

講義名	スポーツ科学演習C（夏季学外コース）		
科目区分	健康スポーツ科学		
担当教員	天田 英彦 / 伊藤 淳 / 亀谷 涼		
開講期・曜日・時限	前期集中 その他 その他		
履修開始年次	2年生	単位数	2
		講義コード	71005

主題と概要

近年、余暇時間の増大に伴い、多様なスポーツをそれぞれの年齢や体力、技術に合わせて実施するようになった。またその中で海や川、山や空など多様な場を活用する、いわゆる「アウトドアスポーツ」の人気の高まってきている。アウトドアスポーツは自然とのふれあいを通じて「自然の脅威、厳しさ」や「安全の大切さ」、また集団での行動を通じて「人とのふれあい」や「協力することの重要性」を認識する絶好の機会となる。そこで本演習ではアウトドアスポーツの中でも近年注目されてきている「キャンプ」や「海洋性スポーツ」を学習することで、生涯を通して自然と親しめる基礎知識や基本技術を習得することを目標とする。まず、大学における事前研修で「余暇と野外活動の関連性」や「アウトドアスポーツの現状と課題」、「海洋性スポーツの安全対策」などを学習する。次に、3泊4日の日程で学外の野外活動センターにて研修を行い、現地の専門スタッフから「野外活動の現状と課題」などについての講義を受けるほか、「ボードセイリング」や「カヌー」などの海洋性スポーツやキャンプなどの野外活動を実際に体験する実践学習を行う。

到達目標

- 「健康」獲得の方法を体得できるようになる。
- 歴史やルール、基礎技術等を理解し、生涯にわたるスポーツ実践の礎とすることができるようになる。

提出課題

学外研修終了後にレポートを提出する。

評価の基準

- 受講態度・・・20%
- 実習点・・・60%
- レポート・・・20%

履修にあたっての注意・助言他

履修スケジュールに従って、WEB登録をしてください。
 実施スケジュール等の連絡はポータルで行います。随時確認するようにして下さい。
 第1回事前研修に参加し、第1次申込において所定の金額を支払うこと。（日程は実施スケジュールで確認すること）
 学外研修 2019年8月下旬を予定
 研修場所 神戸YMCA余島野外活動センターを予定
 受講者数 30名程度(希望者多数の場合は抽選)
 経 費 学外研修に必要な経費は個人負担（約35000円～40000円を予定）
 そ の 他 用具類はすべて現地で借用(無料)

教科書

プリント資料及び参考文献

授業計画

- 事前研修
 - ・イントロダクション
 - ・グループ編成
 - ・講義「余暇と野外活動の関連性」
- 事前研修
 - ・講義「アウトドアスポーツの現状と課題」
- 事前研修
 - ・講義「海洋性スポーツの安全対策」
 - ・グループ討議
 - ・学外研修の最終確認
- 学外研修
 - 第1日目
 - 午前 大学出発
 - 午後 開講式、海洋性スポーツ体験
 - 夜間 講義
 - 第2日目
 - 午前 海洋性スポーツ体験
 - 午後 海洋性スポーツ体験
 - 夜間 講義
 - 第3日目
 - 午前 海洋性スポーツ体験、野外炊飯
 - 午後 海洋性スポーツ体験
 - 夜間 キャンプファイヤー
 - 第4日目
 - 午前 海洋性スポーツ体験
 - 午後 閉講式、大学解散
- 事後研修
 - ・実習のまとめと反省

予習・復習

予習
 サマージーズンに行く野外活動について、知識を広める。特に、海洋スポーツ、グループにおけるレクリエーション活動の知識を深めること。
 飯盒炊爨をするので、それらに関わる技術や知識を体得すること。

備考
