

2021年度 日本工学院専門学校											
機械設計科											
スポーツ実習 1											
対象	1 年次	開講期	後期	区分	選択	種別	実習	時間数	30	単位	2
担当教員	板倉 利行			実務経験	無	職種	機械設計科専任教員				
授業概要											
厳冬の大自然の中、冬季スポーツの代表とされる「スキー、スノーボード」を通して積極的なチャレンジ精神を養い、それを克服。さらには「生涯スポーツの礎を築くこと」をねらいとする。「滑走能力のレベルアップ」や「集中力を高める能力」を築く一方で、授業で習得したそれぞれの滑走技術を駆使しながら、「適切な雪質・斜面を安全に制覇」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」を養う。											
到達目標											
スキーまたは、スノーボードの「滑走スキル」を習得し、まったくの初心者は「楽しさを見出せる（滑走に抵抗を無くす）」ように、少し滑れる人は「よりチャレンジできる環境」へ、そしてかなり滑れる人は「エキスパートレベルになること」を目標とする。また、ウィンタースポーツから体を動かすことの楽しさを知り、普段から「体力と健康の維持・管理」ができるようになる。そしてスキーとスノーボードの「専門用語」や「冬山の気象と安全」について理解し、練度の差を埋める程「の学部・学年を超えた人間関係の構築」を促すとともに、集団生活の定着をねらう。											
授業方法											
現時点では「4日間の宿泊集中授業」にて、スキーまたはスノーボードの実習を行う。実施場所と費用、宿泊などについては、「決定次第、受講希望者に連絡」する。履修者の滑走能力に応じた班編成の後、各班に分かれてそれぞれの「課題習得やプログラム」を行っていく。ある程度の滑走能力が付いた時点で、「フリー滑走」を行ってもらい、また「宿舎でのミーティング」を通じて、スキー運動の「イメージトレーニング」をはじめ、「他学生との交流」を図る。「希望者数が少ない場合」や「“時節柄”開催場所が確保できない場合」などには、別競技を実施したり、開講しないこともあり得る。											
成績評価方法											
試験・課題	0% :実施なし										
小テスト	0% :実施なし										
レポート	0% :実施なし										
平常点	90% :積極的な授業参加度、授業態度によって評価する。										
その他	10% :技能の向上について評価する。										
履修上の注意											
現時点では「4日間の宿泊集中授業」にて、スキーまたはスノーボードの実習を行う。実施場所と費用、宿泊などについては、「決定次第、受講希望者に連絡」する。履修者の滑走能力に応じた班編成の後、各班に分かれてそれぞれの「課題習得やプログラム」を行っていく。ある程度の滑走能力が付いた時点で、「フリー滑走」を行ってもらい、また「宿舎でのミーティング」を通じて、スキー運動の「イメージトレーニング」をはじめ、「他学生との交流」を図る。「希望者数が少ない場合」や「“時節柄”開催場所が確保できない場合」などには、別競技を実施したり、開講しないこともあり得る。											
教科書教材											
開講時に指定する。											
回数	授業計画										
第1回	(前年度準拠、参考程度に) 開校式 …集団行動を遅滞なく行う。ゲレンデのマナー基本姿勢を理解する。										
第2回	歩行、リフトの乗り降り …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。										
第3回	ブルーク、サイドスリップ …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。										
第4回	直滑降からの停止、斜滑降 …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。										
第5回	谷回りターン、山回りターン …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。										
第6回	シュテムターン、ドリフトターン …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。										

2021年度 日本工学院専門学校	
機械設計科	
スポーツ実習 1	
第7回	総合滑走① …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。
第8回	総合滑走② …実技概要・注意事項の説明を聞き、実習を安全に実施できるようになる。
第9回	フリー滑走① …ゲレンデでのマナーを守り、安全に滑走できるようになる。
第10回	フリー滑走② …ゲレンデでのマナーを守り、安全に滑走できるようになる。