

## 米国における大学体育とスポーツの環境について

直井愛里

今回の報告では、米国における生涯スポーツの教育と大学のスポーツ施設について紹介する。米国の生涯スポーツの授業の目的は、学生の健康の増進であり、必修/選択は大学により異なっている。私が4年間在籍したウェストバージニア大学では、生涯スポーツの授業は選択科目とされていたが、この授業が必修とされている大学もある。

米国の生涯スポーツの授業には、幅広い運動種目が用意されており、バスケットボールやバレーボールの球技スポーツを初め、ヨガ、太極拳、ヨット、スキューバダイビング、ジャズダンス、アフリカダンス、フライフィッシング、アイススケートなど、数多くのクラスが提供されている。学部生や大学院生は、これらのクラスを自由に履修することができ、2~3クラスを同時に受講することも可能である。学生が各自の時間割に合わせて自分の好きなスポーツを楽しむことができるように、幅広い時間帯に授業が割り当てられている。一般的に授業の履修登録は大学院生から始まるので、大学1年生には少々不平等な面も伺えるが、すべての学生が履修できるように、授業数も多めに設定されている。

米国の州立大学では、主に体育学部の修士課程・博士課程に所属する大学院生が生涯スポーツの授業を担当する。これらの大学院生の多くは、特定のスポーツの競技歴があるので、通常自分が経験してきたスポーツを教える。また、生涯スポーツの授業を教えることにより、大学院の授業料が免除され、月に5~6万円の給料を受け取ることもできる。大学院生が教えることのできない授業は、常勤の教員や非常勤講師が受け持つ大学もある。このように、大学側は、大学院生の能力を生かしながら学生に多くのクラスを提供し、学生のニーズに応じている。大学時代に、自分の好

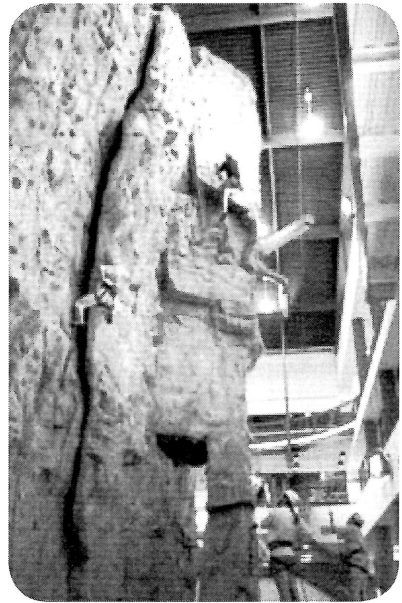
きなスポーツを学びながら運動を習慣化することは、将来の健康的なライフスタイルにも前向きな影響を与えると考えられている。

生涯スポーツは、学生のストレスマネジメントにも効果的に用いられている。留学生の多くは、彼らの母国語とは異なる言語でクラスを受講するため、米国の学生より長時間勉強し、ストレスにより体調を崩す学生も多かった。その対応策として用いられているのが、生涯スポーツの授業である。私も、留学した大学で生涯スポーツの授業を効果的に取り入れた。特に、オレゴン大学で受講したジャズダンスの授業は、担当教員の教え方が実に優れていたため、思い出に残る楽しい授業であった。また、ボストン大学で受講したヨガの授業は、アメリカ人の学部生・大学院生に大変人気があり、皆真剣に受講していた。ストレッチやリラクゼーションを行い精神を集中させることは、勉強にも効果的であると考えられている。米国の学生の多くも、ストレスを解消するために、ヨガの授業に参加しているようであった。

また、生涯スポーツの授業を受講する大学のアスリートもいる。米国の大学に所属するアスリートは、学業の成績が悪いと試合に出場できない。そのため、成績を向上するために生涯スポーツを受講しているアスリートも見かけられた。私がウェストバージニア大学で非常勤講師としてテニスを教えていた時、アメリカンフットボールの選手が数名、私の授業に参加した。彼らは、今までテニスをしたことがなかったが、とても楽しそうに参加していた。アスリートが楽しみながら自分の専門外のスポーツを行うことは、彼らの心身の健康のために大切だと実感した。

