

## 大学体育授業におけるレクリエーション指導法の効用

久米秀作

帝京平成大学

The effect on recreational instruction approach to physical fitness program  
for collegiate student

Shusaku Kume

Teikyo Heisei University

〔はじめに〕

平成3年7月に施行された大学設置基準の『大綱化』によって、従来の一般教育に属していた『体育実技』は、必ずしも必修科目とする必要が無くなり、各大学の判断に拠ることとなった。これを受けて、我が大学では、まず『体育実技』の名称を『スポーツ・トレーニング』としたうえで、従来の1、2年生必修科目から1、2年生ともに選択科目へと移行したわけである。こう言った保健体育科目関連科目の履修方法の改革は、多かれ少なかれこの大学でも行われていると思われるが、この際に何よりも問題となったのは、大学正課の教授科目としての『体育実技』必要の是非であったと認識しても間違いはないと思う。

ところで、こういった大学改革が行われている最中の社会の動向に視点を移して見た場合、経済的な破綻状態が全国的な問題となり、この問題が一部の経済人だけではなくごく普通の人々にまで波及していく中で、人々が本来の『豊かさ』に対して再認識せざる得ない状況が起こった。つまり、単にカネやモノによる『豊かさ』は、『より良い暮らし』をエサにした競争を生み出し、経済的価値を生まない活動を無駄とみなし、その結果大抵の人は自分の生き方を模索するゆとりを奪われた格好となった。このような社会状況の中で、教育界においては、社会経済の崩壊とほぼ同時進行で学校週休二日制の議論がなされ、平成3年9月より毎月第二土曜日が学校休業日となったことについては記憶に新しい。この制度の主なる狙いは、学校休業日を利用しての家族と

のふれあいや地域社会での体験学習を通して、主体性をもった心豊かな子供を育てる事であるが、施行後の効果についてはさておき、一般市民が正面から本来の『豊かさ』を模索し始めた事は確かである。

さて、こういった社会の動向の中にあって大学における保健体育教育の必要性を改めて考え直した場合、『人間の健康に関する科学的知識に立脚して、学生の健康の保持増進を図ると共に、学生生活を豊かにし、さらに進んで将来の社会の充実に寄与する』<sup>1)</sup>という大義名分を一応理解したとしても、実際の教育場面においてこういったことが実施されているか、あるいは被教育者である学生自信がこのように体育の授業を評価しているかどうかは多分に疑問をもつところである。そこで、本研究では、まず学生の体育授業に対する印象・評価を明らかにするために一年間体育実技授業（必修）を履修した学生951名に対してアンケート調査を実施し、履修後の授業感および評価、そして今後の選択授業に移行する際の課題について調査を行った。さらに、今後の新しい体育授業形態を模索する目的で今回試験的にレクリエーション的発想に基づく学生指導法を一部の学生に導入し、この学生グループに対しても同じ内容のアンケート調査を行った。そして、この両者の結果の比較を通して、今後の大学における保健体育実技科目の新たな授業形態に対する可能性を探る事を目的として行った。

〔方法〕

調査は、平成6年度体育実技I（必修）を履修し

た大学1年生男子902名女子49名合計951名の内、従来の授業形態に沿って受講した学生909名（以後一般学生グループと呼ぶ）と今回試験的に小人数グループ（1グループ平均14名）に分けてレクリエーション指導法に基づいて受講した学生42名（以後レクリエーション指導学生グループと呼

ぶ）各々に対して質問紙法により行った。（表1）調査した質問項目は、一般的なスポーツに対する嗜好性および1年間体育実技を受講した感想、そして今後続けて選択する可能性についていくつかの選択肢から選択する質問3問と自由回答2問である。さて、今回試験的に導入したレクリエーション指

表1 アンケート調査項目

スポーツ・トレーニングに対する意識調査

1) 性別 男・女

2) 年齢 才

3) あなたはスポーツが好きですか

- ① かなり好きである
- ② 好きである
- ③ どちらでもない
- ④ あまり好きではない
- ⑤ 嫌いである

4) あなたが体育実技授業において達成できたものは何ですか

- ① 健康増進
- ② 技術の習得・向上
- ③ ストレス解消
- ④ 特にない
- ⑤ その他

( )

