

1. 科目名 (単位数)	レクリエーション理論 (2 単位)	3. 科目番号	
2. 授業担当教員	山内 健次		
4. 授業形態	講義・演習 (配布資料または参考書を用い、ディスカッションやワーク、実技を行う)	5. 開講学期	秋期
6. 履修条件・他科目との関係	レクリエーション関係の授業を履修すると理解が深まる。		
7. 講義概要	<p>健康づくり、保育、教育、地域づくりなど幅広い領域で用いられているレクリエーションについて、これからの社会の課題などと関連させながら学習する。また、様々な対象(幼児・児童・生徒・成人・高齢者など)に対応したレクリエーション援助の意義について理解するとともに、多様な場面での対象者にふさわしいレクリエーション支援の技術(個別・グループ・環境)を実践的に身に付け、活用できるようにする。</p> <p>授業では基礎理論とその実践を、対象者を挙げながら講義していく。また、レクリエーションの企画・運営の演習を交えながらレクリエーションの意義を学ぶ。特に、対象の背景や特性からレクリエーションの目的・目標や、どのようなレクリエーションプログラムが適切かを考え、それを実践し評価・反省することにより、レクリエーション支援の理論を学習していく。</p>		
8. 学習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 日本レクリエーション協会公認レクリエーション・インストラクターの資格の取得を目指す(取得希望者)。 2. レクリエーションの基礎理論を理解し、説明できる。 3. 様々な現場での様々な対象者にあつたレクリエーションの援助方法を知る。 4. レクリエーションの企画・運営ができる理論・知識を身につける。 		
9. アサシメント(宿題)及びレポート課題	授業内で指示する小課題(「自分にとってのレクリエーションとは」「自分にとってのレジャーとは」「私の一日の生活時間」「紋切り型」)		
10. 教科書・参考書・教材	<p>【教科書】: 使用しません。(授業内で配布するプリントを使います)</p> <p>【参考書】: 弓箭書院『これからのレジャー・レクリエーション ～余暇社会に向けて～』。</p> <p>日本レクリエーション協会編『レクリエーション支援の基礎』。</p> <p>高橋和敏監修『現代人のレジャー・レクリエーション』不昧堂出版。</p> <p>池田勝 他著『レクリエーションの基礎理論』杏林書院。</p> <p>今井毅 著『余暇生活の楽しみ方』ベースボールマガジン社</p>		
11. 成績評価の規準と評定の方法	<p>○成績評価の規準</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. レクリエーションの特質を捉えて、自己への挑戦・前向きな姿勢(出席状況含む)を評価基準とする。 2. 実技発表への取り組み姿勢と分かりやすい表現・明瞭かつ論理的なレポートを作成できたか。 3. 授業を振り返り、レクリエーションへの考え方や自己への課題を前向きに捉えることができたか。 <p>○評定の方法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 授業への積極的参加態度 50% (出席状況や意見発表を含む) 2. 実技発表・課題レポート 40% 3. 振り返りのレポート 10% <p>なお、本学規定により、3/4 以上の出席が確認できない場合は単位の修得を認めない。</p> <p>以上の結果を総合して評価をする。</p>		
12. 受講生へのメッセージ	レクリエーション支援者はホスピタリティーの精神が必要です。受講者みんなが楽しめるような雰囲気づくりを心掛けて下さい。		
13. オフィスアワー	授業内でお知らせいたします。		
14. 授業展開及び授業内容			
講義日程	授業内容	学習課題	
第1回	ガイダンス(授業の進め方、成績評価方法、レクリエーション・インストラクター資格取得方法説明) アイスブレーキングのグループゲーム	事前学習	本講義内容をシラバスにて把握したうえで授業に臨む。
		事後学習	自分の余暇活動をふりかえる。
