

**部活動は将来に役立つのか？
—スポーツ教育学入門—**



国際機関であるOECD(経済協力開発機構)は「部活動は日本の強み」とも言っています。なぜ、そのように評価されるのでしょうか。部活動が将来に役立つのであれば、どのような活動が求められるのでしょうか。スポーツ教育学の観点から考えていきましょう。

スポーツ・サイエンス —スポーツ動作の隠し味—



ヒトのからだの仕組みを理解して、その延長線上にある身体動作やスポーツ動作について考えてみましょう。これまで言われてきた、いわゆるスポーツ動作の“コツ”というものがかなり観えてきました。本講義では、ヒトのからだの仕組みについて、機能解剖学的視点と運動生理学的視点から、その「隠し味；コツ」を紹介します。

地球環境とヒトの適応能力



皆さんが生活をしている地球には重力が働いています。また、地域や季節により、さまざまな環境が取り巻いています。こうした中でヒトが生きていくためには動けること、環境への適応が重要となります。本講義ではヒトの持つ適応能力について学びましょう。

フットボールのサイエンス・アイ



スポーツの始まりは暴力反対のムーブメントで、その代表はフットボールです。ポジションには番号があり、番号には役割があります。レフェリーは事実のみを公平に裁き、自分のフットボールを押し付けたり、先入観で判断してはなりません。フットボールを通してスポーツ本来のあり方について学んでみませんか。

**体育・スポーツクラブにおける
生体情報の活用**



ヒトは運動・スポーツを行うときに、動作前にこれから起こることを経験値から予測し(フィードフォワード)、動作時には絶えずからだの内部からの生体情報を基にフィードバック機構を働かせて運動継続を計ろうとします。こうした生体情報のいくつかは測定することが可能であり、今日ではリアルタイムに可視化することもできるようになりました。データを如何に読み、処理することにより現場に活用できるかについて学びましょう。

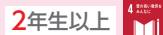
「ゾーン」とは何か

—トップアスリートたちの「感性」の秘密—



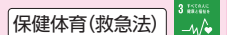
スポーツ界では、トップアスリートやその指導者たちは、科学的な取り組みの限界と「感性」の重要性を指摘しています。本講義では、最高のパフォーマンスを生む心理的領域である「ゾーン」について紹介し、トップアスリートたちのゾーン体験や感性についてお話しします。

スポーツとチームワーク



スポーツを実施する際、チームのメンバーは「互いに協力しあい、自己の責任を果たす」ことが求められます。そもそもチームとは何なのでしょう。グループワークを通して、個人とチーム、およびチームワークについて考えてみましょう。

救急安全法



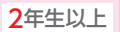
学校現場での心停止傷病者は、目撃がある場合がほとんどであり、バイスタンダーの心肺蘇生やAEDによる除細動が有効に働く可能性が高いです。学校教育における救急安全の講習の広がり子どもたちの命を守る意味ではもちろん、その子どもたちが将来社会に出る全員がバイスタンダーCPRやバイスタンダーAEDとなることができる社会を実現するためにも、非常に重要です。

マラソン大会を通じて考える大阪の歴史と未来



日本で最初に「マラソン」が行われたのは1909年、大阪の新聞社主催の大会でした。同じ新聞社が1946年から毎年開催してきたマラソン大会が2022年から「大阪マラソン」と統合されました。本講義ではマラソンを通じて大阪の歴史と未来を考えます。

オトナのスポーツのススメ



スポーツはもともと、技を磨き競うことを楽しむものですが、それだけが楽しいわけではありません。オトナになると、スポーツとの向き合い方もその楽しみ方も、人それぞれ、多様になっていきます。そんなオトナなスポーツの楽しみ方の世界に触れてみませんか？

病と身体の文化人類学



本講義では、いわゆる「同性愛者」や「障がい者」に注目することで、しばしば当然の前提として語られる正常(健康)／異常(病気)の境界を問い直し、病の裏返しとしての「健康」という概念自体を文化人類学的に再考します。

**アドベンチャープログラム
—体験学習へのいざない—**



アドベンチャー(冒険)とは、極地や高山に挑むだけでなく、子どもたちが野山で経験するような小さな冒険も含まれます。それは未知への挑戦、可能性の探求、仲間たちとの信頼関係、自分の限界への挑戦。身体を使った簡単な活動を通して、アドベンチャーを基盤にした体験学習の一端に触れていただきます。体験学習は、仲間とのつながりや自身の成長を実感するダイナミックな学びの場です。 (2025年1月～3月出講不可)

認知機能向上と運動





認知とは、理解・判断・論理などの知的機能を指します。運動はこの認知機能の向上に有効であることが明らかにされています。本講義では、認知機能の中でも「注意・実行機能」に焦点を当て、教室内で座ってできる低強度運動を通じて、運動の効果について検証します。


「マインドフルネス」とは何か





近年「マインドフルネス」という言葉が、痛みやストレスの低減、創造力の開発、集中力の向上といった効果があるとされ、注目されています。本講義では、実際に体験することを通して、教育学、身体心理学などの観点から「マインドフルネス」の技法とその思想について考えます。