5) あなたはスポーツトレーニングを選択するつもりがありますか

- ① ある
- ② ない
- ③ 分からない

6) 体育実技授業に参加してあなたがもった感想を自由に述べて下さい。

( )

7) あなたが来年もしスポーツトレーニングを選択するとしたら、何を期待しますか。自由に述べて下さい。

( )

ご協力ありがとうございました

導学生グループとは小人数制の授業形態を基幹とし、レクリエーションスポーツについての理論や実践方法を十分理解した学生グループの事である。具体的には、このグループの授業方法の根幹に『自発的な創意・工夫』を学生自らが行うこと、『身体を動かす楽しみ』を追及する事、そして『お互いのコミュニケーション』を大切にすること等を条件に据えた上で、担当教員との連携を十分に保ちながら(1)受講生が種目を決める(2)年間スケジュールを決める(3)受講生自ら自己評価を行う等の授業形態を学生自信に理解させたうえで授業を開始させた。但し、(3)については今回はグループ単位で評価する事とした。

【結果】

図1に一般的なスポーツに対する嗜好性についての結果を示した。これによると、全体としてスポーツに関心を持つ学生が75%を越え、スポーツに対する良好な印象感を裏付けた。

次に、実際に年間通して授業を受けた印象について一般学生グループとレクリエーション指導学生グループの各々に対して調査した結果を図2に示した。ここでは、授業が健康増進(に役立った)あるいはストレス解消(になった)と考える学生の割合に著しい開きは見られないが、技術の習得や向上に役だったと考える学生の割合は圧倒的にレクリエーション指導学生グループに多かった。

図3には、今後あるいは具体的に次年度においてスポーツ科目を選択する意思があるかどうかに対する調査結果を示した。これによると、一般学生は『ある』と答えた学生と『わからない』と答えた学生が半々ぐらいであり、授業に対する印象の薄さを感じさせたが、一方レクリエーション指導学生グループでは圧倒的に『ある』と答えた学生の割合が多く、『ない』と答えた学生の割合も一般学生より下回った。

さて、以上の3つの項目では質問に対する答えが限られた選択肢からひとつあるいは複数の回答に限られていたので、以後2つの質問項目

では自由回答による質問項目を設定した。

表2は受講した学生が体育実技授業に対して感じた感想を自由回答に基づいてまとめた結果であり、表3は今後の授業に期待する事柄について同じくまとめた結果である。

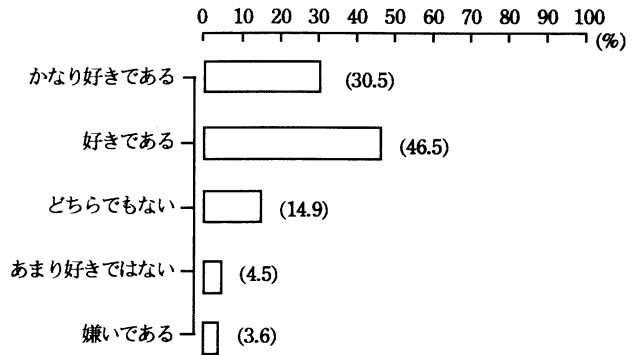


図1. あなたはスポーツが好きですか (共通質問項目)

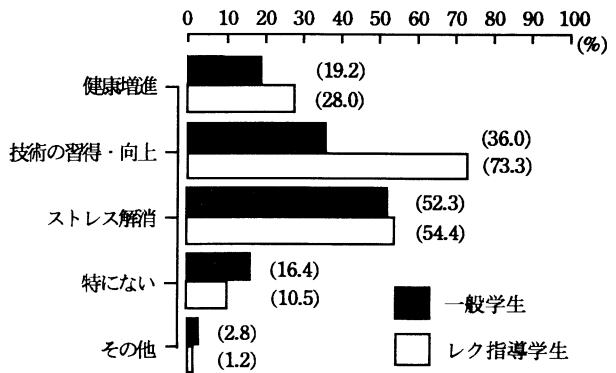


図2. あなたが体育実技授業で達成できたもの (複数回答可)

