

講義名	地域ボランティア実習			授業形態	
担当教員	関 和俊 / 北村 裕美		開講期・曜日・時限	後期 木曜日 2時限	
	単位数	1	履修開始年次	3年生	ナンバリング

主題と概要

本実習は、神戸市西区と本学との連携事業の一環として、実際に住民の健康づくり活動を展開していく科目である。学習の場を学内から現場に移し、地域での健康づくり活動やボランティア活動を通して、これまでに学習してきた健康づくりに関する知識や接遇技術を実践し、参加者を楽しませたり、喜ばせたり、進したりできるコミュニケーションスキルの習得を目指す。本講義は、「地域ボランティア論（木曜1限）」と同時履修することが必須条件である。

到達目標

地域住民のニーズに対応した健康づくりの運動プログラムと指導法を説明できるようになる。
健康づくりの運動指導やボランティア活動を通して、地域社会に貢献し、コミュニケーション能力を高めることができるようになる。

提出課題

振り返りレポート

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法

個別に講評する。

評価の基準

取組状況・・・75%
振り返りレポート・・・25%

履修にあたっての注意・助言他

選別(10分まで)2回で1回欠席とみなし、4回欠席で単位認定しない。
志望者層に向けた生活や受講ルールを遵守すること。
本講義は、「地域ボランティア論(木曜1限)」と同時履修することが必須条件である。
指導技術の習得には反復練習が大切である。実際の場面を想定し、動きと共にセリフを声に出しながら練習すること。
地域(区民センター「屋敷り原」西神中央駅)活動の際は、大卒に適合した後公共交通機関を使用して移動する。
本実習は、神戸市西区と本学との連携(インターンシップ)事業であるため、運動指導や保健事業に興味、関心のある者や「健康運動実践指導者」の取得を目指す者は履修を推奨する。

教科書

.使用しない。

参考図書

その他

適宜、資料を配布する。

授業計画

1. ガイダンス
2. ストレッチ指導方法の習得
3. レクリエーション指導方法の習得
4. 筋力トレーニング指導方法の習得
5. 実践実習（地域での健康指導）
6. 実践実習（地域での健康指導）
7. 実践実習（地域での健康指導）
8. 実践実習（地域での健康指導）
9. 実践実習（地域での健康指導）
10. 実践実習（ボランティア活動）
11. 実践実習（ボランティア活動）
12. 実践実習（ボランティア活動）
13. 実践実習（ボランティア活動）
14. 実践実習（ボランティア活動）
15. 活動報告・振り返りとまとめ

授業形態（アクティブ・ラーニング）

ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

ロールプレイ

準備学習（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

<予習>2時間
毎回の指導担当が変わるため、各プログラムの指導のポイントを押さえ、それぞれのセリフを覚えておく。特にステージでの指導は対面となるため、動作の方向とセリフとの対応を理解しておく。
<復習>2時間
教員からのコメント、参加者アンケートなどを参考にして指導の反省点をまとめ、出来なかった点および修正すべき点を抽出する。

卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連

本実習を通して、健康づくり運動に関する効果的な指導法を身につけることができ、ディプロマポリシーに大きく貢献できる科目である。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

実務経験の有無及び活用

備考

新型コロナウイルス感染症の状況次第では、授業内容が変更になる場合がある。
新型コロナウイルス感染症の陽性者または濃厚接触者となり、一時的に通学が禁止となった場合は、解除後に個別対応する。