

2017年6月9日

課題発見ゼミへの期待 三浦クラス

1)

(選択する理由)

私は徳島県のフェンシングの競技力向上、また、ソフトボールやテニスと同じように、生涯スポーツとして確立させたいと考えている。しかし、どうすれば競技力を向上させることができるかは、ほとんど知識がない状況である。

シラバスを読むと、三浦先生のクラスは「健康づくり」、「競技力向上」をテーマに、中高齢者、ジュニアアスリートの支援をし、その中で、運動・トレーニングの効果や身体機能の測定・分析方法を習得するとあった。私はこのクラスで、測定方法や分析方法の知識を得て、フェンシングの競技力向上に活かしたい。また、私が考えている中高齢者の健康の現状にギャップがあるのかをフィールドワークを経て知りたいと考えている。

(期待すること)

徳島県のスポーツ・健康分野の支援事業がどのようなものなのか。また、測定した結果を、トレーニングにどう活かすことができるのかを知りたい。測定しただけで終わらせたくないと考えている。

2)

私は、課題発見ゼミナール履修で三浦先生のDクラスを希望する。私は、高校の時にバスケットボール部のマネージャーをしていたので、トレーニングの効果や身体機能の測定方法や分析方法について興味を持ち、詳しく学びたいと考えた。中高齢者の体力測定やジュニアアスリートの身体機能測定の実践を含む学外実習に期待する。

3)

私が希望する課題発見ゼミナールは三浦先生の授業である。この授業を希望した理由は、私が一番受けたかったからなのはもちろんだが、これからの自分に必要な知識だと考えたからである。私はスポーツエアロビクスを10年以上続けてきて、高校生の頃から小さな子供たちにコーチすることもあった。これからもスポーツに関わっていきたい。だからこそ単純にスポーツをするのではなく、人の身体機能について少しでも知識を増やし、役立てるようにしたい。三浦先生の授業から少しでも知識を自分のものにしたい。

4)

私が三浦クラスを希望する理由はスポーツ社会学に興味があるからだ。私は将来、徳島でスポーツ活動の推進を図り肥満児の増加や糖尿病または糖尿病予備軍患者の増加を阻止していきたいと考えている。本講義も「健康づくり」がテーマのひとつとなっており、私には最適な講義であると考えている。私は期待することとして徳島大学であるのでやはり徳島県の抱える課題について取り組んでいきたいと考えている。

5)

私が選択したいと考えるゼミナールは三浦先生のDクラスだ。小学3年生から現在まで約10年間バレーボールを続けてきたなかで、捻挫や膝蓋靭帯の損傷などの様々な怪我に悩まされてきた。そこで三浦先生のゼミナールを受講し、私の身体の機能や特徴などを知り、効果的な怪我の予防策や治療法などを発見し、これからのバレーボール活動に活かしていきたいと考えた。幅広い年齢層を対象にした身体機能測定をすることで、それぞれの年代に応じたトレーニング方法や体の鍛え方などを提案できるように活動していきたい。

6)

私が後期の課題発見ゼミナールで選択したい授業は三浦先生のクラスである。

三浦先生の授業では、ヒトの身体の測定や分析をしたり、施設や学校へ出向いて競技サポートをする。ヒトの身体の測定や分析を通して、身体の仕組みや働きなどを理解することができる。そして今度はそれを施設や学校などで競技スポーツサポートを通して実践的にすることができる。

私は将来、スポーツを通して健康づくりの支援をしたい。健康には運動が欠かせない。ただ体を動かすだけの運動は長くは続かない。そこで楽しみながら体を動かすスポーツが求められる。しかし、体を動かすということには、怪我をしてしまう可能性がある。健康を目指して体を動かしているにもかかわらず、怪我をしてしまっただけでは元も子もない。怪我なく安全にスポーツをするためには、適切な運動方法を実践していかなければならない。そのためにはまずヒトの身体を理解しなければならない。ヒトの身体を理解して初めて正しい動かし方の理解ができるようになる。そして自分が理解したことを相手に正しく伝えるなければならない。相手を実践できるようにならないと意味がないからだ。体を動かすことの正しい理解が増え、多くの人を実践するようになれば、健康社会へ一歩近づくのである。

三浦先生の授業を選んだ理由はヒトの身体を正しく理解することができ、さらに実践的なサポートにも挑戦できるからだ。私が将来したいことのためには必ず必要になることである。

三浦先生の授業で、施設に出向いて実際の現場でのサポートをできるだけ多くしたい。教室の中での講義より実践経験を積んだ方が得られるものは大きい。ぜひ三浦先生の授業

で学びたい。

7)

