

令和2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2年9月19日（土） 13:00～16:00

〔研修テーマ〕「フェルデンクライス・メソッドの紹介」

- （1）フェルデンクライス・メソッドについて
- （2）大学教養体育におけるフェルデンクライス・メソッドの応用について（実技）
 - ①「動作感覚」をどのようにしてつかんでもらうか
 - ②「姿勢」はどのように教えることができるか
 - ③「スクワット」を組み立てる
 - ④その他、たとえば、投動作、バレーボールのスパイクなど

〔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。

※【受講上のお願い】を日程表に記載していますので、ご確認をお願いします。

特に熱中症対策・コロナ感染対策として以下の2点にご配慮ください。

- （1）熱中症を避けるため、実技研修中および研修前後の積極的な水分補給をお願い致します。
- （2）実技研修中は、他者との距離（ソーシャルディスタンス）を確保いただき、室内の場合は、十分な換気の定期的な実施をお願い致します。

〔講師〕布村 忠弘 氏 富山大学人間発達科学部教授

国際フェルデンクライス連盟公認プラクティショナー

〔本研修会について：講師より〕

基本的に「フェルデンクライス・メソッド」という名称を使って講習をすることはなく、「動作を学習するとしたら、こういうやり方が妥当だろう」という提案として使っています。

「フェルデンクライス」というのはこれを始めた人の名前ですが、彼は物理学者で、「力学と「学習が何で成り立ちどのように進んでいくか」の考察からこのメソッドを作りました。

まず生徒（クライアント）がどのように動作しているかをとらえ、別の選択肢を体に提供し、試行錯誤で体を選んでもらうというという原理に従って進めていきます。

1対1で直接体に触れてガイドを行っていく方法と、集団に対して（1対1も可）言葉の指示で「自分のやっていること」と「別の選択肢」に気づきを促していく方法があります。

今回はテーマに挙げた内容について、「動作学習の過程」を実際に体験していただきます。

〔募集人数〕 約 25 名（先着順）

〔参加費〕 無 料

〔申込締め切り〕 令和 2 年 9 月 16 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 16 日までにお申し込みください。
よろしくお願ひします。

〔申込方法・問合せ先〕

- （1）9 月 16 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 18 日（金）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・FAX : 076-445-6331（研究室直通）

水谷携帯 : 090-1634-2699