

# KANSAI GAIDAI UNIVERSITY

## 外国語大学における教養教育としての授業： 「スポーツ健康科学」の役割

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 関西外国語大学・関西外国語大学短期大学部 公開日: 2016-09-05 キーワード (Ja): 協同学習, 教養教育, 大学体育実技, 社会的意義, スポーツ健康科学 キーワード (En): 作成者: 山本, 泰明 メールアドレス: 所属: 関西外国語大学
URL	<a href="https://doi.org/10.18956/00006098">https://doi.org/10.18956/00006098</a>

# 外国語大学における教養教育としての授業 「スポーツ健康科学」の役割

山本 泰明

## 要 旨

大学は、専門教育の提供はもちろん、卒業後に社会で活躍できる総合的な人間力を持つ社会人の卵を育成するという点においても社会的責任があると考えられる。

本教育研究報告の趣旨は、体育・スポーツを専門教育としない外国語大学における、教養教育としての授業「スポーツ健康科学」の実践経過を報告することである。

授業では4つの競技種目を取り上げるにあたって、どの競技種目に取り組むときも協同学習による授業展開を実践した。初対面の人と新しい人間関係を構築するには少なからぬ労力が必要だが、言葉を介した共同作業が必然的に多くなるスポーツは、そのための教材としては非常に有効であり、協同学習の手法によってそれをより効果的に実践できる可能性が示された。今後も協同学習をメインの手法としてさらなる授業改善に努め、その成果を多様な観点から明確にして発信していきたい。

キーワード：協同学習、教養教育、大学体育実技、社会的意義、スポーツ健康科学

## 1. はじめに

大学は、多くの人にとって学生として学ぶ最終教育の場である。したがって各大学は、それぞれの特定分野の専門的能力を高める教育を提供するのはもちろん、卒業後社会に出てからも自己成長していける総合的な人間力をつけることに対しても、大学としての社会的責任があると筆者は考える。

体育・スポーツを専門教育としない大学において、体育・スポーツの授業を実施することによってどのような意義があらうか。大学における保健体育科目は、以前は全大学で一般教育科目としての必修科目だったが、現在ではその縛りはなく、必修科目ではない。このことは、特に大学の保健体育科目を担当している教員にとって、非常に危機感を持つべき状況である。必修科目でなくなって以降、以下に示すように、改めて大学生にとっての保健体育科目の必要性を示す研究報告が数多く積み重ねられてきている。

まず体力に関連する側面として、水野ら(2005)と八木ら(2006)は、近年の大学新入生の

体力が低下していることを示した。また下田ら（2008）は、週1回30分程度の運動であっても、適切な運動負荷強度のもとで継続的にトレーニングをすれば体力の向上が期待できること、また記録カードに記入することによって運動習慣化への動機付けになることを示した。

心理的な側面としては、福原ら（2006）は横浜市立大学の新生を対象にした調査で、2006年当時の大学生と1996年当時の大学生を比較すると、2006年当時の大学生はメンタルヘルスの不調を多く自覚していることを示した。また加藤ら（2011）は、体育実技を履修したグループでは一般的なセルフエフィカシー（自己効力感）得点が向上し、メンタルヘルスの維持向上に有効である可能性を示した。また林ら（2012）は、教員によって設定された多様な構成メンバーによるグループ単位で授業内の様々な活動を進め、ディスカッションの場を設けることによって、将来的なコミュニケーション活動に対する自己効力感の向上や、授業を通じて得た友人数の増加が認められることを示した。

このように、大学で保健体育科目の授業を実践することが学生の体力面および心理面に良い効果をもたらすことを示し、大学体育・スポーツ授業の社会的意義を主張した研究論文は多い。

本教育研究報告の趣旨は、体育・スポーツを専門教育とせず、外国語学習、国際関係、国際文化等を専門教育とする本学において、体育・スポーツの授業はどのような役割を担っていくべきであるかについて試行錯誤した経過を報告することである。筆者は2012年度から本学で体育・スポーツ関連の授業を担当しており、今回は2012年度前期の授業実践成果について報告し、考察する。このことを、今後の授業改善と研究報告につなげていくとともに、他大学にも共通するような大学体育・スポーツの教養教育としての社会的意義を明確にし、より効果的な実践方法を確立することにつなげていきたい。

