

8	ソフトテニス
ビジョン	運動体験を通して、健康を維持する大切さを身につける。また学生同士あるいは学生と教員と共にボールを追う中で、協調性、達成感を共有する。
ゴール	グラウンドストローク、ボレー、レシーブなど基本技術をマスターしていく中で、試合形式を取り入れ、ゲームを楽しむことができる。その活動の中で「個人プレー」に走るのではなく、医療人としての恥ずかしくない協調性、臨機応変の対処能力、持久力(体力)を身につける。
理由	ソフトテニスは「技と力」を競い合うスポーツである半面、誰にでもでき、何歳になってもできる数少ないスポーツです。まず最初に「基礎体力作り」という目標を目指す。また、この達成目標を達成した時点において、一定期間内のゴールを定め、努力し協調性・達成感およびプラスαを共有することである。
知の成果物	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツマンシップ(ルール・マナー) ・協調性 ・臨機応変の対処能力 ・瞬発力 ・持久力 ・健康 ・ストレスからの自然治癒能力(リラクゼーション能力)アップ
身につく力(目的)	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツマンシップの遵守 ・テニスをすることにより臨機応変の対処能力 ・瞬発力・持久力(体力) ・ストレスからの自然治癒能力(リラクゼーション能力)アップ
学習の内容	<p>1. コートでの活動</p> <p>①班ごとに分け、指導する教員・学生と共に活動する。</p> <p>②基礎体力作りの一環としてランニングを取入れ、体のウォーミングアップとしてストレッチを行う。</p> <p>③目標、レベルに合わせた練習を行う。</p> <p>④定期的にマスターした技術を用いて試合を行う。</p> <p>⑤コート整備と道具の後片付け、活動内容の提出、出欠(複数回)、解散</p> <p>2. 室内活動(雨天)</p> <p>①練習方法などのビデオ教材を利用しながら学習を行う。</p> <p>②班ごとに分かれ、スキルアップ教材を学習する。</p> <p>その内容をWord、PowerPointにて記録し、アSEMBリ活動発表会等に使用する。</p>
活動の特徴	<p>1. テニスコート専用テニスシューズ(スポーツ用スニーカー)にて行う。革靴、ハイヒール、トレッキングシューズ、スパイクシューズは厳禁</p> <p>2. ランニング、ストレッチ等を毎回行う。</p> <p>3. 班対抗戦を行う。</p> <p>4. テニスコートの整備、道具の準備と後片付けを各班分担して行う。</p>
班主任名	柳生 茂
<初回,二回>活動場所	生涯教育研修センター2号館B1F B105(又はビジュアルセンター医学部1号館7F)
<通常>活動場所	テニスコート
<雨天時>活動場所	生涯教育研修センター2号館B1F B105