

平成27年度後期 新潟大学公開講座
受講者募集のお知らせ

楽しみながら上達する卓球教室

講座の概要

初心者の方にはグリップをはじめとする卓球の基本から始め、卓球の楽しさを経験していただきます。健康志向の方にはストレスの解消・余暇の利用・体力増進などを目的とし、希望によりラージボールを使用した健康スポーツとしての卓球を体験していただきます。また、中・上級者の競技志向の方には（公財）日本卓球協会作成の「基本レベルを上げる練習方法」を行い、技術・体力の向上を目指します。

●日 時 11月14日（土）～11月29日（日） 隔週の土・日曜日
合計4回 9：00～12：00

●会 場 新潟大学第1体育館
（新潟市西区五十嵐2の町8050番地）

●対象者 市民一般

●定 員 60人

●受講料 7,410円

※本講座では、万が一の事故に備えて傷害保険に加入します。

●申込締切 11月4日（水）



講座の内容

日 程	講座題目	講 座 の 内 容	講 師
11月14日（土）8時45分から開講式を行います。			
11月14日（土） 9時00分～ 12時00分	卓球の競技特性、 基本技術とルール	卓球の競技特性と卓球の歴史的経緯から発展してきた基本技術とルールについて解説しそれに基づいた導入実践を行います。	人文社会・教育科学系 （教育学部） 教授 牛山幸彦 新潟大学学友会卓球部
11月15日（日） 9時00分～ 12時00分	卓球技能向上の ための練習方法 1	技能、目的別クラスにおいてそれぞれに応じた技術練習方法の紹介と実践を行います。	
11月28日（土） 9時00分～ 12時00分	卓球技能向上の ための練習方法 2	技能、目的別クラスにおいてそれぞれに応じた技術練習方法の紹介と実践を行います。	
11月29日（日） 9時00分～ 12時00分	試合の進め方、 戦術と実戦	競技のルールの詳細と特性を概説し、卓球競技特有の戦術の理解と実践を行います。	
11月29日（日）12時00分～12時15分まで閉講式を行います。			