

平成 27 年度 スキー実習

山形県蔵王温泉スキー場にて、1月31日～2月4日(前半)、2月14日～2月18日(後半)の4泊5日、スポーツ科学部の学生約120名でスキー実習を行いました。

学生の個々のレベルに合わせ、6～7つの班を編成し、スポーツ科学部教員の指導のもと、スキー技術体系の理解と技術の習得及び向上、自然の中でのスキー活動の安全対策・自己の健康管理方法習得、集団活動における行動規範の理解と自主的・積極的行動の習得を本実習のねらいとし、実施しました。

昨年度は、暖冬ということで、積雪が少なく、コンディションが不安定でしたが、学生は普段雪に見慣れず、触れることが少ないことから、あたり一面雪景色に驚いている様子でした。



実習中の様子 日を追う毎に上達していきました。



夜ご飯の様子

それぞれの班楽しそうです。ご飯はいろんな鍋料理が出て疲れた身体を温めてくれました！



班別ミーティングでの様子

ビデオで各自の動きを見ている班もありました！



蔵王温泉スキー場の景色

後半組は前日までの雨と気温上昇で雪が溶けて、氷状態でした・・・。



蔵王山頂のお地藏さんの写真

例年より、雪が1mも少なかったみたいです・・・。しかし、タイミングよく地元のテレビ局に取材された班がありました！



スキー実習を終えて、本実習のねらいは達成できたかと思います。また、なかなか行くことのできないスキー場に行き自然を感じながらスキー実習ができたことはいい経験だったのではないかと思います。

スキーは年齢、体力、能力、集団、個人のレベルに応じて活動できる特徴を持ち生涯スポーツとして最適な種目でもあるため、今回の実習を機に、今後の生活に生かしてもらえたらと思います。