

回	内容	概要	学習テーマ
1	ガイダンス	本授業の進め方	授業内容と形式の理解
2	実技	基本的ストローク練習と簡易ゲーム	技術とルールの確認
3	実技	基礎的ストローク練習と簡易ゲーム	技術とルールの確認
4	実技	身体構造の理解とストローク練習	理論の実践
5	実技	身体構造の理解とストローク練習	理論の実践
6	講義	ビデオ、テキストを用いた学習	基礎理論の理解
7	実技	運動生理の理解とフィットネス訓練	理論の実践
8	実技	運動生理の理解とフィットネス訓練	理論の実践
9	実技	メンタルの理解とゲーム練習	理論の実践
10	実技	メンタルの理解とゲーム練習	理論の実践
11	講義	トレーニングとゲームの違い	応用的理解
12	実技	個人トーナメント戦	競技活動の実践
13	実技	個人トーナメント戦	競技活動の実践
14	実技	団体リーグ戦	競技活動の実践
15	実技	団体リーグ戦	競技活動の実践

●成績評価の方法 (Grading scheme)

1. 発表とレポート
講義時に課される発表とレポートについて総合的に評価します。
2. 出席と取り組み
出席と実技の取り組みについて総合的に評価します。実技においては、自他のスキル向上に対するアイデアや工夫において、提示→実践→評価→フィードバックの実施プロセスを重要視します。

●教科書および参考書 (Textbooks and materials)

水野哲也, 山本裕二ほか: ソフトテニス・トータルデザイン. 大修館書店, 2008.