

コード番号 C108

講習名	【選択】スポーツ医学と「体気づき」			
開設日時	8月26日(木)	担当講師	布村 忠弘	
会場	富山大学(五福キャンパス)	募集人数	50人	時間数 6時間
認定対象職種	教諭・養護教諭	主な受講対象者	幼稚園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校教諭、養護教諭	
受講料	6,000円	受講料以外の経費	なし	
<p>講習の概要</p> <p>「体ほぐしの運動」は体への気付きや調整、仲間との交流を主なねらいとしており、「スポーツ医学」の最大の課題はケガや故障の克服・予防であるが、いずれも自分や仲間の体を知り、体との対話を進めていくということが基本となる。乳児の発達、体育、スポーツおよび介護など様々な現場での取り組みを通して、「主体的・対話的で深い体の学び」とは何か?について提案を行う。</p>				
<p>到達目標及びテーマ</p> <p>【到達目標】 スポーツ医学の立場から見た「体ほぐしの運動」の重要性を理解し、自分や仲間の「体との対話」を体験して、「一人ひとりの体に合った動きを試行錯誤によって見付けていく」ことができるようになる。さらに、「試行錯誤が成立するために必要なこと」を理解し、「試行錯誤のガイド」ができるようになる。</p> <p>【テーマ】 学校体育、スポーツ及び介護など様々な現場における「主体的・対話的で深い体の学び」</p>				
<p>講習の授業計画</p> <p>1.(9:00-10:00) 今現在の自分の体を確認する。「良い姿勢」とは?「試行錯誤」で体に姿勢を選んでもらう。</p> <p>2.(10:10-11:10) 自分の体、その中心としての背骨を知る。知識は体との対話にどのような意味を持つか?</p> <p>3.(11:20-12:20) 「赤ちゃんに自分の体を知ってもらう方法」を具体例として「主体的・対話的で深い体の学び」の指導法を学ぶ。</p> <p>4.(13:20-14:20) 動きの原理を知り、体と対話(思考錯誤)することで、「よりよい動き」が獲得できる。(スポーツから介護まで)</p> <p>5.(14:30-15:30) どのような学びがあったかを確認する:振り返りレポートの作成</p> <p>6.(15:40-16:40) 体験のシェアと発表、「評価」について</p> <p>※試験終了後、受講者評価アンケートを実施する。</p>				
テキスト	当日、プリントを配付する。			
参考資料等	<ul style="list-style-type: none"> ・「心をひらく体のレッスン フェルデンクライスの自己開発法」, M.フェルデンクライス(著), 安井武(訳), 一光社, 1,836円(税込), ISBN:9784752850557 ・「フェルデンクライスの脳と体のエクササイズ 健康とリラックス, フィットネスのためのらくらくエクササイズ」, マーク・リース/デヴィッド・ゼメック・パーソン/キャシー・パーソン(著), かさみ康子(訳), 晩成書房, 2,160円(税込), ISBN:9784893803214 ・「初めてのフェルデンクライス」, かさみ康子(著), 地球丸, 1,512円(税込), ISBN:9784860673741 ・「脳のなかの身体 認知運動療法の挑戦」, 宮本省三(著), 講談社, 799円(税込), ISBN:9784062879293 ・「タッチ&プレイで伸ばす赤ちゃんの心, 体, 能力」, ビバリー・ストークス(著), 榊原洋一・浅岡政子監修, 主婦の友社, 2,484円(税込), ISBN:9784072375297 ・「体ほぐしを楽しもう」, からだほぐし編集委員会監修, 汐文社, 1,944円(税込) <ul style="list-style-type: none"> -①「わいわいドキドキからだたんけん」, 久保健(著), ISBN:9784811374567 -②「のびのびワクワクからだあそび」, 原田奈名子(著), ISBN:9784811374550 -③「ゆったりイキイキからだ気づき」, 高橋和子(著), ISBN:9784811374543 			
履修認定(試験)の方法	講習中に作成・提出する「振り返りレポート」による。			
留意事項(各自で準備するものなど)	鉛筆, 色鉛筆, 4色ボールペン, マーカーなど色分けできる筆記具, 動きやすい服装, フェイスタオル, 飲み物を各自準備してください。(ホールでは床に寝転がるので, ヨガマットは用意していますが, 必要な方はクッション・バスタオル等を用意してください。)			
備考				