米国の大学では、このような生涯スポーツのクラスの他に、一般学生が参加できるスポーツの試

合が企画されている。バスケットボール、サッカー、バレーボール、テニス、ソフトボールなどの試合が一定の時期に行われ、男子、女子、または男女混合のチームに別れて、週1・2回試合をする。優勝チームにはTシャツなどの賞品が贈られ、学生達は、これらの試合で好成績を残すために夜遅くまで練習をする。ほとんどの試合が夕方から深夜にかけて行われるので、学生は夜遅くまで汗を流し、スポーツを楽しんでいるようであった。私もバスケットボール、ソフトボール、テニスの試合に出場し、試合を通じて新しい友人を作り、練習に励んで健康を維持することができた。米国の大学では、一般学生においても、男女共にバスケットボールの人气が高かったことが印象に残っている。



ウェストバージニア大学  
レクリエーションセンター  
15mもあるロッククライミングの練習場



ウェストバージニア大学  
レクリエーションセンター ウェイトトレーニング室

また、米国の大学には、一般学生が利用できるレクリエーションセンターがある。今回は全米でもトップレベルの施設であるウェストバージニア大学のレクリエーションセンターを紹介する。ウェストバージニア大学では、数年前に34億円を出資して、学生のためのレクリエーションセンターを開設した。

このレクリエーションセンターは、大学生の心身を向上するために作られたが、多くの優秀な学生を集めるためにも貢献している。レクリエーションセンターには、バスケットボールコートが6～7面作ることが出来るジム、15メートルもあるロッククライミング場、2つのスイミングプールがある。また、3箇所に設置されているトレーニングジム、ジョギングができるトラック、またキャンプ用品やカヌーなどの貸し出しを行っているアウトドアセンター、軽食がとれるスポーツカフェなども揃っている。平日は朝の6時から夜の12時まで、休日は朝の10時から夜の10時まで開いているため、学生は授業の時間帯に合わせて利用することができる。特にバスケットボールの人气が高く、学生が夜遅くまでプレイを楽しんでいた。ウェストバージニア大学のように田舎にある大学では、このように一年中利用できるレクリエーションセンターは、学生に楽しみを与えてくれる貴重な施設である。この施設は、大学の職員やその家族にも開放されている。これからの課題は、レクリエーションセンターに育児施設を

設け、子供がいる学生や職員が利用し易いように  
対策を練ることだろう。 感じている。

大学のキャンパス内には、レクリエーションセンター以外にも、バスケットボールのゴールやビーチバレーのコート、テニスコート、フリスビーができる芝生の中庭などがある大学も多い。このような施設が設けられるのは、広大な米国の地形にも関係しているが、大学側も日頃から学生の意見に耳を傾け、学生が充実した生活を送れるように工夫をしている結果だと考えられる。

私は近畿大学で「生涯スポーツ1,2」を教えているが、この授業で日頃感じていることは、日本の学生もスポーツが好きであるということだ。スポーツをして笑ったり、喜んだり、悔しがったりする表情を見ていると、彼らがとても健康的に思える。生涯スポーツ1,2の授業は、自己表現力、自己コントロール、コミュニケーション、忍耐力などのスキルを学ぶことができる貴重な場だと実感している。学生が生涯スポーツの授業を4年間履修できる環境を作ることは、若者の運動不足が問題となっている現代社会において、大切な対策だと考えられる。また、正課授業の他に、学生がスポーツを楽しむことができる環境作りも大切な課題であろう。

私は現在「健康とスポーツの科学」の理論講義も担当している。このクラスを受講している学生約130人に“運動量を増加するには、大学側・地域はどのような貢献ができるか”という質問に答えてもらった。この結果、多くの学生は卒業に加算できる生涯スポーツの単位を増やし、4年間生涯スポーツを受講できるようにすること、生涯スポーツを必修にすること、そしてキャンパスに一般学生が利用できる運動施設（特にバスケットボールのコート）を設けることを希望していた。また、無料で利用できるジムの開設なども求めており、大学側への高い期待が伺われた。一般学生がスポーツを行いながら心身の健康を維持し、勉学に励むことができるよう、まずは一般学生が利用できるスポーツの施設を作ることが大切である。そして、大学側が学生の意見に耳を傾け、応えることが、今後の大学経営に大きく影響すると