

|                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------|------------|-----|---------|------|
| 日本工学院専門学校                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                         | 開講年度 | 2020年度(令和2年度)                  |            | 科目名 | スポーツ実習4 |      |
| 科目基礎情報                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 開設学科                                                                                                                                                                                                                                                                 | ITスペシャリスト科                                                                                                                                                                              |      | コース名                           | セキュリティ専攻   |     | 開設期     | 後期   |
| 対象年次                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1年次                                                                                                                                                                                     |      | 科目区分                           | 選択         |     | 時間数     | 30時間 |
| 単位数                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1単位                                                                                                                                                                                     |      | 開講時間                           | 時間割外       |     | 授業形態    | 実習   |
| 教科書/教材                                                                                                                                                                                                                                                               | レジュメ・資料を配布する。                                                                                                                                                                           |      |                                |            |     |         |      |
| 担当教員情報                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 担当教員                                                                                                                                                                                                                                                                 | 黛 宏明                                                                                                                                                                                    |      |                                | 実務経験の有無・職種 | 無   |         |      |
| 学習目的                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| この科目では、知識・技術の習得と共に、集団生活により他者との円滑なコミュニケーション能力の向上にも努めるものとする。冬季スポーツの代表ともいえるスキー・スノーボードを通して、スポーツの楽しさなどを体験し、高年齢化社会における生涯スポーツの大切さを学ぶ。初心者、初級者、中・上級者など個々のスキルに合わせた目標を設定し、各ステップに合った目標設定の元、技術習得に努めるものとする。また集団生活におけるコミュニケーション能力の向上も目的とし、円滑な人間関係の構築に役立てるスキルの習得にも努めるものとする。          |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 到達目標                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| この科目では、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。中・上級者は、一定のスピードで自分の回転弧を自由に調節し、あらゆる斜面でパラレルターンの大回り和小回り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。 |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 教育方法等                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 授業概要                                                                                                                                                                                                                                                                 | 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。                           |      |                                |            |     |         |      |
| 注意点                                                                                                                                                                                                                                                                  | 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。 |      |                                |            |     |         |      |
| 評価方法                                                                                                                                                                                                                                                                 | 種別                                                                                                                                                                                      | 割合   | 備 考                            |            |     |         |      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | 試験・課題                                                                                                                                                                                   | 0%   |                                |            |     |         |      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | 小テスト                                                                                                                                                                                    | 0%   |                                |            |     |         |      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | レポート                                                                                                                                                                                    | 40%  | 授業内容の理解度を確認するために実施する           |            |     |         |      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | 成果発表<br>(口頭・実技)                                                                                                                                                                         | 40%  | 授業時間内に行われる発表方法、内容について評価する      |            |     |         |      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | 平常点                                                                                                                                                                                     | 20%  | 積極的な授業参加度、授業態度によって評価する         |            |     |         |      |
| 授業計画(1回～15回) 1回( 2 )時間 ※45分を1時間とする                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                         |      |                                |            |     |         |      |
| 回                                                                                                                                                                                                                                                                    | 授業内容                                                                                                                                                                                    |      | 各回の到達目標                        |            |     |         |      |
| 1回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 事前説明・オリエンテーション                                                                                                                                                                          |      | 全行程の大まかな理解と個々の目標を理解する          |            |     |         |      |
| 2回                                                                                                                                                                                                                                                                   | スキー・スノーボードスクール(1)                                                                                                                                                                       |      | 各自のスキルに合った到達目標技術の習得をする         |            |     |         |      |
| 3回                                                                                                                                                                                                                                                                   | スキー・スノーボードスクール(2)                                                                                                                                                                       |      | 各自のスキルに合った到達目標技術の習得をする         |            |     |         |      |
| 4回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自由滑走(1)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 5回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自由滑走(2)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 6回                                                                                                                                                                                                                                                                   | オリエンテーション(1)                                                                                                                                                                            |      | 他者との意見交換をし、技術習得ができてきているかの確認をする |            |     |         |      |
| 7回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自由滑走(3)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 8回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自由滑走(4)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 9回                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自由滑走(5)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 10回                                                                                                                                                                                                                                                                  | 自由滑走(6)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 11回                                                                                                                                                                                                                                                                  | オリエンテーション(2)                                                                                                                                                                            |      | 他者との意見交換をし、技術習得ができてきているかの確認をする |            |     |         |      |
| 12回                                                                                                                                                                                                                                                                  | 自由滑走(7)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 13回                                                                                                                                                                                                                                                                  | 自由滑走(8)                                                                                                                                                                                 |      | スクール時に習った技術を確認し理解する            |            |     |         |      |
| 14回                                                                                                                                                                                                                                                                  | レポート作成                                                                                                                                                                                  |      | レポートを作成し、理解できたか習得できたかの確認をする    |            |     |         |      |
| 15回                                                                                                                                                                                                                                                                  | 成果発表                                                                                                                                                                                    |      | 各自この科目にて得た成果などについて発表をする        |            |     |         |      |