

科目名		マリン実習A			年度	2025
英語表記		Marine Sports 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	サーフィン・ボディーボードの理解	1 サーフィン	サーフィンとは何かを理解している	2	
			2 ボディーボード	ボディーボードとは何かを理解している		
2	マリンスポーツの特性	サーフィンのルールとマナー	1 ルール	サーフィン・ボディーボードのルールを理解している	2	
			2 マナー	サーフィン・ボディーボードのマナーを理解している		
3	マリンスポーツの対象	人間と自然の関係とは	1 人間の理解	マリンスポーツを安全に実施するためにからだとこころについて理解している	2	
			2 自然の理解	マリンスポーツを行うため自然環境について理解している		
4	マリンスポーツの安全	安全で健康なマリンスポーツ	1 安全管理	マリンスポーツにおける安全の考え方を理解しているか	2	
			2 事故や怪我	予防対策や病気や怪我について理解しているか		
5	マリンスポーツの基本装備①	サーフィンの装備	1 必需品	自分の身を守り安全に楽しむための装備を理解しているか	2	
			2 服装	自分の身を守れるようなウェアを理解しているか		
6	マリンスポーツの基本装備②	ボディーボードの装備	1 必需品	自分の身を守り安全に楽しむための装備を理解しているか	2	
			2 服装	自分の身を守れるようなウェアを理解しているか		
7	マリンスポーツの基本技術①	海の特性	1 波	波の特性を理解している	2	
			2 カレント	カレントのメカニズムを理解している		
			3 サーフポイント	サーフィンが安全にできる場所について理解している		
8	マリンスポーツの基本技術②	サーフィンの基本技術①	1 パドリング	パドリングを理解しているか	2	
			2 ドルフィンスルー	ドルフィンスルーを理解しているか		
9	マリンスポーツの基本技術③	サーフィンの基本技術②	1 波を読む	安全にサーフィンができる波を理解しているか	2	
			2 テイクオフ①	波を滑る感覚を理解しているか (サポート有)		
			3 テイクオフ②	波を滑る感覚を理解しているか (サポート無)		
10	マリンスポーツの基本技術③	サーフィンの基本技術③	1 スーパーライディング	ボードに立ち波を滑る感覚を理解しているか	2	
			2 テイクオフ③	自身でボードに立ち波を滑る感覚を理解しているか		
11	マリンスポーツの基本技術③	ボディーボードの基本技術①	1 パドリング	パドリングを理解しているか	2	
			2 ドルフィンスルー	ドルフィンスルーを理解しているか		
12	マリンスポーツの基本技術④	ボディーボードの基本技術②	1 波を読む	安全にサーフィンができる波を理解しているか	2	
			2 テイクオフ①	波を滑る感覚を理解しているか (サポート有)		
			3 テイクオフ②	波を滑る感覚を理解しているか (サポート無)		
13	マリンスポーツの基本技術⑤	ボディーボードの基本技術③	1 テイクオフ③	自身で波を横に滑る感覚を理解しているか	2	
			2 ライディング	自身で波を最後まで滑る感覚を理解しているか		
14	自然の理解	自然と生活	1 生活環境	人間の生活が海に与える影響を理解しているか	2	
			2 自然環境	人間が自然に与える影響を理解しているか		
15	振り返り	発表	1 パドリングレース	パドリングの技術力を理解しているか	2	
			2 ライディング発表	ライディングの技術力を理解しているか		

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