## 2. 大学における保健体育科目の位置づけの全国的変遷

大学における保健体育科目については、1949年に新制大学制度が発足した際に整備された。その際、大学設置基準において、保健体育科目は一般教育の範囲の必修科目4単位として位置付けられた。大学設置基準とは、大学の質を確保するために、授業科目や単位数のみならず、施設面や事務組織に至るまで、必要な最低基準を定めた文部省（現在の文部科学省）令である。したがって、当時はすべての大学生が、在学4年間で最低4単位分を保健体育科目の授業で修得する必要があった。

しかし1960年代に入ってから、日本学術会議や中央教育審議会などから、保健体育科目が必修科目であることに対する疑問、保健体育科目の現状に対する批判が多くみられるようになってきた。また、大学教育全般という意味でも、様々な問題提起がされるようになってきた。

それらの流れを受けて1991年、当時の文部省は、一般教育と専門教育の区分、一般教育内の

科目区分（一般（人文・社会・自然）、外国語、保健体育）を廃止し、各大学は4年間の学部教育を自由に編成できるようになった。いわゆる大学設置基準の大綱化である。これによって、保健体育科目を必修科目として4単位修得しなければならないという縛りがなくなった。

これによって、保健体育科目を必修科目から選択科目へと移行する大学が増えた。全国大学体育連合による加盟校に対する調査では、1998年度には必修科目とする大学が45.8%にまで低下したことが示された。しかしその後、2005年度の同様の調査ではその割合が71.1%にまで回復してきていることが示された。選択科目に移行したが、その必要性を再認識して、再び必修科目に戻した大学が少なからずあったと思われる。

### 3. 本学における保健体育科目の位置づけの変遷

本学は、1966年に開学した、外国語学習、国際関係、国際文化等の専門教育に特化した大学である。本学における保健体育科目の扱いを概観する。

#### 3-1. 必修科目から選択科目への変遷

本学も開学当初から当然ながら大学設置基準に準拠し、保健体育科目4単位を必修科目として設定していたが、現在では選択科目2単位という位置づけになっている。表1は、本学における体育・スポーツ授業の科目名の変遷と、必修科目か選択科目かの扱いの違いをまとめたものである。（ただし、今回は外国語学部における資料のみに基づいている。）

表1. 本学における保健体育科目の位置づけの変遷

年度	講義名称	必修か選択か	
1966～1969年度	体育講義・実技	必修	
1970～1971年度	体育	必修	
1972～1989年度	体育講義ⅠⅡ・体育実技ⅠⅡ	必修	
1990～1991年度	スポーツ健康科学ⅠⅡⅢⅣ	必修	
→1991年大学設置基準の大綱化により、必修科目である必要はなくなった			
1992～2002年度	スポーツ健康科学ⅠⅡⅢⅣ	必修	
→大綱化から約12年を経て、本学においても必修科目から選択科目へと位置づけが変わった			
2003～2008年度	スポーツ健康科学ⅠⅡⅢⅣ		選択
2009～2012年度	スポーツ健康科学AB		選択

保健体育科目に関しての本学における最も大きな分岐点は、2003年度のカリキュラム改正である。このときに、開学からずっと必修科目であった保健体育科目が選択科目に変わった。以

降、他大学では先にみたとおり再必修化するところも増えてきているが、本学では2012年度現在は選択科目として位置づけている。

### 3-2. 現在の「スポーツ健康科学」授業の概要

2012年度現在、本学では全学のスポーツ健康科学の授業を、専任教員5名と非常勤教員2名の合計7名で担当している。授業内容と展開方法については、各教員間でおおよその共通理解と競技種目選択の調整はあるものの、基本的には各担当教員の裁量に任されている。学生に配布している講義概要の冊子では、「スポーツ健康科学」の授業内容として、「テニス、バスケットボールなどの実技種目を教材として、積極的に健康づくりに挑戦するとともに、その理論と実践の融合をはかることによって基礎体力を向上させ、身体運動のメカニズムを学ぶ。」と示している。

