

令和5年度（公社）全国大学体育連合北陸支部 夏期研修会 実施要項

〔主催〕（公社）全国大学体育連合 北陸支部

〔共催〕（公社）全国大学体育連合

〔主管〕 富山大学 富山県立大学 富山短期大学

〔日時〕 令和5年9月30日（土） 13：00～16：00

〔研修テーマ〕「体育・スポーツへのフェルデンクライス・メソッドの応用」

（1）「エコロジカル・アプローチ」とフェルデンクライス・メソッド

（2）フェルデンクライス・メソッドを応用した「動作指導」

- ① 「動作感覚」をどのようにしてつかんでもらうか
- ② 「動作感覚」をつかんでもらうためにできること
- ③ 「知ること」の意味を「足」で体験する
- ④ 投動作など「スイング動作」における体幹（背骨）の動きをガイドする

〔研修方法〕 本研修会は Zoom を利用したオンライン開催といたします。

【受講上のお願ひ】

- ・寝転がった状態、椅子等に腰掛けた状態、立った状態でレッスンをを行います。
- ・寝転がれるスペース、高さを調節する枕として利用できるバスタオル等、座面がフラットな動かない椅子をご用意ください。
- ・実施している様子に合わせて、言葉による指示を出していきます。ビデオをオンにしていただくことで、講師は参加者に言葉の意味が伝わっているかを知ることができます。
- ・参加者は、どうしてもいいか分からない場合に手を挙げるなど、寝転がったままでも状況を伝えることができます。
- ・それぞれの状態で、できるだけ全身が映るように工夫してください。
- ・映ると都合の悪いことがないように、服装・環境等できるだけ事前に配慮してください。
- ・なるべく、食事直後、満腹でのご参加は避けることをお勧めします。

〔講師〕 布村 忠弘 氏

富山大学名誉教授

国際フェルデンクライス連盟公認プラクティショナー

日本スポーツ協会公認スポーツドクター・アスレティックトレーナー

日本バレーボール協会テキスト「コーチングバレーボール」において

基本技術の「動作原理」について解説

[本研修会について：講師より]

「フェルデンクライス・メソッド」は、授業では富山大学人間発達科学部の「身体コミュニケーション」や教養教育体育の「特別体育」（心身の事情により集団のコースで履修できない学生対象の実技）において、またスポーツ選手のリハビリ・ケアや指導に活用してきましたが、基本的に「フェルデンクライス・メソッド」という名称を使うことはなく、「動作を学習するとしたら、こういうやり方が妥当だろう」ということで使ってきました。

令和2年度の北陸支部研修会では「フェルデンクライス・メソッドの紹介」をやらせていただきましたが、今回は現在スポーツ界で話題の「エコロジカル・アプローチ」の解説から「フェルデンクライス・メソッド」を理解していただこうと考えています。どちらも「人が動作をつかみ戦術を構築していくには、環境をデザインして試行錯誤してもらうしかない」というものであると捉えています。

「フェルデンクライス・メソッド」では、生徒（クライアント）の主体的な試行錯誤を保証しながら、より有効な試行錯誤の成立をガイドしていきます。そこで「指導者ができること・すべきこと」を理解することは、現代の指導にとっても役立つものと期待できます。「動作学習の過程」を実際に体験していただき、その過程と指導者の役割について理解を深めていただきたいと思います。

[募集人数] 約25名（先着順）

[参加費] 無 料

[申込締め切り] 令和5年9月27日（水）18：00迄

※当日参加も大丈夫ですが、資料等の準備もありますので、なるべく27日までにお申し込みください。よろしく申し上げます。

[申込方法・問合せ先]

- (1) 9月27日（水）18：00迄に富山大学水谷宛 **【参加申込用紙】**をメール添付にてお申し込み下さい。
- (2) 併せて、布村先生への質問事項も受け付けますので、質問のある方は**【参加申込用紙】**に記載してある**【布村先生、質問があります！】**にご記入ください。
- (3) 参加用URL、当日使用する資料を9月29日（金）迄に参加申込者へ別途通知する予定にしています。

[富山大学水谷連絡先]

e-mail : mizutani@las.u-toyama.ac.jp

TEL : 076-445-6331（研究室直通）

水谷携帯 : 090-1634-2699