

科目名		初級ダイビング実習			年度	2025
英語表記		Basic Scuba Diving			学期	通年
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	オリエンテーション	1 ダイビング	ダイビングとは何かを理解している	2	
			2 オープンウォーターダイバー	オープンウォーターダイバーとは何かを理解している		
2	ダイビングの特性	ダイビングのルールとマナーとは？	1 ルール	ダイビングのルールを理解している	2	
			2 マナー	ダイビングのマナーを理解している		
3	ダイビングの対象	人間と自然の関係とは？	1 人間の理解	ダイビングを安全に実施するためにからだところについて理解している	2	
			2 自然の理解	ダイビングを行うため自然環境について理解している		
4	ダイビングの器材①	機材の取り扱い①	1 チェック	安全に潜るための器材取り扱いについて理解している	2	
			2 セッティング			
5	ダイビングの器材②	機材の取り扱い②	1 リセット	安全に潜るための器材取り扱いについて理解している	2	
			2 水洗い			
6	ダイビング技術①	スキンドайビング①	1 エントリー	スキンドайビングにおいて安全にエントリーする方法を理解している	2	
			2 エキジット	スキンドайビングにおいて安全にエキジットする方法を理解している		
7	ダイビング技術②	スキンドайビング②	1 スノーケル	安全にスノーケルで呼吸する方法を理解している	2	
			2 クリア	安全にスノーケルクリアする方法を理解している		
8	ダイビング技術③	スキンドайビング③	1 マスクなし呼吸	マスクなしでも適切に呼吸を行う方法を理解している	2	
			2 マスク投げ	適切なマスク投げの方法を理解している		
9	ダイビング技術④	スキンドайビング④	1 スノーケルクリアの併用	移動しながらのスノーケルクリアの方法を理解している	2	
			2 マスクなし移動	マスクなしでも適切に移動する方法を理解している		
			3 片フィン併用	片フィンでも適切に移動する方法を理解している		
10	ダイビング技術⑤	スキンドайビング⑤	1 立泳ぎ＆浮力調整	立泳ぎをしながら適切に浮力調整する方法を理解している	2	
			2 潜降＆浮上	安全に潜降・浮上する方法を理解しているか		
			3 エントリー＆エキジット	安全にエントリー＆エキジットすることができる		
11	ダイビング技術⑥	スクーバダイビング①	1 エントリー	スクーバダイビングにおいて安全にエントリーする方法を理解している	2	
			2 エキジット	スクーバダイビングにおいて安全にエキジットする方法を理解している		
12	ダイビング技術⑦	スクーバダイビング②	1 レギュレーターリカバリー	適切にレギュレーターリカバリーを行う方法を理解している	2	
			2 呼吸	安全に水中で呼吸を行う方法を理解している		
			3 レギュレータークリア	適切にレギュレータークリアを行う方法を理解している		
13	ダイビング技術⑧	スクーバダイビング③	1 マスククリア	適切にマスククリアを行う方法を理解している	2	
			2 立泳ぎ＋機材脱着	立泳ぎをしながら適切に機材を脱着する方法を理解している		
			3 水面移動	安全且つ適切に水面を移動する方法を理解している		
14	ダイビング技術⑨	スクーバダイビング④	1 潜降浮上＆緊急浮上	安全に潜降・浮上する方法及び緊急の際に必要な浮上方法を理解しているか	2	
			2 遊泳姿勢＆フィンワーク	適切な遊泳姿勢及びフィンワークを行う方法を理解しているか		
			3 中性浮力	適切な中性浮力を保つ方法を理解しているか		
15	ダイビング理論	オープンウォーターダイバーについて	1 海洋状況	海洋状況について理解しているか	1	
			2 気象状況	気象状況について理解しているか		
			3 基本理論	基本理論について理解しているか		

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