「からだ」の声に耳を澄ます  


私たちの「からだ」は、私たちにさまざまなメッセージを送っています。その「からだ」からのメッセージを受け取るには、ちょっとしたコツがいります。ヨガや身体心理学などの知見から「からだ」の声に耳を澄ますコツとその重要性を、実際に体験してもらいながら考えます。

**スポーツバイオメカニクス
ヒト身体能力の可能性を探る** 


ヒトはどのようにして、より速く走ることやより高く跳ぶことなどを可能にしているのでしょうか？筋肉や腱、関節など身体の特徴を巧みに利用して様々な運動動作を可能にするヒト身体能力について、「スポーツバイオメカニクス」という観点から探ります。

「ソーシャル・インクルージョン」を考える  

さまざまな個性を持つすべての人が互いに包み支えあい、多様な価値観を許容することができる社会、「ソーシャル・インクルージョン」が求められています。“誰一人取り残さない(SDGs理念)”、“障がいのある子どもの健康とくらし”をテーマに、一緒に考えてみましょう。

少子高齢社会と福祉の支援 




少子高齢化の進行に伴い、さまざまな生活課題が発生しており、それらの問題解決のために相談援助を担う専門職である社会福祉士の役割が重要になっています。本講義では、社会福祉士の活動の実際や、今後、期待される役割について概説します。
(9月～3月出講不可)

個人としてとソーシャルワーカーとしての自己覚知 

私たちは一人ひとり個人の価値観を持っています。私たちの行動や言動、その行動をとるにいたった判断に、その価値観はあらわれています。人と関わり支援する専門職は、支援する相手の理解とともに、自分自身の価値観や考え方についてよく理解しておく必要があります。グループワークやロールプレイを活用して、個人の価値観について、そして対人援助の専門職であるソーシャルワーカーが何を大切にしているかについて学びます。
(9月～3月出講不可)

社会的・文化的健康のための強い絆と弱い絆

人は皆、社会のつながりの中で生きています。つながりはとても大事です。だから、つながりは強ければ強いほど望ましい…と思いきや、弱いつながりも役に立つことがある！？社会学や社会福祉学などの学問分野の観点から、社会の「絆」についてのちょっと不思議なお話をします。

**国際比較でみる社会的養護
(親と一緒に暮らせない子どもの生活)**   



親と一緒に暮らせない子どもの生活を考えることを社会的養護といえます。子ども虐待やネグレクトなど親と一緒に暮らせない理由や養育里親や児童養護施設など子どもの暮らす場について、国際的な比較を通して考えます。

体験を表現すると何が起るのか


「一郎もなぜか胸がつかまって笑えませんでした」(宮沢賢治 ひかりの素足)。誰も理解することができる一文です。あるいは、これと同じような体験をしたことがあるかもしれません。しかし、この文をよくみてみましょう。ここにある「胸がつかまった」とはなんでしょう。胸のレントゲンをとったら映るような物理的な「つまり」ではありません。言葉に先立つ未形成の体験を表現するとき、いったい何が起るのでしょか。

こども・若者を地域で支える臨床心理学 **2年生以上**


自験例として、-1歳から40歳まで、地域で困難をもったこども・若者を支援するために臨床心理学の知見を用いて、教育と福祉の視点を融合させて住みよい地域を創造する取り組みを紹介します。令和5年度に設置された、こども家庭庁の業務内容に触れながら、地域で始まる新しい取り組みについて紹介することで、その年代に生活する高校生たちが自分の未来をその中に描くことができるようにお話しします。

暮らしにいかす臨床心理学 **2年生以上**  

臨床心理学は心理学の中でも人間の暮らしや営みを支える学問です。個人が自分らしさをいかしたり、他人のいいところも見出したりして、互いに影響しあいながら、豊かな交流を結ぶことが大切です。本講義ではこのようなことを臨床心理学の観点から考える機会にします。

妊娠・不妊とメンタルヘルス 


皆さんは「妊娠」についてどのようなイメージを持っていますか？「妊活」や「不妊」という言葉からは、妊娠はとても難しいことのように感じるかもしれません。本講義では、現代の日本における妊娠や出産の現状と、メンタルヘルスとの関連について学びます。

子どもたちの健やかな成長を支援する 

子どもの健やかな成長を支援するために、福祉や心理学的な側面からさまざまな対応が行われています。本講義では子どもの心身の発達について概説した後、現在日本で行われている子どもを対象とした施策について述べ、子どもの命と健康をどのように守っているかについて理解を図ります。

ストレスとこころの健康

私たちは、日常生活を送るにあたりストレスを感じる場面が少なくありません。ストレスに対処し、こころの健康を保つためには、どのようなことに気をつければよいのでしょうか。本講義では、ストレスのメカニズムやストレスへの対処方法についてお話しします。

PCAGIP法の体験 **2年生以上** 

PCAのカウンセリング理論から発展したPCAGIP(ピカジップ)は今や多くの対人援助職で用いられるグループ技法です。その批判しない、メモを取らない、一人一つの質問をするというシンプルなルールでどのくらい友人の支援ができるか体験します。
(9月～10月出講不可)