2025年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
3817109	スノースポーツ演習 Snow Sports Exercises	伊藤　智式			1	選択	1・2後期・集中

科目の概要

人は日常生活において便利で快適な暮らしを指向する。しかしその一方では環境破壊の問題が深刻化しつつある。この演習では、自然とどのように共存していくのかも視野に入れ、大自然の中での非日常的な生活や活動にあえてチャレンジし、アウトドア活動を身近に親しむための基礎的知識・技能の習得をめざす。後期の春休みに学外のスキー場を拠点に集中講義として、冬のスノースポーツ体験を行う。そして、この授業はディプロマポリシーの①②④に相当し、これらを身につけるために展開していく。

学修内容	到達目標
① 生涯を通じて日常的な生活においてもレクリエーションが習慣化される。 ② 雪山合宿を通して、集団におけるコミュニケーション能力を高め、社会性を身につける。 ③ 基本的なスキー又はスノーボードの技能を身につけ、日常生活における生活活動の円滑化を図る。 ④ 安全にスノースポーツをおこなうための方法などを身につける。 ⑤ 非日常的な生活を体験することで、人間本来の生きていく力を育む。	① 日常生活の中でレクリエーション活動が習慣化できる。それによってディプロマポリシーの①②を身につけることができる。 ② 合宿によるレクリエーション活動を通して社会性を身につけることができる。それによってディプロマポリシーの①②④を身につけることができる。 ③ スキー又はスノーボードの基礎的技能を身につけ、豊かで円滑な生活活動ができるようになる。それによってディプロマポリシーの②を身につけることができる。 ④ 安全にスノースポーツをおこなうための方法を身につけることができる。それによってディプロマポリシーの②を身につけることができる。 ⑤ 全体を通じて寒冷地で生きるためにはということの理解を深め、合宿生活の意識を高めることができる。それによってディプロマポリシーの①②④を身につけることができる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素		学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例
前に踏み出す力	主体性	積極的に活動に参加し、自分のスキルを高める。
	働きかけ力	
	実行力	活動に粘り強く取り組み、様々な課題の目標を達成する。
考え抜く力	課題発見力	合宿活動を通じて、生きていく上での基本的課題を発見する。
	計画力	
	創造力	スノースポーツを通じて自己のボディメコントロール力を創り出す。
チームで働く力	発信力	身につけたスキルを上手く表現できるように滑る。
	傾聴力	他人のアドバイスをしっかりと傾聴しボディコントールにつなげる。
	柔軟性	
	情況把握力	
	規律性	遅刻・無断欠席など、授業が円滑に進行するようにルールを守ことができる。
	ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力	

テキスト及び参考文献

テキスト：なし。必要に応じて、各授業時間にプリントを配布。
費用（交通費・宿泊費・食費・リフト代・雑費）は約4万円前後を予定。（実費各自負担）

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連：「アウトドア演習」、「レクリエーション実技」、「生涯スポーツ」、「レクリエーション実習」など
資格との関連：(スポーツインストラクター)

学修上の助言	受講生とのルール
基本的には学外のスキー場に赴き、体験してくる。２月の中旬に３泊４日妙高・赤倉方面のスキー場で、スキー・スノーボードなどスノースポーツを中心としたアウトドアスポーツを体験してくる。 ・定員約30名	学外において、変則的な集中活動になるので、活動内容を十分に理解し、外部諸団体に迷惑をかけないように注意すること。特に指定時間や、連絡等は必ず決められたように守ること。直前のキャンセルはできません。基本的にはグループ活動により展開していく。スノースポーツについての予備知識を事前に予習しておくこと。

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標				各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①				
				②				
				③				
				④				
				⑤				
	平常評価	小テスト	0	①				
				②				
				③				
				④				
				⑤				
		レポート	20	①	✓			・毎回の課題に対して、スノースポーツ活動を理解して実践してきたかどうかをレポート記録から評価する。 ・参加者たちとのコミュニケーションがうまく取れていたかどうかをレポートから総合的に評価する。 ・知識と技術の獲得とそれを活用し、フィールド・ワークでの課題を解決できたかどうかのpisa型学力も評価する。
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
		成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	70	①	✓			・実技試験を行い、スキルアップが図られたかどうかを評価する。
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
学修行動		社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓			・前項に明記した社会人基礎力に関する行動事例にも基づいて学修態度を評価する。 (主体性) ・積極的に活動に参加し、自分のスキルを高めることができているか。 (実行力) ・活動に粘り強く取り組み、様々な課題の目標を達成しているか。 (課題発見力) ・合宿活動を通じて、生きていく上での基本的課題を発見しているか。 (創造力) ・スノースポーツを通じて自己のボディ・コントロール力を創り出すことができているか。 (発信力) ・身につけたスキルを上手く表現できるように滑ることができているか。 (傾聴力) ・他人のアドバイスをしっかりと傾聴し、ボディコントールにつなげることができているか。 (規律性) ・遅刻・無断欠席など学習意欲の欠如をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることができる。 ・欠席した場合は、欠席届を提出し、フォローレポート課題を行う。
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
総合評価割合			100					