第2回	なぜレクリエーションを行うのかを考える(レクリエーションのイメージ、レクリエーションが行われる目的、レクリエーションの歴史と厚生運動)	事前学習	レクリエーションを行う目的について考えてくる。
		事後学習	他者の考えを取り入れ、自分自身にとってのレクリエーションの意義を再考する。
第3回	現代における生活時間の現状(日本における労働時間、労働時間の国際比較、余暇の3機能)	事前学習	自分の人生でこれまでどのようなレクリエーション活動を行ったのか考えてくる。
		事後学習	自分にとっての「休息」「気晴らし」「自己実現」は何かを書き出す。
第4回	自分の生活時間を見直してみる(国民生活時間調査、必需行動時間・拘束行動時間・自由行動時間)	事前学習	この一週間の生活を思い出し記録してくる。
		事後学習	自分の一日の生活時間を分類しまとめる。
第5回	これからの余暇生活時間をどのように活用するか	事前学習	これまでの余暇時間の使い方を思い出す。
		事後学習	これからの余暇生活を設計する。
第6回	生活のレクリエーション化とレクリエーションの生活化	事前学習	自分の生活の中でのより楽しみとして変えようと工夫している内容を考えてくる。
		事後学習	生活のレクリエーション化の実践を心がける。
第7回	世界の祝日と日本における休暇制度①	事前学習	祝日と祭日の違いを調べてくる。
		事後学習	世界の祝日をまとめる。
第8回	世界の祝日と日本における休暇制度②	事前学習	休暇にはどのようなものがあるかを調べてくる。

		事後学習	授業でできた法定外の休暇以外でどのような休暇があるかをまとめる。
第9回	レジャーとは何か（レジャーの意味、レジャーとレクリエーションの違い、1945～2019年のレジャー活動の歴史、2024年のレジャー）	事前学習	自分の人生でこれまでどのようなレジャー活動を行ったのか考えてくる。
		事後学習	レクリエーションとレジャーの違いをまとめる。
第10回	こどもとレクリエーション①（幼児の発達と遊び、体力低下問題とレクリエーション、児童福祉（児童遊園・児童館）とレクリエーション）	事前学習	こどもにとって遊びとは何であるかを考えてくる。
		事後学習	こどもへのレクリエーション支援方法をまとめる。
第11回	こどもとレクリエーション②（教育の中のレクリエーション、明治から大正時代の学校レクリエーション、昭和の学校レクリエーション、学習指導要領にみるレクリエーション、必修クラブと課外活動（部活動））	事前学習	小学校・中学校時代に学校で行ったレクリエーション活動を思い出してくる。
		事後学習	学校レクリエーションと地域レクリエーションとの違いをまとめる。
第12回	勤労者のレクリエーション（労働安全衛生法・国家公務員法の中でのレクリエーション、職場レクリエーションの歴史、職場でのレクリエーションのねらい、法定福利厚生と法定外福利厚生、レクリエーションとしての社内イベント、定年退職後のレクリエーション）	事前学習	福利厚生制度とは何かを調べてくる。
		事後学習	興味のある企業の福利厚生制度をまとめる。
第13回	高齢者とレクリエーション①（社会福祉とレクリエーション、老人福祉法の中のレクリエーション、旧老人保健法の中のレクリエーション、高齢者のレクリエーションの目的、高齢者施設でのレクリエーション）	事前学習	これからの社会におけるレクリエーション支援者の必要性を考えてくる。
		事後学習	高齢者には今後どのようなレク支援が必要となるのかまとめる。
第14回	高齢者とレクリエーション②（個人へのレクリエーション支援の方法、集団へのレクリエーション支援の方法、治癒的意味合いを含めたレクリエーション、生活のレクリエーション化、レクリエーションの生活化、元気高齢者のレクリエーション）	事前学習	高齢者施設の利用者数を調べてくる。
		事後学習	高齢者へのレクリエーション支援方法をまとめる。
第15回	レクリエーションとしてのスポーツ活動（グループによるニュースポーツの紹介）	事前学習	レクリエーションとして行ったことのあるスポーツを書き出してくる。
		事後学習	自分で行ってみたいと思う生涯スポーツを選び出す。