

科目番号	科目名	配当年次	授業形態	単位	担当教員
F102	体育Ⅱ	1年	実技	1	河田隆
授業概要 実習前に冬季野外活動(スキー・スノーボード)について学習する。2泊3日の学外施設でのスキー実習では、現地インストラクターによるスキー・スノーボードのレベル別グループ技術指導を受け基礎技術を学習する。また、宿泊施設においてはスキー・スノーボードに関する講義を受け、基礎技術に関しての理論を深く理解する。実習後は自己評価レポートを提出することにより実習振り返りを行う。2泊3日の集中宿泊実習で、技術理論を学修だけではなく、集団生活体験の中からコミュニケーションスキルや社会的規範を学習する。					
到達目標(学習の成果) 2泊3日のスキー実習を通して、冬季の自然環境について理解するとともに、スキー・スノーボードに関する基礎理論を深く理解し、基礎技術を身につけることにより安全で楽しくスキー・スノーボードができるようになる。また、実習振り返りを行うことにより技術向上や、コミュニケーションスキルの向上、社会的規範の学修を確認できる。(DP1)					
授業計画					
回	表題	学修内容			
1	事前学習①	冬季野外活動(スキー・スノーボード)について学ぶ			
2	事前学習②	スキー・スノーボード実習の概要に関して学ぶ			
3	講義(基礎技術の理論)	車中にてスキー・スノーボードの基礎技術をビデオ学習			
4	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
5	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
6	講義(基礎技術の理論)	現地インストラクターによる基礎技術について学ぶ			
7	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
8	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
9	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
10	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
11	講義	現地インストラクターによる実習成果についての評価を受ける			
12	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
13	実技レッスン	現地インストラクターによる実技レッスン(スキー・スノーボード)			
14	講義	車中にて実習の記録ビデオの鑑賞を行い、自分の実習での技術向上の成果を振り返る			
15	事後学習	スキー・スノーボード実習の振り返りをし、実習に対する自己評価をまとめる			

準備学修(授業外の自己学修)
 スキー・スノーボードに関するDVD等を見ておく
 スキー・スノーボードの基礎技術に関して調べ理解しておく

成績評価の方法・基準(%表記)
 授業参加態度:全日程参加し積極的なスキルアップの態度 60%
 レポート:テーマに対する既存の整理と自らの考察の表明 40%

観点	S	A	B	C
実習に対する積極的な態度と自然に対する理解	完全にできている	ほぼ完全にできている	十分にできている	一定程度できている
基礎理論の理解と基礎技術の習得度	完全にできている	ほぼ完全にできている	十分にできている	一定程度できている
集団生活の社会的規範の理解	完全にできている	ほぼ完全にできている	十分にできている	一定程度できている

教科書
 なし

参考書等
 (財)全日本スキー連盟著『全日本スキー教程』, スキージャーナル(財), 2003年
 日本スノーボード協会共同編集『全日本スノーボード教程』山と溪谷社, 2001年

履修上の注意・学修支援
 集中講義のため、2泊3日のスキー実習は全日参加すること
 実習費として36000円程度実習前に徴収する