

浦和大学学生と楽しむ！

健康体操教室

2016年
5月30日月
▼
11月28日月
参加費無料
全12回



URAWA UNIVERSITY DEPARTMENT OF COMPREHENSIVE WELFARE NEWS LETTER VOL8,2016 , SUMMER(8/21)

浦和大学総合福祉学部では実践的な授業の一環として、地域の中高齢者を対象とした健康体操教室を開催しています。健康運動実践指導者の資格を目指す学生たちが、これまでの授業で学んだ基礎的な知識と技術を活かして指導しようと奮闘しています。今年も半分が終わりましたので、参加した学生達に感想を聞いてみました。



森郁美さん（栄北高校出身）

教室を運営するための会場の準備やセッティング、備品の確認がとても重要であり、それらは教室を運営するための大切な土台となっておりとすごく感じました。参加者が使うもの全ての機能面と衛生面に問題がないか確認しておくことは参加者が気持ちよく教室に参加できるための重要なことであると感じました。

秋葉貴裕くん（鎌ヶ谷西高校出身）

血圧が高い方や薬物治療中の方など、見た目だけでは判断できないので、事前のアンケートやその日に体調を確認することは重要だと感じました。また、マシンを参加者にレクチャーする際、直前まで動きの説明などで重要な所を覚えていても、いざ本番になると重要な所が抜けてしまいました。マシンの正しい使い方など自分の言葉でまとめてしっかりと覚えておかないと、初めてマシンを使う人に伝わらないと感じました。

増淵直樹くん（川口総合高校出身）

集団指導の時に、一人の参加者だけに集中してしまい周りの困っている参加者に気付くことができず視野の狭さを痛感するとともに、先生が言っていた死角を作らないという言葉の重要さに気づきました。参加者一人一人をみながら全体で指導しつつ、学生の動きも見ている先生はやっぱりすごいと思いました。



次回のオープンキャンパス(予告)

次回のオープンキャンパスは8/29(月)PM1:00~です。

詳しい内容は浦和大学ホームページ(<http://www.urawa.ac.jp/>)でチェックしよう!!

