

講義名	スポーツ科学演習C (夏季学外コース)			授業形態	
担当教員	天田 英彦 / 伊藤 淳 / 越智 祐光	開講期・曜日・時限	前期集中 日曜日 その他		
		単位数	2	履修開始年次	2年生
				ナンバリング・コード	SP0201

**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」の人口が高まってきている。  
 アウトドアスポーツは自然とのふれあいを通じて「自然の偉大さ、厳しき」や「安全の大切さ」、また集団での行動を通して「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いる「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。  
 本科目は、集団行動を伴うものであり、他者との意見の違いや立場の違いを理解し、協力して物事を進めると同時に、自らの役割を果たす必要がある。また、自ら目標を設定し、達成できるようにできるようにする。そのためには、様々な情報を収集したり、周囲と協力をしたりすることなどが求められる。そして、生じた課題に対して、その原因を分析し、どのような手段を用いれば解決できるのかを考え、行動できるようにする。

**到達目標**

1. 「健康」獲得の方法を修得できるようになる。
2. 海洋性スポーツ（ヨット、カヤック等）の操作方法を説明できるようになる。
3. 海洋性スポーツ（ヨット、カヤック等）を思い通りに操作できるようにする。

**提出課題**

- ・実習中は毎日、日誌を提出する。
- ・学外実習終了後にレポートを提出する。

**課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法**

提出課題に対し講評・解説を行う。

**評価の基準**

- ・実習点：60%
- ・提出課題：20%
- ・レポート：20%

**履修にあたっての注意・助言他**

1. 履修スケジュールに従って、WEB登録をしてください。
  2. 事前研修等の連絡はキャンパスクロスで行います。随時確認するようにして下さい。
- 実習期間 2024年8月下旬～9月初旬の3泊4日（予定）  
 実習場所 神戸NICA余暇野外活動センターを予定  
 定員人数 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  
 (50,000円～60,000円を予定していますが、上回る可能性もあります。)  
 その他 用具類はすべて現場で備用(無料)

**教科書**

・使用しない。

**参考図書**


**その他**

必要に応じて、資料を配付します。

**授業計画**

- 1 事前研修1
  - ・イントロダクション
  - ・グループ編成
  - ・講義「体験と野外活動の関連性」
- 2 事前研修2
  - ・講義「アウトドアスポーツの現状と課題」
- 3 事前研修3
  - ・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
- 4 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1
    - 夜間 講義1
  - 第2日目
    - 午前 海洋性スポーツ体験2、野外炊飯
    - 午後 海洋性スポーツ体験3
    - 夜間 講義2
  - 第3日目
    - 午前 海洋性スポーツ体験4、野外炊飯
    - 午後 海洋性スポーツ体験5
    - 夜間 講義3
  - 第4日目
    - 午前 海洋性スポーツ体験6
    - 午後 開講式、大学解散
- 5 事後研修
  - ・実習のまとめと反省

**授業形態（アクティブ・ラーニング）**

ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけれども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

**準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間**

- 予習  
 サマリーシートを行う野外活動について、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。  
 野外炊飯をするので、それらに関する技術や知識を体得すること。
- 復習  
 実習終了後に行う課題の提出。

**卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連**

本科目を受講し、目標を達成することで、本学の学生が卒業時に共通して身につけておくべき資質・能力の5項目および、健康スポーツ科学のキャリアプログラムポリシーへ貢献することができる。「ネアカ のびのび、へこたれず」の精神を育むことができる。また、問題点やその要因を発見し、自らが進んで取り組めるようになる。そして、他者に働きかけ、協力して課題へ取り組みることにより、円滑なコミュニケーションをとることができるようになる。  
 生涯にわたってスポーツと関わったり、健康の維持・増進に努めたりすることができるような知識を得て、理解することができる。  
 以上は、全学部・学科の所属学生へ共通している。

**双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述**

**実務経験の有無及び活用**

**備考**