私は健康運動指導士の資格を取得するか、高校教員の免許を取得するかで迷っている。もしも、高校教員の免許を取得すれば私が高校時代に力を入れていた陸上競技の指導を是非ともさせていただきたいと考えている。また、地元のクリニックで高齢者の方々のリハビリを手伝わせていただいた経験もあり、その時に課題解決策を具体的に提示する重要性を感じた。つまり、どちらの道に進んだ場合にも、このクラスで学ぶことは私にとって有意義なものになると考えたわけである。このクラスでは測定する力、分析する力だけでなく、指導する力を養うことを目的としているとのことで、人対人のコミュニケーションを重視している私には必要な力を養えると感じた。よって私はこの D クラスを選択したいと考えている。

8)

私は後期課題発見ゼミナールで三浦クラスを希望している。私はこれまで様々なスポーツを経験してきた。そこで技術的な向上を目指した際に、体脂肪率や筋肉量など身体の様子について興味を持つようになった。三浦クラスでは実際に自分の体脂肪率や筋肉量などを測る経験もできる。また、私は元々スポーツが好きなため、将来はスポーツを通して地域に関わっていききたいと考えている。三浦クラスは健康づくりをテーマとしており、実際に実践を行うことができる。そのような点にとっても興味ひかれたため、このクラスを希望した。

9)

私は、三浦先生のゼミを選択したい。なぜならば、心身健康コース希望でもあり、健康づくりに興味があるからだ。もともと運動をしたり見たりするのが好きだったので、もっと身体機能の特性や健康・スポーツについて詳しく学んでみたいと思うようになった。高校時代、マネージャーをしていたこともあり、どのようにしたらフィジカルが強くなるのかなど競技力向上という面にも興味を持つようになった。また、ひたすら話を聞いて勉強するだけでなく、実際にフィールドで測定評価、データ分析を行うという点にも興味を持った。そして、得た分析をもとに問題点を発見し、その問題点の解決策を自分なりに考えられるような力をつけたい。そのような力を身につけることで、今、問題となっている健康問題と真剣に向き合い、新たな発想で解決できるような人になれると思う。期待することとしては、机と向かい合って勉強をするだけでなく、実際に自分で出向いて、動いて学ぶ授業を期待したい。

10)

私は高校卒業後トレーニングに励んでいる。トレーニングを続けていると自分の体について分からないことが多いことに気づいた。授業でそういった疑問が解決でき、指導する力を身につけたいのでこのクラスを希望する。

11)

私が選択したいゼミは、三浦先生のゼミである。なぜなら、私は将来スポーツを指導する立場になることを目指しているからである。スポーツの指導者として必要なものは、指導の対象者の安全や健康に配慮した指導を行うための知識と、よりよいパフォーマンスができるよう指導するための分析力や技術である。大学では、これらを身につけた上で自ら研究をすることができるよう、まずこのゼミで人間の身体機能やデータ分析の方法を学びたい。

12)

私はスポーツをすることや、スポーツ観戦が好きだからスポーツに携わる研究をすることに対して大変興味があるから。また、スポーツ科学という授業を受講していて実際にスポーツについての学習が楽しいと感じられているから、スポーツや心身について学びたいと思うことが多くあるから。そして、自分自身の体のことなどについてきちんと把握していくことによって、私自身がバレーボール部に所属しており、バレーボールの上達を願っているのでバレーボールの上達にも繋がるのではないかと期待もある。そして、体育教員にも興味があるので、将来活かせる研究になるのではないかと考えているからだ。

13)

現代社会では様々な便利なものが増え、皆それに頼りきっている。それは悪いことではないが便利なことをいいことに運動する機会が減っている。小学生の運動能力の低下や中年の肥満などが社会問題となっているが、まだまだ危機感がたりていない。活動的な社会でなくなると人は何かを生み出す活力を失ってしまう。わたしはこの社会に警鐘を鳴らしたく、このクラスをえらんだ。

14)

私が選択したいゼミは、三浦先生のゼミである。私は、2年生になったら心身健康コースに進み、高齢者とスポーツの関係や、体の関節や筋肉のしくみ、動きについて学びたいと考えている。私は、幼いころから様々なスポーツに関わってきて、それぞれの競技で、上達するための体の動きや、その競技をするうえで鍛えなければならない筋肉はどこかということなどを考えてきた。しかし、頭の中で考えたり、調べたりするだけではなく、自分の動きを機械で測定し、グラフや数値として出すことが必要である。自らの実践によって細かい数値を出し、その数値を調べることで、自分の体についてわかることはたくさんあ