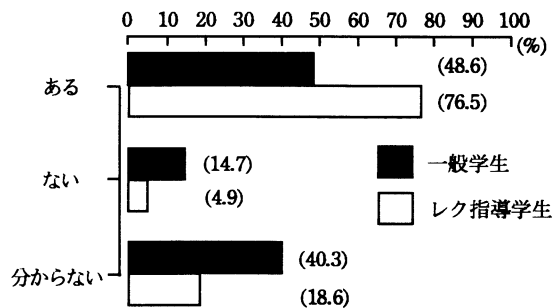


図3. スポーツトレーニングの選択意思

表2の結果を見て一番感じる事は、2つのグループにおいてかなり感想に食い違い見られる事である。例えば、授業中に実際に動いている時間（表中では実動時間とした）については、一般学生グループでは4割程度の学生が不足であると考えているが、レクリエーション指導学生グループでは顕著な数に至っていない。また、スポーツ施設・用具に対する不満についても用具の数や場所の狭さ等について一般学生グループにおいて顕著な不満が現れている。さらに、種目選択に対する希望に至っては、一般学生グループの7割弱が自分の好きな種目が出来ないと云った不満を持っていることがこの結果から読み取れた。

その他、授業実施時間に対する希望が両グループにはほぼ同じ割合で見られたが、ここで言う授業実施時間とは授業自体が何時から始まるかを意味するものである。具体的な回答としては、『1時限目の授業開講は避けて欲しい』とか『昼食後は直ぐに体が動かない』といった類いのものである。最後に教師の指導方法に対する希望および授業の進め方に対する要望では、具体的には『（技術の）初歩から指導して欲しい』、あるいは『ルールの説明をきちんとして欲しい』等のつまり教師の授業説明不足を指摘する回答が両グループから多く寄せられた。

最後に表3には今後の授業に対する期待について調査した結果である。一般学生グループおよびレクリエーション指導学生グループの両グループとも『ストレス解消』と『健康増進』策として授業を活用したいとの意見が多く出されていたが、『技術の向上』については一般学生グループの意見の割合がレクリエーション指導学生グループの割合を大きく下回った。また、『多種目選択』の項目では、具体的に種目選択の自由についてや複数種目を選択できるように要望する回答が一般学生グループに多く見られた。『単位取得数の希望』では、特に複数種目を選択した場合、すべて単位取得認定をして欲しいとの趣旨の回答がほとんどであった。

[考察]

人間の日常生活のなかには、睡眠時間や食事時間

表2 あなたが体育実技授業にもった感想

項目	グループ 一般学生 (%)	レクリエーションの指導学生 (%)
実動時間の不足	38.4	3.7
授業実施時間に対する要望	27.2	29.4
スポーツ施設・用具に対する不満	44.7	15.0
授業の進め方に対する要望	29.6	32.5
教師の指導方法に対する要望	10.4	6.6
種目選択に対する希望	67.2	17.3
その他	4.4	3.8

表3 あなたがスポーツトレーニングに期待する事

項目	グループ 一般学生 (%)	レクリエーションの指導学生 (%)
ストレスの解消	50.4	61.2
技術の向上	14.0	63.2
健康増進	44.7	55.3
多種目選択	29.6	11.7
単位取得数の希望	10.4	25.4