## 4. 筆者による2012年度春学期授業の実践報告

2012年度に着任した本学で、どのような授業をすることに社会的意義があるかを試行錯誤しながら実践している。以後、2012年度春学期の実践を報告する。

### 4-1. 講義概要

シラバスには、講義概要として以下の文章を掲載している。

大学体育の意義として、スポーツ技能の習得だけでなく、生涯スポーツの理論を通してライフスタイルをより豊かに、より満足いくものとするための資源としての健康について実践を通して学び、探求する場である必要がある。本講義では、以下の3つを授業目標とする。

- ①スポーツ実践を通じた心身の健康維持増進
- ②スポーツ活動の習慣化と生涯にわたっての継続的実践の基盤作り
- ③自主的主体的な授業への取り組みと友人との積極的交流

良い生活習慣の基盤を確立すること、特定の仲間内で運動するのではなく様々な運動レベルにいる受講者全員が一緒にスポーツを楽しむこと、スポーツ活動の場面で学んだことを他の場面に活かすことを求めている。

### 4-2. 授業内容

授業で取り上げる競技種目として、以下の4つの競技を採用した。それぞれの実施概要を表2に紹介する。

表2. 授業で取り上げた競技種目

1	フライングディスク	フライングディスクのスローおよびキャッチの基本技術を習得した後、アルティメットのチーム対抗戦を実施した。ディスクを投げたことがあるという学生は多いが、チーム競技種目として取り組んだことのある者はほとんどおらず、初めて競技として取り組む者がほとんどであった。慣れていない初めての競技に取り組むことによって、新しい技術、新しいスポーツを習得していく楽しさと、チーム競技であるアルティメットでチームワークを構築する楽しさを体験する。
2	バドミントン	ダブルスゲームを基本として展開した。しかし仲間内のゲーム消化に終わらないよう、8名前後の固定グループを筆者が指定し、まずグループの中で練習することでお互いに教え合って技術を向上させ、グループ対抗でダブルスゲームの勝敗総数を競う場を設定した。
3	バレーボール	8名前後の固定グループを筆者が指定し、グループ練習で技術を高め合い戦術を練って、それをグループ対抗戦の試合で実践する場を設定した。コート上のネットを低めに設定し、三段攻撃を目指すバレーボールゲームを求めた。
4	フラッグフットボール	身体接触が多くなる種目特性のため、男女別の5名程度の固定グループを筆者が指定し、グループ練習で戦術を練ってそれをグループ対抗戦で実践することを繰り返し求めた。初めて取り組む学生が多かった。

#### 4-3. 協同学習

授業期間中、いつも少数の同じ仲間内でスポーツをして楽しかったというだけでは、講義概要に示した目標を達成することはできず、またスポーツ本来の楽しさにも到達することもできないと考えた。

そこで、「協同学習」という授業展開方法を基本とした。協同学習とは、受講生を適度な人数のグループに分け、そのグループを基本単位として、グループ対抗のゲームを組んだり、グループ内で練習を工夫したりするものを行うものである。グループは、単なる人数分けではなく、グループ内で教えあってお互いを高めていく集合体であることを授業期間中に何度も強調した。グループメンバーはなるべく学年や性別、友達関係、スポーツ習熟度などが分散するように筆者がメンバー構成を指定し、ある程度の一定期間同じメンバーで活動するようにすることで、スポーツを通して新しい人と新たな人間関係、チームワークを徐々に構築していくことを経験させた。また、競技種目ごとにグループメンバーを入れ替えることによって、新しい人間関係の構築を授業期間中に複数回経験できるように設定した。

#### 4-4. 評価方法

毎回の授業時、ゲーム結果や練習内容、感想、気づきなどの簡単なまとめレポートの提出を個人もしくはグループ単位に課し、その内容を評価した。また、授業への参加態度によって加点、減点した。また、授業期後半に期末レポート課題を課し、その内容を評価した。

