

平成29年度 愛知学泉短期大学シラバス

科目番号	科目名	担当者名	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	秦 真人	専門	1	選択	1・2年 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。						
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こと 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 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 ③ スキー又はスノーボードの基礎的スキルを身につけ、豊かで円滑な生活活動ができるようになる 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 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			
学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素		学生に求める具体的な社会人基礎力の行動事例				
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					
考え抜く力	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				
	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				
チームで働く力	計画力					
	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				
	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ロールにつなげる				
柔軟性	柔軟性					
	状況把握力					
	規律性	合宿活動ならびにゲレンデでのルールを守る				
	ストレスコントロール力	合宿における様々な困難に対して心身を安寧にコントロールする				
テキスト及び参考文献						
テキスト:テキストは特になし。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) 参考文献:なし						
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)						
学習上の助言			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点、評価についてのコメント
筆記試験				
小テスト				
レポート	30	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
		②		
		③		
		④	✓	
		⑤	✓	
成果発表 (実技)	50	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		
作品				
社会人基礎力 (学修態度)	20	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、ボディコントロールにつなげることができているか。 (規律性) 外部の組織・団体に迷惑をかけていないかどうかを含め、合宿活動ならびにゲレンデでのルールを守ることができていたかを評価する。
		②	✓	
		③	✓	
		④	✓	
		⑤	✓	
その他				
総合評価 割合	100			

【到達目標の基準】

到達レベル A(優)の基準	到達レベル B(良)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。 ・特に指導的立場にいると思われたら K(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。

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週 /	科目全体事前指導	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(9月予定)	スキーとスノーボードについて調べ予習する	45	課題発見力 傾聴力 規律性
2週 /	事前指導 ① 参加調整を行う	講義・演習	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(12月予定)	スキーまたはスノーボードについて復習する	45	主体性 計画力 傾聴力
3週 /	事前指導 ② 最終調整と準備をする	講義・実習	直前準備などを協力的に行うことができる(1月下旬予定)	レンタル用品などを事前に調べ予習とする	45	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
4週 /	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)	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	レンタル用品などを復習しておく	45	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
5週 /	ゲレンデ実習 1日目 午前 スキルテストとグループ分けをする	学外実習(集中)	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	45	主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
6週 /	ゲレンデ実習 1日目 午後 ① スケーティングスキルの習得	学外実習(集中)	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)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	45	主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
7週 /	ゲレンデ実習 1日目 午後 ② 各種移動方法の習得	学外実習(集中)	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)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	45	主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
8週 /	ゲレンデ実習 2日目 午前 エッジングの習得	学外実習(集中)	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	(復習)その日の反省と、習得した内容を記録する	45	主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性

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 状況把握力 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週 /	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	学外実習(集中)	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)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 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力
10週 /	ゲレンデ実習 2日目 午後 ② スライド、プルークの習得	学外実習(集中)	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		45	
11週 /	宿泊施設での実習 2日目 ミーティング活動を行う	学外実習(集中)	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		45	
12週 /	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	学外実習(集中)	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		45	
13週 /	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	学外実習(集中)	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		45	
14週 /	ゲレンデ実習 3日目 午後 ② スキルテストの実施	学外実習(集中)	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		45	
15週 /	宿泊施設での実習 4日目 午前 まとめの閉講式を実施する	学外実習(集中)	全体ミーティングで実習全般の反省と感想をまとめ、レポートを作成することができる		45	

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 状況把握力 規律性
ストレスコントロール力