といった人間の生理的基本欲求に根ざした部分と経済活動としての労働時間以外に遊びあるいは余暇と呼ばれる非労働時間がある<sup>2)</sup>。そして、近年この非労働時間をどのようにして過ごすかについての多くの議論が持たれるようになってきた。この非労働時間については、一般的には余暇時間と呼ばれているが、現在はこの余暇時間を単に労働で疲れた身体を休息させるだけの消極的な時間としてとらえるのではなく、積極的に自己の心身開発の場として活用しようとする考え方が一般的となってきたことは言うまでもない。小林<sup>3)</sup>は、現代社会における余暇の課題として仕事や労働といった生活上必要な拘束時間以外の自由時間、すなわち余暇時間を自らの意思で自己開発・自己実現に向けていかに使うが上げられると述べている。

こういった余暇時間に対する関心の高まりの中で、その過ごし方としてスポーツに携わる人々の数が増

している訳である。ここに余暇とスポーツの接点が見出だされる訳であるが、大塚<sup>4)</sup>は『本来スポーツは、楽しむ、遊ぶという意味の言葉で、勝負だけを目的にしたものではない』とし、『根本的に勝敗を主目的としたゲームとは異なるもの』と述べている。ここに、同じスポーツでも勝敗を重視した競技スポーツ（あるいはゲーム）と楽しみながら自らの健康を保持する事を主目的としたスポーツ、つまりレクリエーションスポーツとに明確な区別が存在するわけである<sup>5)6)</sup>。

さて、こういった前提を念頭においた上で、改めて現在の体育実技授業がはたしてどちらのスポーツを目指しているかを考えた場合、多くの指導者はレクリエーションなスポーツの展開を目指していることは容易に理解出来るが、それでは具体的にどの様な授業方法をとっているかについては、あまりにも情報が少ないのではないだろうか。

そこで我々は、この一般教育科目の大綱化に伴う保健体育科目関連カリキュラムの大幅な転換期をとらえて、将来に向けてのスポーツカリキュラムの指針を得ることを目的として本研究を行った。

本調査結果によれば、今回調査に協力した学生は、概ねスポーツに対しては好印象を持っていることが推測できるが、図3の結果からも読み取れるように、今後も授業を選択する意思があるかという問いに対しては、特に一般学生グループでペンディングにしている割合が顕著なことから、今後も従来と同じ方法で授業を展開することの無理を感じる。しかし、レクリエーション指導学生グループでは選択する意思のあるものが多く、この結果については、このグループがかなり自由な意思で種目を選び、かつスケジュール的にも自分達に無理のない形を認められていたことが主な原因となっていると考えられる。

また、図2において授業時間中に達成できたと評価しているものにレクリエーション指導学生グループは『技術の習得・向上』を挙げる者が多く見られるが、これはひとつのクラスの学生数がこのグループは少ないことが主な原因で、これによってより多くの練習機会に授業中恵まれたり、指導教官の学生一人当たりの指導時間が十分にとれたことが良い影

響を及ぼしている結果であると考えられる。この小人数によるクラス指導形態の影響は、自由回答の部分でも鮮明に現れ、表2の授業参加後の感想において一般学生グループは『実動時間不足』に対する不満や、『施設・用具』不十分と言った不満に如実に現れている。さらに、自分の好きな種目を選択出来ない不満は、当たり前ながら一般学生グループに多く、その結果が図3の次年度もスポーツ科目を選択するかどうか分からないと言った形で現れたり、表3の今後の授業に期待する事柄として自分の好きな種目が幾つか選べる方を望む声として現れていると推測出来る。こういった従来の体育実技授業形態に対する不満は、滝沢<sup>7)</sup>も以前に報告しているが、この時点の体育実技が必修科目であったことを考え合わせると、今後選択科目への移行の可能性を持った現在において、さらに多くの点において授業形態の改良が望まれる事は想像に難くない。そして、この改良の基本方針として本研究では正課体育へのレクリエーション的発想による指導の徹底を提案するものである。つまり、今後の大学正課体育授業では本来のレクリエーションスポーツが持つ特性、即ち人間の持つ運動に対する自然的欲求を満足させたり、自己の新しい発見あるいは可能性の開発に寄与したり、さらにスポーツ特有の競争や協力関係が他者あるいは地域とのコミュニケーションを促進する<sup>8)</sup>等の特性を十分かつ具体的に学生に説明し理解させることの出来る授業を展開する必要性を感じるのである。

