

2年生、年度末講義

生涯スポーツに向けて

橘 直隆

スポーツを生活のなかに

== ある オジサンとオバサンの楽しみ ==

オジサンの特徴

- スポーツが好きで、得意である（あった）
- 比較的、体力がある（あった）
- 好奇心や意欲がある（あった）

A 1、オジサンとスポーツ

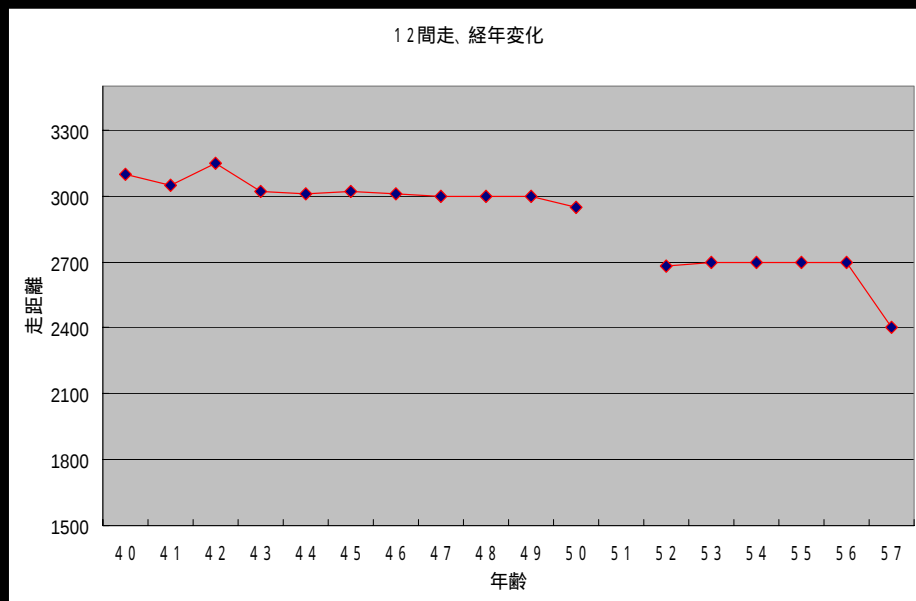
走る

- ・ ランニング
- ・ オリエンテーリング

ランニング







オリエンテーリング







オジサンとスポーツ — まとめ

- ・身体と意欲はつながっている
- ・身体は放っておくと衰える
- ・頑張りすぎると壊れる
 - 適度な運動
- ・クラブに入ると(作ると)面白い

A2、オジサンとスポーツ

旅（旅行ではなく行動する旅）

- ・ サイクリング
- ・ 登山
- ・ 徒歩旅行

サイクリング



[illegible]

登山







徒歩旅行









時と金 かけて歩くは遍路道
この疲れ この痛み ありがたきかな

オジサンとスポーツ ー まとめ

- ・楽しい(好きな)ことは長続きする
- ・チャレンジすると 若返る
自信になる(達成感)
自分がよく見える
- ・大自然を相手にすると

.....

教育で扱う「知」の構造(星野、2003)

人 工		自 然
間 接 体 験		直 接 体 験
I Q		E Q
デ ジ タ ル	バ	ア ナ ロ グ
知 識	ラ	理 解
理 性	← →	感 情
言 語 ・ 論 理	ン	イ メ ー ジ ・ 感 性
客 観	ス	主 観
物 質 ・ 科 学		精 神 ・ 芸 術 ・ 宗 教
形 式 知 ・ 科 学 知		暗 黙 知 ・ 内 省 的 知
(一 般 的 な) 学 力		生 き る 力



オバサンの特徴

- 学校で嫌いだったもの → 体育
- 学校で好きだったもの → 給食

B 1、オバサンとスポーツ

サッカー

- ・ 観戦
- ・ 応援 そして



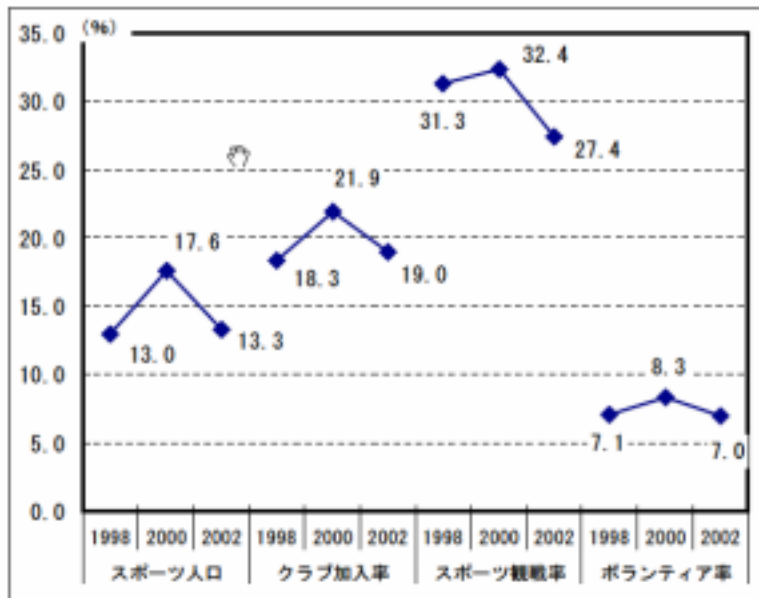


サッカー観戦者			
タイプ分けと座席		自由席 (ゴール裏) (立つ・動く)	指定席
観戦(応援しない)	初心者	○	○
	サッカー好き		○
	スポーツ好き		○
応援	チーム応援	↓	○
	個人応援	○	○
サポート	選手と共に戦う 出来ることをする	◎	○
	念じる	○	○
	ボランティア	・	・





図表4 各スポーツライフの経年変化



REDs中毒度CHECK

2005年 1月 8日 (土) 10時 27分 52秒 現在

あなた生活の **124%** はレッズに浸食されています。

あと一歩で駄目なレベルになるところです。
 レッズから離れることはすでに無理でしょう。
 でもレッズ一筋なのはわかりますが……
 今後のためにもう少しほかのことにも興味を持った方がいいかも……

オバサンのレッズ中毒度



オバサンとスポーツ — まとめ

- ・実技をしなくてもスポーツを楽しむ
 - ・実技をしなくてもクラブ(チーム)の一員となれる
 - ・力を提供すれば、得られるものは大きい
- チーム(クラブ)にかかわろう
スポーツイベントにかかわろう

B 2、オバサンとスポーツ

歩く

- ・ 登山
- ・ ウォーキング



登山







オバサンとスポーツ ー ー まとめ

- ・歩くくらいは誰でもできる
- ・「ま、いいか」ではなく
「何かチョット」 面白そうなことを
- ・目標があればトレーニングに意欲がわく

スポーツを生活のなかに

== ある オジサンとオバサンの楽しみ ==

お し ま い

レポート課題

今日の講義の中で、これからのスポーツライフを充実させていくうえでヒント(参考)になった点を挙げなさい。

なぜヒント(参考)になったのか、過去のスポーツとの関わり、自分の現状、将来の可能性等と関連させながら述べなさい。

オプション 授業の感想

→ 次週、各科目担当の先生に提出