

授業科目名	スポーツ老年学		
単位数	2 (学部生のみ)	授業形態	講義
担当教員	彦次 佳		
開講	岸和田サテライト	区分	学部開放科目
実施日・時間	10月 6日 (土) 13:00~17:00		
	10月 20日 (土) 14:00~18:00		
	11月 11日 (日) 13:00~17:00 (フィールドワーク)		
	11月 17日 (土) 14:00~18:00		
	12月 15日 (土) 13:00~17:00		
	12月 22日 (土) 13:00~17:00		

【講義内容】

近年多様化する成人・中高年の運動・スポーツについて、その現象と成人・中高年者の多様なスポーツニーズを概観しながら、成人・中高年期における運動・スポーツ実施の意味を加齢発達学（ジェロントロジー）の観点から考察する。講義では特に、ヘルススポーツ（健康の維持と改善）、レジャースポーツ（余暇充足・楽しさの追求）、マスターズスポーツ（技を磨き競うことを楽しむ）を紹介し、それぞれの目的・楽しみ方からスポーツが担う役割を論じ、スポーツの持つ可能性と価値を高めながら、成人・中高年期のスポーツプロモーションについて共に考え、議論します。

第1回 オリエンテーションと導入

「スポーツとは？」

日常的に使用している“スポーツ”とは何なのか、またスポーツに参加するとはどのようなことなのかを理解する。

第2回 ヘルススポーツ

「健康・体力づくりを主な目的とした運動・スポーツ実施」

健康づくり・体力づくりを主な活動目的とする運動・スポーツ実施について、基本的な知識と考え方を学習し、健康になるための運動実施の指標や、効果的に健康になる運動プログラム、また、それらによってどのような便益がもたらされるのか、理解を深めていく。

第3回 フィールドワーク

「マスターズ甲子園 2018」

講義担当者が実行委員として立ち上げから関わっているマスターズ甲子園大会のフィールドワークに出向く。フィールドワークを通して、1) オトナが野球というスポーツに一生懸命取り組む姿、2) かつて抱いていた夢がオトナになって叶ったとき、その人の人生にどのような変化・影響があるのか、3) マスターズスポーツイベントのマネジメントについて、実際に大会に触れることで体得する。

第4回 マスターズスポーツ

「技を磨き競う楽しさに挑戦するスポーツ実施」

技を磨き競うというスポーツの本質的な楽しさに挑戦するスポーツ実施について、特に 2021 年には日本で開催されるワールドマスターズゲームズにスポットライトを当てて紹介する。歳を重ねていく中で、スポーツで勝ち負けを競うことや目標を達成することの意義や楽しさとはいったい何なのか、共に議論する。

第5回 レジャースポーツ

「余暇充足と趣味としての楽しさを満喫するスポーツ実施」

余暇充足・趣味としての楽しさを満喫するスポーツ実施について、どのような特徴があり、どのようなスポーツ種目があるのか、その代表例を示しながら理解を深めていく。また、レジャースポーツに関連して、近年非常に注目を集めるスポーツ・ツーリズムについても紹介し、来るべき 2019

年ラグビーワールドカップ、2020年東京オリンピック・パラリンピック、2021年ワールドマスターズゲームズ関西の開催にあたって、その役割と重要性について理解する。

第6回 まとめとふりかえり

「スポーツの役割と可能性」

これまでの講義で学習してきたことを振り返り、スポーツの役割と可能性というテーマでまとめていく。また、講義の中で本講義の学習効果をみるための最終レポートを書く。

【到達目標】

成人期以降の多様なスポーツの楽しみ方について学習し理解することを通して、歳を重ねる中でスポーツを楽しむことの価値や意味、ひいては、歳を重ねることの意味を考え、反芻することを到達目標とする。

【テキスト・教材】

講義では、適宜資料などを配布します。

【参考書】

- ・『ジェロントロジースポーツ—成熟人生を“好く”生きる人のためのスポーツライフ』（長ヶ原 誠、ジェロントロジースポーツ研究所：2007）
- ・『健康スポーツ学概論—プロモーション、ジェロントロジー、コーチング』（山羽 教文、杏林書院：2013）

【成績評価方法】

議論への参加状況(40%)、小レポート(30%)、最終レポート(30%)など総合的に評価します。

【授業時間外学習】

本講義を通して普段何気なく見ているスポーツの現象などに対して、これまでより注意深く見る目を持ち、その現象がどのように発生しているのかなどを考えることを、本講義の時間外学習として位置付けます。

【履修上の注意・メッセージ】

11月11日（日）に予定しているフィールドワークは、日程が変更になる場合がありますので、予め了承しておいてください。