科目名	アウトドア実習Ａ							年度	2026
英語科目名	Outdoor Activities A							学期	前期
学科・学年	スポーツ健康学科三年制 サッカーコース　1年次	必／選	選※	時間数	30	単位数	1	種別※	実習
担当教員	伊藤	教員の実務経験		無	実務経験の職種				

【科目の目的】

奄美大島（予定）にてマングローブや原生林、サンゴ礁の海など他では味わえない自然の中で学びます。カヌーやSUPなどマリンスポーツ、山の中でのトレッキングを通し基礎的技術を身につけ、また海や山におけるマナーや事故防止についての知識や行動を身につけアウトドアを学びます。集団生活を通して学生同士の協力、各自に与えられた役割を果たすことによって、集団の中の一員として自覚を持った行動・生活等を身につけることも目的の一つです。

【科目の概要】

オートキャンプ、カヌー、トレッキングなどのアウトドアライフの組立てについて、実習を通じて学びます。

【到達目標】

A.各種理論
B.基礎実技
C.団体行動力

【授業の注意点】

授業時数の４分の３以上出席しない者は単位取得ができません。講習中は指導員の指示に従い、身勝手な行動は絶対に取らないでください。身勝手な行動等を起こし他人に迷惑をかけるような者は単位取得を認めません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル５ 優れている	レベル４ よい	レベル３ ふつう	レベル2 あと少し	レベル１ 要努力
到達目標 A	十分に理解できた		概ね理解できた		理解できた
到達目標 B	理論と共に基礎技術力を発揮できる		概ねの基礎技術はある		基礎技術の理解はできる
到達目標 C	協調性・責任感・積極性を持って団体行動を楽しく過ごせる		協調性・責任感・積極性を持って団体行動ができる		協調性・責任感を持って団体行動ができる
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

なし

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

課題・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		アウトドア実習Ａ				年度	2026	
英語表記		Outdoor Activities A				学期	前期	
回数	授業テーマ	各授業の目的		授業内容	到達目標＝修得するスキル		評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	概要理解	1	アウトドアについて	アウトドアについて理解		3	
2	自然	自然の理解	1	自然について	自然について理解		3	
3	アウトドアフィットネス	トレッキング体験	1	トレッキング	トレッキングの基礎技術		2	
4			2	自然の理解を深める	トレッキングしながら自然についての理解を深める		3	
5	クラフト作成	創造性を高める	1	キャンドル作成	キャンドルの作成の基礎技術		2	
6			2	泥染め	泥染め作成の基礎技術		2	
7	自然観察	自然観察と自己理解	1	ネイチャーゲーム	星空観察と自己理解の方法		3	
8					自然散策と自己理解の方法		3	
9	アウトドアフィットネス	SUP体験	1	SUP	SUPの基礎技術		2	
10					自然との共存を理解		3	
11		カヌー体験	2	カヌー	カヌーの基礎技術		2	
12					自然との共存を理解		3	
13		舟漕ぎ体験	3	舟漕ぎ	舟漕ぎの基礎技術		2	
14					郷土文化の理解		3	
15					コミュニケーション力		3	

評価方法：1.小テスト、2.パフォーマンス評価、3.その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等