

■動画教材内容■

- ・レクリエーション・インストラクターテキスト（楽しさをとおした心の元気づくり）の内容を解説しています。
- ・動画教材は全12本あります
- ・動画教材のポイント
 - (1) テキストの中でも、特に重要なポイントを中心にわかりやすく解説しています。
 - (2) 動画1本が5～9分程度で作成しており、少しの時間でも確認することができます。
 - (3) 動画は、解説だけではなく、演習や実技体験も行えるようになっています。

●動画教材①（テキストP4～17）

○レクリエーションを学ぶにあたって

- ・日本レクリエーション協会の考えるレクリエーションとは
- ・「レクリエーションは心の元気づくり」

○レクリエーション概論

- ・レクリエーション支援とは
- ・レクリエーション・インストラクターとレクリエーション・インストラクター2つの役割



●動画教材②（P20～36）

○楽しさと心の元気づくりの理論

- ・レクリエーション活動の2つの楽しさ
- ・活動そのものの楽しさを感じる（フロー）心の仕組み
- ・集団で行う楽しさを感じる（マズロー）心の仕組み
- ・レクリエーション活動を心の元気づくりに活かす2つの視点



●動画教材3（P29～36）

○楽しさと心の元気づくりの理論

- ・子どもと高齢者の「心の元気づくり」の課題
- ・ライフステージごとの課題を踏まえた地域のきずなと心の元気づくり



●動画教材4（P38～43）

○レクリエーション支援の理論

- ・レクリエーション支援におけるコミュニケーション
- ・対象者との信頼関係
- ・信頼関係づくりの方法



●動画教材 5 (P44~49)

○レクリエーション支援の理論

- ・レクリエーション活動をととした良好な集団づくり



●動画教材 6 (P50~55)

○レクリエーション支援の理論

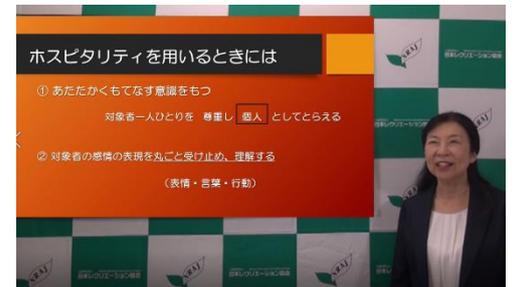
- ・自主的、主体的にレクリエーション活動を楽しむ力
- ・やる気の変化とやる気が生じる心の仕組み
- ・自己効力感の源
- ・成功体験を支え合う対象者のかかわり



●動画教材 7 (P50~55)

○レクリエーション支援の方法

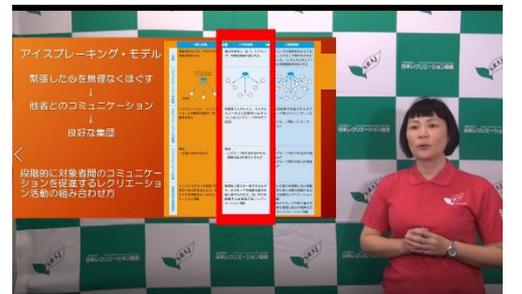
- ・あたたかくもてなす意識と配慮
- ・気持ちをひとつにするコミュニケーション技術



●動画教材 8 (P66~67)

○レクリエーション支援の方法

- ・アイスブレイキングのプログラム



●動画教材 9 (P68~69)

○レクリエーション支援の方法

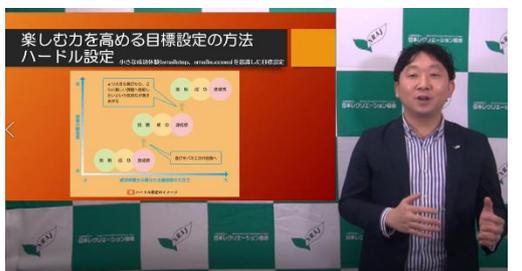
- ・アイスブレイキングの効果を高める支援技術



●動画教材 10 (P70~73)

○レクリエーション支援の方法

- 楽しむ力を高める目標設定の方法 ハードル設定



●動画教材 11 (P74~77)

○レクリエーション支援の方法

- ・レクリエーション活動を対象者に合わせるアレンジ



●動画教材 12 (P78~82)

○レクリエーション支援の方法

- ・対象者の相互作用を促進するコミュニケーション技術の活用方法 CSS プロセス
- ・対象者の相互作用を促進するコミュニケーション技術の活用方法 CSS プロセスの留意点 (実際)

