

タイトル	学部	授業名（主たる教科領域）	執筆者
テニピンをしよう ～テニス型授業～	高	体育 Iグループ (体育)	猪内麻紀子 大西志真

<ねらい>

○ルールを守り、友達と協力して取り組むことができる。

<内容（作成方法・使用方法・工夫点など）>

- ラケットの代わりに、手の平にはめたウレタンのラケットで、スポンジのボールを打ち合うゲームを行う。
- ネットは、バドミントンネットを低く張り、コートはバドミントンコートを使用。



- ハンドラケットは、ジョイントマットを購入し、手のサイズに切り取りバンドを付け作成したものを使用した。
- ボールは、スピードがゆっくりになるよう、スポンジボールを使用。

- 1チーム2人、ゲーム時間3分程度。



- ① 準備運動として、ペアで転がしラリーを行った。ペアで「裏・表」と言い合い、その言われた面で打ち合いを行った。（コロコロゲーム）
- ② 自分でワンバウンドさせたボールを打ち出し、もう一方は自陣で1バウンド（または2バウンド）させてキャッチする。（キャッチ&ラリー）
- ③ ボールに慣れてからゲームを行った。

<良かった点、改善点>

- スポンジボールを使用したため、スピードがゆっくりになり、当たっても痛くないという点で、取り組みやすさに繋がった。
- 返球時のルールとして、バウンドの回数制限をなくした。素早くボールに反応しにくい生徒も、打つことができた。
- それでもなかなかラケットにボールが当たらない生徒に対して、ラケットのサイズアップなどの改善が必要かもしれない。