職位/Position　教授/Prof. 教員氏名/ Name 石原 啓次/Ishihara, Keiji	オフィスアワー/Office hours 水曜日 2 限･昼休み 金曜日昼休み	研究室/Office number F210

教員の所属学会並びに社会活動・課外活動顧問など/Affiliated Academic Society & Social Activity
所属学会：日本体育・スポーツ・健康学会、日本体力医学会、日本スポーツ産業学会、
　　日本体育・スポーツ経営学会、ランニング学会、日本フットボール学会
社会活動：山武郡市地域・職域推進協議会委員、山武市健康計画策定委員会委員

ゼミ名/Seminar
スポーツ・フィットネス実践ゼミナール

２年次までに修得していることが望ましい科目/
Preferable courses should be taken before the end of second-year studies
生涯スポーツ概論、スポーツ社会学
※上記科目に加えて、石原が担当している授業科目を１科目（ビジネスキャリアⅠ, ⅡA, ⅡB も含む）でも修得しているほうが望ましい

研究指導内容とその進め方/Teaching system and content
Ⅰ．初年度（３年次）/First year(third-year students）
スポーツや健康体力づくりの実践的な取り組みを通して、社会で必要とされる「主体性」「実行力」「チームワーク」を身につけることを目指します。
具体的には以下の内容のうち、ゼミ生の興味・関心を考慮した上で、いくつかについて取り上げる予定です。

1. 学内外で実施されている「するスポーツ」、「みるスポーツ」、「ささえるスポーツ」を体験し、スポーツについて多角的な視点を養います。
2. 実際のスポーツイベント（例：パラスポーツ体験会等）や健康体力づくり教室（例：高齢者の体力測定等）を通して、企画運営方法や運動指導法を学びます。
3. スポーツやフィットネスに関する今日的話題をテーマにディベートを行います。
4. スポーツやフィットネスに関する学内外の企画コンペあるいはプレゼンに応募・参加します。
5. 山武地域あるいは千葉県のスポーツや健康体力づくりの課題を見つけ、改善策を提案します。
6. 体力トレーニングの意義や方法を理解し、運動プログラムを提案できる能力を身につけるとともに、自身の体力向上にも継続的に取り組みます。
7. 上記 1〜6 の取り組みを深めるため、関連図書を輪読し、スポーツ科学に関する実習を行います。

Ⅱ．次年度（４年次）/ Second year（fourth-year students）
3 年次の上記内容を継続しつつ、各自が特に関心をもったスポーツやフィットネスに関する分野について深く研究します。

Ⅲ．卒業論文の指導、その他指導について/Graduation thesis guidance and others
各自の興味・関心に基づきテーマを設定します。他のゼミ生との討論などを通じて研究を深めていきます。
進路指導、就職活動に関する助言も適宜行います。

教科書、参考書などについて/Textbooks, reference books
教科書は指定しません。
参考書は適宜指示します。

ゼミライフ：(合宿、ゼミ会等)/Seminar activities(meetings, training camps）
「実践」を重視するゼミですので、学外やゼミ授業時間外での活動もあります（部活動と重複する場合は考慮します）。

ゼミ生に対する要望・注意等/Requests, comments
スポーツやフィットネスに関する最近の動向に関心をもってください。
ゼミ生同士で話し合いをすることが多くなりますので、積極的な態度や協調性が求められます。
ゼミナールの授業時間外での活動もあります（部活動については考慮します）。
スポーツやフィットネスを学ぶ者として相応しい体力を保つように励んでください。
新聞等を読み、世の中で起こっている出来事を理解するように努めてください。