

全国大学体育連合平成 28 年度大学体育指導者全国研修会の参加報告

田中 ゆふ¹⁾, 松浪登久馬¹⁾

Report of Workshop for Leaders of the University Physical Education and Sports
— 2016 Japanese Association of University Physical Education and Sports —

Yufu M. Tanaka¹⁾, Tokuma Matsunami¹⁾

平成 28 年 8 月 31 日（水）から 9 月 2 日（金）の 3 日間にわたり、全国大学体育連合平成 28 年度大学体育指導者全国研修会が福井アカデミアホテル（福井県福井市）（他 5 施設）にて開催された。本指導者研修会では毎年多様な種目が展開されており、熟練した指導者によるレクチャーを受けることで、実技授業を実施するうえで極めて有益な知見を得ることができる。加えて複数の講演による大学体育教育に関わる行政の動向等最新の情報を聴講することや、大学体育教育に関わる他大学の先生方との交流・情報交換等、今後、大学体育教員としての更

なるスキル向上を目指すにあたり、必要不可欠な情報や広く豊かな知見を深めるための貴重な機会である。また、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者の資格更新のための義務研修、公益社団法人全国大学体育連合の大学体育研修精励賞の対象研修会と位置づけられているおり、大学体育教員や教員志望の大学院生などの育成および所属機関での教育改善（FD）に役立てることが目的である。全体の参加者は 41 名であり、本学からは田中ゆふと松浪登久馬の 2 名が参加した。なお、3 日間のスケジュールは表 1 の通りであった。

表 1 研修会のスケジュール（研修会配布資料より抜粋）

8月31日（水）	9月1日（木）	9月2日（金）
11:30 シャトルバス①大型 金沢駅出発→12:30 福井アカデミアホテル 11:20 シャトルバス②小型 小松空港出発→12:10 福井駅出発→12:30 福井アカデミアホテル 12:20～12:55 受付 福井アカデミアホテルロビー 13:00 開講式 13:45 シャトルバスホテル出発（ゴルフ、乗馬研修参加者） 14:30～16:15 ゴルフ研修（福井グリーン倶楽部） 14:10～16:10 乗馬研修（福井ホースパーク） 14:00～16:30 カヌー研修（福井工業大学福井キャンパス） 16:45 シャトルバスホテル帰着 18:00～19:00 講演会「今後のスポーツ行政と大学体育・スポーツへの期待（仮題）」 演者：松田典明企画官（スポーツ庁参事官（地域振興担当）付） 19:00～20:00 夕食	8:30 シャトルバス①ホテル出発（乗馬・カヌー参加者） 9:00～11:30 乗馬研修 13:00～15:40 乗馬研修（福井ホースパーク；FHP） 16:00 FHP シャトルバス出発 10:00～11:30 カヌー研修 13:30～16:30 カヌー研修（福井工業大学あわらキャンパス） 17:00 あわらキャンパスシャトルバス出発 8:30 シャトルバスにホテル出発（ゴルフ参加者） 10:00～16:00 ゴルフ研修（芦原ゴルフクラブ；芦原 GC） 16:45 芦原 GC シャトルバス出発 18:00 シャトルバスホテル帰着 19:00～20:00 夕食 事例報告会 ①スポーツ科学研究成果と産学官連携 演者 宮口和義（石川県大） ②大学課外スポーツ活動と地域交流 演者 鈴木貴士（金沢工大） 事例報告会後、情報交換会および、グループ討議	8:30 シャトルバス①②ホテル出発（全参加者） 9:15 あわらキャンパス到着 Aグループ 9:30～10:20 ビーチボール 10:25～11:15 フレッシュテニス Bグループ 9:30～10:20 フレッシュテニス 10:25～11:15 ビーチボール 11:30 閉講式 12:00 解散 12:30 シャトルバス①②あわらキャンパス出発 シャトルバス①（大型） 小松空港経由金沢駅行 小松空港 13:20→金沢駅 14:10 シャトルバス②（小型）福井駅行 福井駅 13:30 ※最終日のシャトルバスに関する空港・駅への到着時刻は、目安です

1) 近畿大学経営学部 〒577-8502 大阪府東大阪市小若江 3-4-1

Faculty of Business Administration, Kinki University, 3-4-1 Kowakae, Higashiosaka, Osaka, 577-8502, Japan