## 5. アンケート調査結果および考察

本授業期間の最終講義の回に、受講生に対して、普段の運動習慣等を調べるために筆者が作成したアンケート調査を実施した。質問紙への回答にあたり、本調査の目的や得られたデータの取り扱い、個人情報の保護に関する説明を行い、調査協力への同意を得たうえで調査を実施した。また回答の整合性を高めるため記名を求めたが、授業成績には一切関係しないことを十分に説明した。

### 5-1. 受講生の構成メンバーについて

筆者の担当した授業は、外国語学部生、国際言語学部生、短期大学部生が受講していた。履修規程上、外国語学部生の配当年次は3、4年次、国際言語学部生および短期大学部生の配当年次は1、2年次となっている。筆者は、外国語学部生および短期大学部生向け2単位分（90分×週2回全30回授業）2グループと、国際言語学部生1単位分（90分×週1回全15回授業）2グループの授業を担当した。今回の報告では、筆者が担当した全受講生を集約して考察することを基本とする。

全体として集約すると、履修配当年次の規定上1年生の受講生が一番多く、2、3、4年生の順となった。男女比については、本学全体の男女比に類似している（表3）。

表3. 受講生の構成比率

1年生		2年生		3年生		4年生		全受講生	
男	18人	男	14人	男	10人	男	2人	男	44人
	15.3%		11.9%		8.5%		1.7%		37.3%
女	38人	女	25人	女	8人	女	3人	女	74人
	32.2%		21.2%		6.8%		2.5%		62.7%
合計	56人	合計	39人	合計	18人	合計	5人	合計	118人
	47.5%		33.1%		15.3%		4.2%		100.0%

### 5-2. 運動習慣について

現在、スポーツ健康科学の授業以外において運動習慣があるかどうかについて調査した。今回の集約では、月に1回程度の頻度までを含めて、学生本人が「習慣がある」と自己判断しているレベルを基準としている。

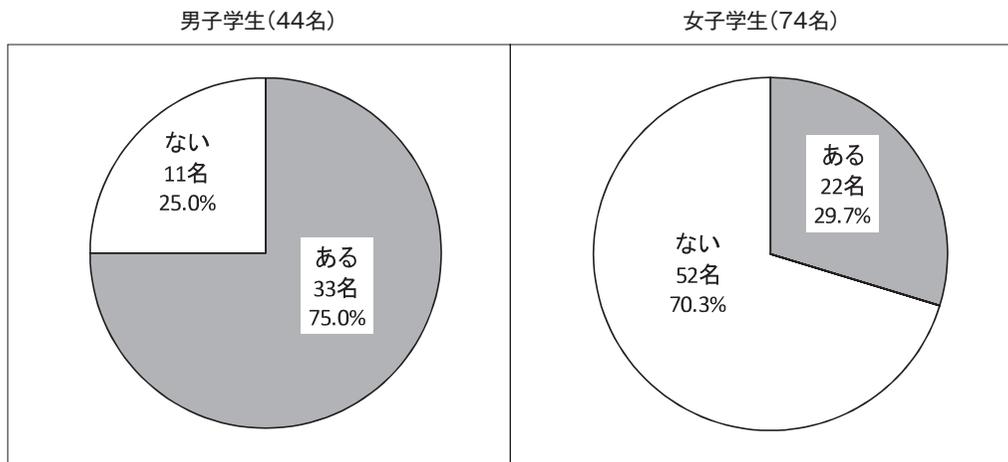
全受講生としてみると、表4に示すとおり、全体としてみると運動習慣がない学生の方がやや多かった。

表4. 運動習慣があるかないか

ある		ない		全受講生	
男	33名	男	11名	男	44名
	75.0%		25.0%		100.0%
女	22名	女	52名	女	74名
	29.7%		70.3%		100.0%
合計	55名	合計	63名	合計	118名
	46.6%		53.4%		100.0%

