

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
パソコン・ネットワーク科											
スポーツ実習 1											
対象	1 年次	開講期	後期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	西部			実務 経験	無	職種					
授業概要											
さまざまなスポーツを体験し、人間力を高めます。											
到達目標											
習得した滑走技術を駆使し、あらゆる雪質や斜面を安全に滑走できるようになる事を目標とする。初心者 は、両スキーが平行に回転する感じを身につけ、最終的には初歩的なパラレルターンができるようになる 事を目標とする。初級者は、今後の上達に弊害を及ぼすクセを修正し、中斜面でもパラレルターンがで きるようになる事を目標とする。また、集団生活により学年・クラスを超えた人間関係を構築する。											
授業方法											
冬季スポーツの特性を活かし、全身の筋肉をしなやかに、弾力的に使いながら、巧緻性や集中力を高め る。一方で、授業で習得したそれぞれの滑走技術を駆使しながら、あらゆる雪質・斜面を安全に克服し、 スキー・スノーボードの楽しさ、奥深さを実感し、自然・人・体験など多くの出会いを通して、心の豊か さ、生きるための創造力を涵養する。											
成績評価方法											
授業内容の理解度、実施内容について評価する。積極的な授業参加度、授業態度によって評価する。											
履修上の注意											
各自、自己のスキルにあったスキー・スノーボードスクールのコースを事前に選択すること。コース選択 時に決して無理のないコースを選択するようにし、各コースのインストラクターの指示の元、安全な滑走 に努めること。自由滑走時には、必ず数名のグループで行動し、決して単独行動をすることがないよう にする。ただし、授業時数の4分の3以上出席しない者は単位として認定することができない。											
教科書教材											
資料を配布する											
回数	授業計画										
第1回	事前説明・オリエンテーション										
第2回	スキー・スノーボードスクール(1)										
第3回	スキー・スノーボードスクール(2)										

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
パソコン・ネットワーク科	
スポーツ実習 1	
第 4 回	自由滑走(1)
第 5 回	自由滑走(2)
第 6 回	オリエンテーション(1)
第 7 回	自由滑走(3)
第 8 回	自由滑走(4)
第 9 回	自由滑走(5)
第 1 0 回	自由滑走(6)
第 1 1 回	オリエンテーション(2)
第 1 2 回	自由滑走(7)
第 1 3 回	自由滑走(8)
第 1 4 回	レポート作成
第 1 5 回	成果発表