

■健康の3要素の紐解きによるレクリエーションの「見える化」

(1) 3要素の発生機序からの「見える化」

☆ 休養・栄養 ⇒ 生理的必要性 (Physiological Needs) により生じる

☆ 運動 ⇒ 心理的欲求 (Psychological Wants) により生じさせる

(2) エスノメソドロジー (Ethnomethodology^{註1)}) の考え方からの「見える化」

註 1. エスノメソドロジーとは、「人々の方法」と言われる学説で、物事を日常とは異なる見方で捉える考え方

下図の(A)、(B)、(C)の活動等がそれぞれの①「こころ」、②「あたま」③「からだ」のどこに重点が置かれていますか？

