

## 大学体育から築かれたライフワーク

高島 規郎

今日の社会環境は、多様でますます複雑化し、学生生活においても大きなストレスを及ぼすこととなり、「健康で豊かなライフワーク」を組み立てるには、個人が経験するあらゆる事象によって影響される。

個人の毎日の生活のあり方、すなわちライフスタイルを見直すために、大学体育を通して主体性のある学習を期待するのである。体育は、身体的、精神的、社会的にも良好な状態を保つことを目的としている。特に最近の大学生においてコミュニケーション能力に欠ける点が指摘されている。大学体育は、仲間を作るチャンスでもあり、コミュニケーションを発揮しなければ、授業展開も積極的に進めることが出来ない。また、一方では大学生の体力の低下が危惧されている中、体力の保持、増進を目標に置き、本学において前期と後期の2回にわたってフィットネスチェックを実施し、受講学生の体力指導を行ってきている。大学4年間でも、1カ年の履修に限定されているため、個々に経験、体験した体力や技能について、日常的に学生個人が考え、時間を作ってやらなければならない。したがって、1年間の大学体育の中味は、これまでの教育・研究の蓄積を生かし、健康スポーツ科学の基礎と、これから取り巻く諸問題に対して、理論と実践の有機性をもたせることが大切である。本学の体育は、個々の教員の専門領域を中心にした授業内容で、受講学生の目的に応じたカリキュラムが組まれている。

私の専門は卓球を主とした球技系のスポーツである。ボールゲームにおける運動は複合的な行動が要求されることから、身体の諸機能を効率的に向上させることと、様々な工夫によって、何より楽しみながら手軽に行えることであ

る。また、球技スポーツは、それぞれ種目別に固有の異なる運動の特性もあり、卓球の場合のダブルス種目については、コミュニケーションとしての親近感が発揮され、両者が互いに相談し合い戦術を立て合い、上手くいった時などは、最大限に楽しさを表現する場面がよく見られる。初めて組んだ人とのダブルス戦で得た人とのコミュニケーションを体験することによって、考え方や視野の広さの大切さを気づくのである。

私は、過去にA君という学生からテニスの授業が終了して、後片付けをしている時に、声を掛けられ、「先生、僕、大学をやめようと思っていました。何か思いと違うような感じなんです」と突然言ってきたので、その後、昼食と一緒に食べ、A君の想いを聞きながら、ふと5月病ではないかと思った。私は、彼に、近畿大学のいろいろな面を話しかけ、1週間毎日昼食を共にしながらコミュニケーションを深めた結果、A君は、「先生、頑張ってみます」との返事であった。その後、A君は積極的に授業に取り組み、多くの仲間を作り、卓球を中心とする「Wa-サークル」を作り活動を進め始めた。そして、新しい自分を発見し、視野の広い人間へと成長した。今も10年以上「サークル」が続いており、現役学生や卒業し、社会人となった仲間とも合同の「Wa-サークル」が続けられている。中には、コミュニケーションの取れない学生に対して、仲間が積極的に声を掛け、どんなサークルなのか体験してもらい、少しでも大学体育で学習した身体運動のライフスタイルへの応用として、「サークル」を通して自己の体のバランスと外的ストレスに対する適応能力の向上を学習している。人間関係の難しさ、コミュニケーションの取り方等、デジタル化された社会環境

の中で、大学体育教育の課題研究を考えると、  
固有のオリジナリティーをもった教育システム  
の決定が重要と思われる。