最後に、今例え体育が必修で生き残れたとしても、10年後に再び必修で残るとい保証はないという浅見<sup>9)</sup>の意見に真摯に傾聴したいと思う。あくまでも、体育・スポーツが大学組織の中の一科目であり、社会の中の一文化であるという認識を常に念頭において授業運営がされることの必要性を強く感じるのである。

#### 〔要約〕

平成6年度体育実技I（必修）を履修した大学1年生951名を従来の授業形態に沿って通年受講した学生（一般学生グループ）と今回試験的に小人数

グループに分けて受講した学生（レクリエーション指導学生グループ）に分け、各々のグループに所属する学生に対して質問紙より今後の授業のあり方等の調査を行った。この結果は以下のように要約される。

1) 全般的なスポーツに対する好感度については、75%以上の学生が好感を持っていることが分かった。

2) 次に、一年間授業を受講して感じた印象としては、両グループとも『健康増進』や『ストレスの解消』に役に立ったと考えているものの、『技術の習得・向上』については小人数で授業を行ったレクリエーション指導学生グループのみに顕著な効果が認められた。

3) 体育実技授業が選択科目となった場合、選択する意思があるかという質問に対しては、一般学生グループでは『ある』と答えた者と『分からない』と答えた者がほぼ同じ割合を示したが、レクリエーション指導の学生グループでは『ある』と答えた学生の割合が著しく高かった。この原因としては、このグループがレクリエーション的発想を根幹とした学生自信による授業推進形態をとったためと考えられる。

4) さらに、自由回答形式で体育実技授業の印象を聞いてみたところ、一般学生のグループは実際に授業中に動いている時間の不足や用具の不足、場所の狭さに対して不満をもつ学生が多く、スポーツ種目を自由に選択出来る制度に対する要望の割合も非常に高かった。それに対してレクリエーション指導の学生グループでは、小人数で授業を行ったために、『実動時間』や『施設・用具』に対しての不満は低く、さらに種目選択についても学生自信によって選択をしているため概ね満足しているとの結果が得られた。

5) 最後に、今後のスポーツ授業に期待する事柄についての質問項目では、相変わらず『ストレスの

解消』や『健康増進』に期待する声が多いものの、加えて多種目複数選択への要望やそれぞれの種目での技術の向上を望む声が非常に高いことが理解され、さらに指導者に対してはより綿密な指導を望む回答が多く寄せられた。

以上の結果から、今後さらに大学の正課授業科目として体育・スポーツの必要性をアピールするためには、社会のニーズに敏感に反応しながら授業改革を進め、斬新な授業形態を作り出す必要性を強く感じるが、もちろんこう言った事柄を進める上では、現在のスタッフ数あるいはスポーツ施設を含んだ環境条件を十分配慮したうえで全学的な規模で体育・スポーツ関連の授業科目が検討され実施されることが望ましいことは言うまでもないことである。

[参考文献]

- 1)加藤橋夫：大学保健体育の事始め、体育の科学、vol.34,660-662,1984.
- 2)川北稔 編：『非労働時間』の生活史、リプロポート、1987.
- 3)小林芳文：子どもの遊び—その指導理論—、光生館、1980.
- 4)大塚正八郎：学生の健康学、大修館書店、1984.
- 5)寒川恒夫 訳、K. ブランチャード、A. チェスカ：スポーツ人類学、大修館書店、1988.
- 6)小野三嗣：運動・レクリエーションの健康学、大修館書店 1983.
- 7)滝沢英夫：大学体育の現状と課題（Ⅰ）、体育の科学、vol.32,334-337,1982.
- 8)播磨靖夫：日本人にとって『ボランティア』とは何か、ボランティア白書、6-11、社団法人日本青年奉仕協会、1992.
- 9)浅見俊雄：東京大学における体育の改革、体育学研究、vol.39(1),51-54,1994.

(平成7年9月28日受付)