

科目名		マリン実習 B				年度	2025
英語表記		Marine Sports B				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	オリエンテーション	1	サーフィン	サーフィンとは何かを理解している	2	
			2	ボディボード	ボディ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	海の特徴	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	パドルリング	パドル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	スーブライディング	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	ボディボードの基本技術①	1	パドルリング	パドル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	パドルングレース	パドル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