さらにこれを男女別のカテゴリーでみると、図1に示すとおり、男子学生は定期的に運動する習慣のある人の比率が4人中3人と多いが、女子学生ではその比率がほぼ逆転して、運動する習慣のない人の方が圧倒的に多いことがわかった。スポーツ健康科学の授業を受講していない学生までを含めて言及できるわけではないが、男子学生より女子学生の方が運動習慣のある学生の比率が少ないことは確かなようである。

図1. 運動習慣についての男女比較



### 5-3. 運動する時間の変化について

次に、大学生になってからの運動する時間の増減について、運動習慣の有無の観点から比較した。

表5. 現在の運動習慣の有無と高校までの運動時間に対する現在の運動時間の増減の関係

	運動習慣あり	運動習慣なし	合計
増えた	4人(3.5%)	6人(5.2%)	10人(8.7%)
変わらない	8人(7.0%)	9人(7.8%)	17人(14.8%)
減った	40人(34.8%)	48人(41.7%)	88人(76.5%)
合計	52人(45.2%)	63人(54.8%)	115人(100.0%)

現在運動習慣があっても運動する時間が増えた学生はわずか4人(3.5%)、運動習慣があっても運動する時間が変わらない学生が8人(7.0%)である。両者含めて、10人中1人の割合である。

一方、運動習慣があるにもかかわらず減った学生が40人(34.8%)、運動習慣がなくて時間が増えた(大学での授業機会の分で運動時間が増えたと回答するほど普段から運動習慣がない)学生が6人(5.2%)、変わらない(高校も大学も授業機会程度だった)学生が9人(7.8%)、減った(高校まではもっと運動していたが大学になって授業機会程度に減ってしまった)学生が48人(41.7%)であった。このことから、受講生全体としてみると、圧倒的に高校時代より運動時間が減っている、もしくは少ない状況であるといえる。

5-4. スポーツが好きか嫌いか、得意か不得意かについて

次に、スポーツが好きか嫌いかという点と、得意か不得意かという点に関する自己評価について図2、3にまとめた。

図2. スポーツが好きか嫌いか

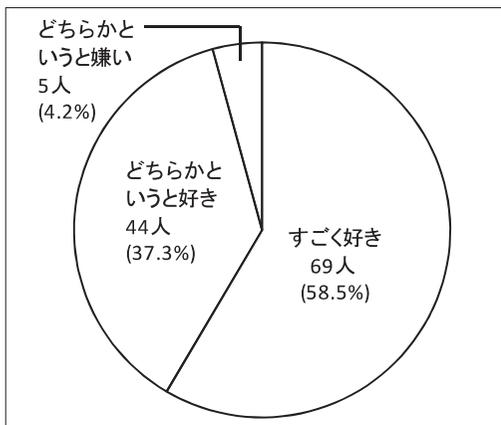
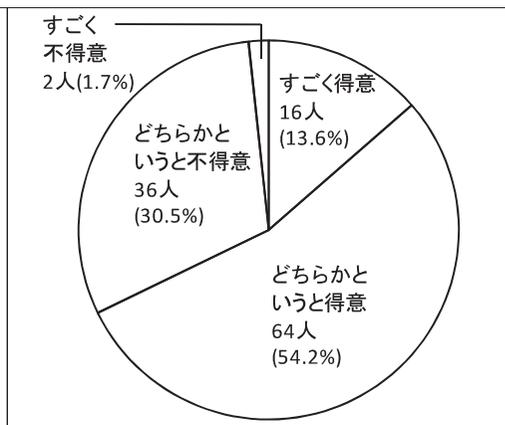


図3. スポーツが得意か不得意か



スポーツが好きか嫌いかという自己評価については、どちらかというが好きというレベルまで含めると95%以上が好きと答えている。嫌いであるにもかかわらず受講している学生は、教員免許取得のために単位が必要だからと回答している。一方、得意か不得意かという観点では、どちらかというと得意というレベルまで含めても得意と答えている割合は67.8%にとどまり、好きだけと不得意と感じている学生も少なくないようである。