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
授業で学んだ様々な冬山合宿とレクリエーションの知識を体系的に理解し、技能の向上が著しく図れ、将来的に自分でスノースポーツ実践することができると思われる場合A(優)。 さらに、将来的に計画的に実践させることができると思われ、特に指導的立場にいると思われたらS(秀)となる。	授業で学んだ様々な冬山合宿の知識を理解し、それを活かしたスノースポーツ実践ができると共に技能の向上が図れた場合B（良）。 スノースポーツの講習に参加し、個人技能の向上が図れなくても、主体的に行動することができればC（可）である。

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	科目全体事前指導 科目概要を知る。 (9月予定)	講義	スノースポーツ演習の概要説明を聞いて能動的に把握することができる。	(予習) スキーとスノーボードについて調べる。 (復習) アウトドア活動としてのスノースポーツについて確認する。	45	課題発見力 傾聴力 規律性
2	事前指導 ① 参加調整を行う。 (12月予定)	講義・演習 (復習内容の質問に対し口答でフィードバック)	参加についての調整と学修内容の理解を深めることができる。	(予習) スキーまたはスノーボードについての知識を調べる。 (復習) スキーまたはスノーボードの知識について確認する。	45	主体性 計画力 傾聴力 規律性
3	事前指導 ② 最終調整と準備をする。	講義・演習 (復習内容の質問に対し口答でフィードバック)	直前準備などを協力的に行うことができる。	(予習) レンタル用品などを事前に調べる。 (復習) レンタル用品を再度確認する。	45	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
4	スキーまたはスノーボードの動作の理論を理解する。陸上での課題動作を習得する。	オンデマンドにて授業動画を配信する。	ゲレンデ実習の前に、陸上においての課題動作を認識できる。	(復習) レポート課題をまとめる。	45	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
5	開講式としての実習 安全指導とレンタル調整をする。	学外実習(集中) (質問に対し口答でフィードバック)	開講式のあと安全指導・生活上の留意点の確認し、レンタル物の調整などを積極的に行うことができる。	(予習) 冬山におけるリスクマネジメントを予習する。 (復習) 安全性について再度確認する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
6	ゲレンデ実習 1日目 午後 ① スキルテストとグループ分けをする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) (質問に対し口答でフィードバック)	グループ分けをし、安全指導と基礎練習を積極的に実践することができる。	(予習) グループ分けにより、各グループの技術レベルにあったスキル(-ボードはスリップ→スライド→ホールドからのターンスキル、スキーはプルーク→シュテム→パラレルなどの各種ターンスキル)を下調べする。 (復習) その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
7	ゲレンデ実習 1日目 午後 ② スケーティングスキルの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (復質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ①では平地でのスケーティングを中心に用具に慣れることができる。	(予習) 各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 (復習) その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
8	ゲレンデ実習 2日目 午前 ① 各種移動方法の習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (復質問に対し実習ノートに記してフィードバック)	グループ別実習 ②では斜面に向けての登行を中心に様々な雪面に積極的に慣れていくことができる。	(予習) 各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 (復習) その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 情況把握力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	ゲレンデ実習　２日目午前 ② エッジングの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (復質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ③ではエッジ感覚を身につけることを中心に積極的に体験することができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
10	ゲレンデ実習　２日目午後 ① スリップ、ハの字スキルの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ④ではボードは木の葉落とし、スキーはハの字滑降に積極的に挑戦し、斜面を滑ることができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
11	ゲレンデ実習　２日目午後 ② スライド、プルークの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ⑤ではボードはスリップターン、スキーはプルークで山回りターンに積極的に挑戦し、斜面を滑ることができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
12	宿泊施設での実習　２日目 ミーティング活動を行う。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し口答でフィードバック)	判別ミーティングでビデオで自分を観て、技術的な課題発見し能動的に確認することができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
13	ゲレンデ実習　３日目午前 ホールド、シュテムスキルの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し実習ノートに記してフィードバック)	グループ別実習 ⑥ではギルランデ、谷回りターンに積極的に挑戦し、斜面を滑ることができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
14	ゲレンデ実習　３日目午後 ① カービング、パラレルスキルの習得をする。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ⑦では連続ターンの完成を目指して技術習得に挑戦することができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 創造力 発信力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力
15	ゲレンデ実習　３日目午後 ② スキルテストの実施をする。 獲得した知識や技術により課題を解決するというpisa型学力も意識する。 (秦・長澤他)	学外実習(集中) グループワークでアクティブ・ラーニング (質問に対し口答でフィードバック)	グループ別実習 ⑧ではスキルテストを実施し、自分の到達度を積極的に評価することができる。	（予習）各グループの技術レベルにあったスキルを下調べする。 （復習）その日の反省と、習得した内容を記録する。	45	主体性 実行力 創造力 傾聴力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 情況把握力 規律性 ｽﾄﾚｽｺﾝﾄﾛｰﾙ力