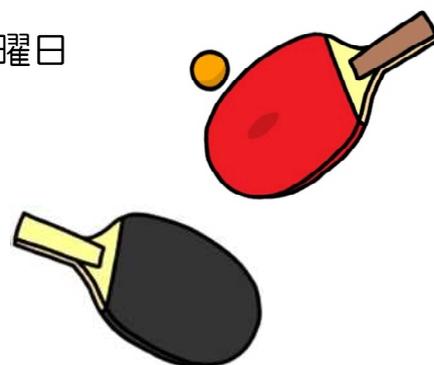


楽しみながら上達する卓球教室

講義概要

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、卓球の楽しさを体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5日～11月13日 毎週土・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 一般市民
- 定 員 60人
- 受講料 7,410円 ※本講座では、万が一の事故に備え、傷害保険に加入します。
- 申込締切 10月21日(金)



※申込希望の方は、必ず事前に産学連携課へ電話での連絡をお願いします。

講義内容

日 程	講 義 題 目	講 義 内 容	講 師
11月 5日(土) 8時45分から9時まで開講式を行います。			
11月 5日(土) 9時～12時	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 6日(日) 9時～12時	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照会と実践を行います。	
11月12日(土) 9時～12時	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照会と実践を行います。	
11月13日(日) 9時～12時	試合の進め方 戦術と実践	競技ルール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13日(日) 12時～12時15分まで閉講式を行います。			