これらを複合的に分析したものを、表6に示す。色をつけた部分の学生が、嫌いか不得意のどちらかの感情、あるいは両方の感情を抱いていることがわかる。今回の調査ではできていないが、授業を受けることによってこれらの感情が好き、あるいは得意という方向に移行していくような授業実践につなげていきたい。

表6. 好きか嫌いかの尺度と得意不得意の尺度

		得意か 不得意か		すごく得意	どちらか という と得意	どちらか という と不得意	すごく不得意
		好きか 嫌いか					
		好きか 嫌いか		16人 13.6%	64人 54.2%	36人 30.5%	2人 1.7%
すごく好き	69人 58.5%		16人 13.6%	48人 40.7%	5人 4.2%	0	
どちらか という と好き	44人 37.3%		0	15人 12.7%	28人 23.7%	1人 0.8%	
どちらか という と嫌い	5人 4.2%		0	1人 0.8%	3人 2.5%	1人 0.8%	
すごく嫌い	0人		0	0	0	0	

## 6. 授業に対する受講生の所感

期末レポート課題の中のひとつ「スポーツを楽しむために必要な要素について、理由をつけて述べよ」という課題文に対する記述の一部を紹介する。

- ・アルティメットにおいては、ほとんどの皆が未体験の競技であったにもかかわらず、最終的に試合らしい試合ができるまでになったのは、練習で積極的に仲間同士と喋ったりお互

いのプレーについて意見を言い合ったりして上手くなっていったからだと思います。

- ・今回の私のチームは先輩後輩関係なく、人をいたわり、応援ができていると感じる。スポーツ健康科学の授業が終わった時にはいつも元気になっている。私はスポーツの力の大きさをしみじみ感じる。
- ・今は、バレーボールをしているが、とても楽しいと感じている。それは、一緒にバレーボールをしている同じグループのメンバーのおかげであると思っている。それぞれ個性があり、試合で貢献したり、かけ声やハイタッチなどをしたりして、ゲームを盛り上げようとしている。私は、このメンバーでバレーボールができてよかったと思っている。
- ・今の私のチームもみんな最初は控えめだった。しかし今ではゲームの回数を進めていくうちに、チームメイトにも慣れてみんなで、勝とう！頑張ろう！という気持ち生まれ、みんなで楽しむことが出来ている。反対にどんなに勝っていようが、楽しもうという気持ちがなかったら、心の底から嬉しい気持ちは湧いてこない。
- ・本当にダメな事は、スポーツが出来ないことではなく、参加しないこと、自分勝手な行動をして場の空気を壊すことだと感じた。
- ・私がスポーツを上手に出来ないことを責める人は一人もいませんでした。
- ・体育は自分一人では楽しめない。
- ・得意な人達だけでやれば楽に勝てるという場面は多々ありましたが、皆で楽しむのがスポーツの良いところなので、この人にはどんなことができるかということを考えながら試合をすることにしていました。

## 7. まとめと今後の課題

本授業において、筆者が受講生たちに毎回求めていた内容は、以下のようなものである。

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・チームメイト全員が活躍できるように、チーム練習と戦術を工夫してほしい。</li><li>・チーム練習時には、互いに教えあって、みんなで上手になる。</li><li>・試合プレー中は、「ナイス、ドンマイ、ハイタッチ！」の声かけと行動を促す。失敗しても全然かまわない空気を作る、積極的なプレーをたたえる。</li><li>・プレーヤーとなる以外の時間帯は、審判、応援の役割を積極的に引き受ける。</li><li>・スポーツ場面での経験は、スポーツ以外の生活場面にもつなげていかなければならない。</li></ul> |
|--|

4章に示したとおり、「この授業は協同学習形式で実施する」ということを強調して本授業を展開した。筆者が指定したメンバーでのグループ活動を促すと、学生同士はほぼ初対面であるため、最初はどの授業クラスでも最初は遠慮したプレー場面がたくさん見られ、盛り上がりには欠け、気まずい空気が流れやすい。しかし一定期間いつも同じチームメイトで練習と試合に