るだろう。

高校までは、自分の体のしくみ、関節や筋肉などの情報を知りたいと思っても、それらを測定するための機械や設備がなかった。しかし今回、三浦先生のゼミに関する資料を見て、機械を用いて体についてのあらゆる情報を測定することができると知った。高校までは、機械などが充実していないために調べることができなかったが、大学ではそれができる環境がある。自らの実践によって数値を出し、調べたり理解したりする、という経験をし、その経験を2年生以降の勉強、研究に活かしたい。

今回、各ゼミのシラバスを見て、スポーツに関するものがいくつかあった。スポーツ心理学などのような精神面から考えるものもあれば、関節や筋肉、体の動きなどのような身体面から考えるものもある。その中でも身体面からスポーツをとらえた場合、若い世代だけではなく、幼い子供や高齢者との体の動きの違いなどを知ることもできるし、私が学びたいと思っている、高齢者とスポーツの関わり方について調べていくきっかけにもなるだろう。

15)

私は幼いころから、今までスポーツをしてきた。そこで今ここで、自分の筋肉の構造についてや、またトップ選手の体の構造について知りたいと思った。自分が18年間付き合ってきた自らの体はどういう長所があり、どういう短所を抱えているのだろうか。筋肉レベルで自分の体を調べることは、やはり特別な機器を必要とするため、かんたんにはおこなれることではない。だから、この機会に経験したい。また人の体についても知ることで、自分の体を客観的に観察できると思う。

複数を選択

+熊坂・佐藤・山口

私はDクラスとBクラスを希望する。私は、障害者と健常者が同じルールで楽しめるユニバーサルスポーツを研究し、徳島に普及したいと考えている。それにより、徳島県全体で運動をする人が今より増え、運動面での糖尿病対策となりなおかつ徳島県でユニバーサルスポーツのイベントをすることで他県の人を呼び込んで地域活性化に繋がる。その実現のためには、大きく2つのことに取り組みたい。1つは根本的に筋力や体の動きなど体について学び県民の健康のサポートを実践的に取り組むこと。そして、もう1つは障害者支援や障害者の心理などについて考え健常者と障害者が共にスポーツを楽しむにはどうすれば

良いかを考えることである。以上の 2 点を深く取り組むことが出来るのは、D クラスまたは B クラスである。欲を言うと、高校生の間スポーツ科学や体についての勉強をしていないので D クラスを強く希望している。抽選が希望通りになることを心から願っている。

+衣川

私は小中高と運動部で自分の身体の管理をしていかななくてはならなかった。そのため、健康や筋肉などの身体機能などに気をつけていた。そして、大学でも運動部に入部したため、これを継続していきたい。そのために、健康や身体の機能のことについてもっと詳しく知る必要がある。

今について知るためには過去を知ることが大切だ。過去からどうなって今に繋がっているか、昔のどのような考えが今に繋がっているかを知ればもっと多角的に今を見つめることが出来るからだ。例えば、政治について戦前の日本を知っていたら、共謀罪法案について意見を持つことが出来る。

+内藤

私は今回の話を聞いて、内藤先生か三浦先生の授業に関心を持ち選択したいと考えた。まず、内藤先生だが食を通してみるということで私たちが生きていく上で必要不可欠な食事を改めて考える機会になると考えたからだ。大学に入って一人暮らしを始めてから自炊をしなければならなくなった。自炊をし始めて生き物のありがたみを直に知った。母親が食事を作ってくれていたこともどれほど幸せだったのかを知り、母親の味や、和食や洋食などの文化的な食事にも興味を持つようになった。また、一人暮らしでは孤食になりがちである。家族みんなで食べるのと一人で食べるのではたくさんの人と食を分かち合い一緒に食べることの方が大事である。高齢者や、小さな子どもたちが孤食で過ごすことのないように努めて行かなければならない。食の文化や宗教、食のあり方をこの授業で考えたい。

二つ目は、三浦先生の授業である。三浦先生は、自分の体を知るということで実際に自分の体を測定することができるのがすごく興味を持った。また、実際にフィールドワークを行なって高齢者や小学生が健康に過ごせるための行動を起こせることができるので一緒に活動したい。高齢化が進み、若者の室外遊びが減った今、それぞれが健康に生き生きと暮らすためには何が必要なのかを学び自分にも応用していけることを期待する。

＋眞弓＋内藤

私は3つのゼミに興味があり、その中のどれかを受講したいと考えている。

1つ目は内藤先生のクラスである。このクラスでは食についての課題を研究する。なかでも私は子ども食堂に特に興味がある。私は高校3年生の時に初めて子ども食堂というものの存在を知った。それ以来、ボランティアなどでこの取り組みに携わりたいと考えていた。子ども食堂のことを知った時にとっても良い取り組みだと感じた。しかし実際に活動していく中で問題が出てきていないか、あるのであればそれをどうやって解決するかということを実際に自分で見聞きして考えたい。また、食堂の利用者に感想を聞いてみたいとも何考えている。

2つ目は眞弓先生のクラスである。これを候補に挙げたのは、統計の勉強もしたいと考えているからである。私は数学的な考え方が好きだ。大学でできれば統計の勉強もしたいと考えていた。また総合科学部ではなかなか数学的な授業がないため、この授業は論理的な思考を身につけられる貴重な機会である。

3つ目は三浦先生のクラスである。私は人の身体機能にも興味がある。また私の地元は人口に占める高齢者の割合が高く、スポーツを通じた高齢者の健康づくりについて学ぶことができれば、将来地元に戻った時に役立てることができそうだ。

まだどのゼミを第一希望にするかは決めていない。ゼミを通じて自分が身につけるべき力は何なのかということを決めていこうと思う。

＋葭森＋内藤

私は、自分で行動に移すことが苦手なので、フィールドワークや実践がある授業を通して自分の行動力や決断力を養いたいからだ。そのためにも、学べることが多いフィールドワークがあることを期待したい。

＋葭森＋佐藤（健）

三浦クラス

〈理由〉

自分の筋肉量や代謝を測定し分析することができ、自分自身を知るという点から興味・関心を持って学習に取り組めるため。また、若者だけでなく中高齢者の運動について知ることができるのは、地域の健康づくりに繋がる知識を得るよい機会だから。

〈期待すること〉

健康・スポーツについて考え、実践的な技能を身につけること。

佐藤(健)クラス

〈理由〉

プレゼンテーションがあるので自分のチームの意見を分かりやすく伝える練習ができる。議論では得た知識をより深いものにできるのが良い。

〈期待すること〉

課題を通して心理学の観点から考える力を養うこと。

葭森クラス

〈理由〉

徳島の街を実際に歩いて何か興味のあるものを発見するというのは、自分が徳島について知る機会にもなるので良いから。また、実際にその場所に訪れて調査することにより、調査能力が鍛えられるから。

〈期待すること〉

徳島について調べ魅力を周りに伝える技能を身につけること。

＋上原＋吉田

私は主に吉田先生の H クラスと上原先生の F クラスとで迷っている。H クラスを選んだ理由はこれからの社会、未来のことを考えるという夢のあるゼミであるからだ。また、私は広報の仕事をやりたいため、パソコンスキルを上げたいしデザインも触りたいと考えていた。そのため、とても自分に合っているものに思えた。F クラスを選んだ理由は今の総科の基礎(社会学)の授業が大変面白いからだ。社会学の中でも特に法律や刑罰に関する分野が好きなので選んでみたい。両方とも、「なんかよさそう」というフィーリングが決定の大きな部分を占めているがそういった根拠のない「面白そう」によってさまざまな分野に足を突っ込むことができるのでフィーリングはある程度は大切にしたい。そういった意味では三浦先生の D クラスにも興味がある。これこそ本当に理由がない。ただ「面白そう」これだけだ。こういった小さなことから考える幅が増えればいいなと思っているため、今のところ絶対これがいいというのはない。

＋衣川＋趙

第一希望:趙先生

高校時代、小論文の添削をしてもらっていると論文は感情で押し切ったらダメだと指摘されたことがある。自分は物事を感情的に捉えて表現してしまう癖がある。しかしそれで

は社会に出てからは通用しないと危機感を覚えたから。またプレゼン能力や社会科学的な思考を養うことでより自分が賢くなれると判断したため。

第二希望:衣川先生

私はこれまでに読書をほとんどしてこなかった。その結果、文系でありながら国語が苦手で大変苦戦した。大学生になり時間的余裕は増えたものの、どんな本に興味があるのか分からないまま本を読めていないので、純粹に本が読みたかった。そして並一通りかそれ以上に上手な文章を書く練習がしたいと思った。

第三希望:三浦先生

自分の身体機能を測りたいから。また自分もフェンシングのアスリートとして最低限の知識をわきまえておかなければならないと思ったから。しかし、これは自分の“好き”という感情が入っていて、最優先に身につけなければならない課題ではないと判断したため第三希望に下げた。