取り組み、しかもそのグループは授業期間中に数度編成しなおすと、授業回数を重ねるたびに受講学生の関係性が深まり、授業期間が終わる頃には、この授業を受講するまでは知らなかった人と学年を問わず友達関係になれたと感想を述べる学生が多かった。

特に1年生にとっての春学期は、4年間の大学生活がスタートする時期にあたる。このときに良いスタートを切れるかどうかは、4年間の大学生活の成否を大きく左右する。本授業は、規則正しい学生生活のリズムを構築し、それを日々継続していくためのペースメーカーとなりうる。この身体的、精神的な健康のベースがあってこそ、外国語大学における専門教育の成果も上がるといえよう。

一方、少なからぬ割合の学生に「スポーツ健康科学は、ただ運動して遊んでいればいから楽に単位が取れる」といったイメージがあるようにも感じる。好きなスポーツをやって楽しくて単位が取れるのは結構なことだが、表層的な楽しさだけで終わってはこの授業の教養教育としての社会的意義を果たしているとは言い難い。授業概要にある本質的な部分の習熟までを求め、学生生活の改善および卒業後のより豊かな生活行動につながっていくような授業空間にしなければならないと考える。そういう意味では、最後の授業時に、ある一人の学生が「最初はグループ活動に戸惑ったけど、友達も増えたし、いろんな学年の人とも話ができたし、こんなやり方もいいですね。楽しかった。」と個人的にコメントしてくれた学生の声は非常に励みになっている。ただ、友達づくりで終わっても意味がない。授業で学んだこと、考えたことを卒業後の生活場面や仕事場面で意識的に活かせるよう、あるいは無意識の中で生きてくるように、本授業の価値を今後も高めていきたい。

今回は、本授業での短期間の実践内容を報告するにとどまっている。実践内容もまだまだ未熟である。今後は、より洗練された授業方法の検討、調査項目の精査、授業期間前後での学生たちの行動や考え方の変化をみるなどして、学生の満足度が高く、かつ本質的な力が付く授業実践につなげていきたい。

参考文献

- 加藤大仁 村山光義 須田芳正 村松憲「学生の成長に寄与する体育科目の再構築に向けた基礎的検討—  
一般性自己効力感、社会的スキルの変化に着目して—」『体育研究所紀要 慶応義塾大学体育研究所』  
50号、2011年、9-22頁。
- 久保田秀明「体育実技における協同的なグループ活動」『大学授業を活性化する方法』、2004年、95-106頁。
- 下田政博 百鬼史訓 植竹照雄 田中幸夫 田中秀幸「大学生の健康関連体力向上に対する教養科目「ス  
ポーツ・健康科学実技」の役割と大学教育におけるその意義」『大学体育学』5号、2008年、13-26頁。
- 林容市 笠井淳 鈴木良則 伊藤マモル 吉田康伸 中澤史 朝比奈茂 荒井弘和「大学体育授業でのコ  
ミュニケーション行動を主とした教授方略が主体的な対人行動の発現に及ぼす影響」『法政大学体育・  
スポーツ研究センター紀要』30号、2012年、45-53頁。
- 福原俊太郎 福田愛 近藤智津恵 松井尚子 塩崎一昌 竹内直樹 平安良雄「横浜市立大学における学  
生のメンタルヘルスに関する研究(2)」『神奈川県精神医学会誌』56号、2006年、65-74頁。
- 水野哲也 青柳直子 浅川陽介 小森康加 鈴木良之 日浦幹夫 依田珠江「本学学生の体力・運動能力  
に関する研究—2003、2004年度の測定結果から—」『東京医科歯科大学教養部研究紀要』35号、2005年、  
59-68頁。
- 八木陽子 小野太佳司 佐藤陽治 廣紀江 高丸功 羽田雄一「本学学生体力の現状(2005年)」『学習院  
大学スポーツ・健康科学センター紀要』14号、2006年、15-24頁。

(やまもと・やすあき 外国語学部准教授)