【講演会報告】

初日は、開講式後に実技実習を行い、その後、講演会が開かれた。演者は松田典明氏（スポーツ庁参事官付（地域振興担当）企画官）より「スポーツによる地域振興と大学スポーツへの期待について」と題した講演を聴講した。講演では、スポーツ庁設立への経緯、組織概要、主な取り組み課題等のスポーツ庁に関する内容を皮切りに、日本国内におけるスポーツの「実施状況」「経済活性」「地域活性」「スポーツコミッション」をキーワードに現在までの複数のデータを基に説明がなされた。特に「地域」と「経済」の結びつきとして「地域経済活性化」に焦点を当て、地域独自の文化や特色を掛け合わせることでスポーツの力が最大となるという内容に興味を抱いた。具体例としては、群馬県みかみ町における利根川源流の起伏に富んだ地形を生かし、30種類のアイランドスポーツが体験できる施設の事例である。この施設には国内のみならず、外国からも多数の来訪者が訪れ、地域活性に大きく貢献している。私自身の今夏、同様の福井県勝山市のスキースポーツを訪れたこともあり、子どもから大人まで自然のなかでアイランドスポーツを楽しめる施設に魅力を感じていたところであった。このような施設が国内でさらに増えることで、地域経済活性のみならず、健康の増進、スポーツ参加へのきっかけにもなるのではないかと考えられる。本年（2016年）はリオデジャネイロオリンピック・パラリンピックの開催もあり、昨年度発足したスポーツ庁の取組のイメージは主に「競技スポーツの強化」にあると考えていたためこのような地域経済活性のための支援への取り組みについては意外な印象を受けた。スポーツ庁は主な取り組み課題として「スポーツを通じ「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む」ことができる社会の実現を目指す」ことを掲げている。国内のスポーツ活動のさらなる推進のためには「競技スポーツ（する・みる・支える）」のみならず「地域」をベースとした多角的な取り組みが重要であることを認識することができた講演であった。

2日目の実技実習の後に事例報告会があり、宮口和義氏（石川県立大学）と鈴木貴士氏（金沢工業大学）の2名による報告があった。宮口氏は「スポーツ科学研究成果と産学官連携」と題して、幼児期の運動能力の向上を目指して開発した「チビラダー」を用いた研究成果を発表された。「チビラダー」は一般に普及している「ラダー」に比べて幼児用に小さくしたものである。この「チビラダー」を使用してトレーニングをした幼児は20m走のパフォーマンスが向上することが示された。加えて足裏の発達を目的としたサンダルの使用による姿勢改善をはじめ複数の研究成果の報告がなされた。幼児の運動改善には意識的に何かをさせるよりも自然と改善を導く方法が有効であることに気付きを得、また、大学での研究成果が商品となり、直接的に社会貢献している内容には強く刺激を受けた。

次に、鈴木氏による「大学課外スポーツ活動と地域交流」に関する報告がなされた。鈴木氏は金沢工業大学柔道部監督であり、週に1回中学生から社会人を対象に柔道交流会を実施している。そこでの取り組みは単に大学生部員のみならず、地域貢献から生涯スポーツ、国際交流に至るまで幅広い目的のもとに実施されている。大学生部員においては自身の柔道家としての立ち位置の再認識や人間性の向上という利点もあり、交流会における様々な成果が報告された。大学が有する人材・施設・環境を大学を取り巻く地域に開放し、様々な人々との関わりを深めることが結果的にクラブ活動の意義を高め、さらに、地域-大学間に正の循環をもたらした事例を聴講し、このような取り組みの意義を強く感じた。

【実技研修報告】

今回の実技研修は「乗馬」「カヌー」「ゴルフ」の3種目があり、我々は「乗馬」を選択した。担当講師は吉村喜信氏（福井工業大学）、参加者は12名であった。吉村講師は現役選手としても活躍しており、会場となった福井ホースパーク（福井

市)の管理運営者・指導者として乗馬の競技のみならず育成にも長く従事されている。

「乗馬」は普段、体験・実施する機会が少なく、一般の大学スポーツ実技においてもあまり扱わない種目に該当する。しかしながら、そのため、「乗馬」という競技から得られる新たな知見やスポーツに対する視野の拡大が期待でき、今後の実技教育のさらなる向上を期待して研修に参加することとした。

実技研修初日は2時間という限られた時間にて実施された。初めは、「乗馬」に関する基礎知識について配布されたテキストに基づき説明を受けた。テキストは騎乗する際の技術的な内容のみならず、馬の特性や健康管理、飼育の仕方まで多岐にわたる内容が詳細に記してあった。特に参加者に対して強調された部分は、安全に関わる事項であり、馬を扱う際に起こりうる事故とその防止法に関する内容、次に騎乗の際の姿勢、手綱の持ち方であった。さらに「乗馬」では馬と一体となることが重要であるため、馬を理解し、信頼関係を得ることの重要性が説かれた。次に、会場を馬場に移し、指導者のリードのもと、実際に騎乗して歩行(常歩)体験を行った(写真1)。想像以上に位置が高いこと、歩行のみであっても姿勢・重心の維持、体幹の強さが安定した騎乗に重要であることを体感した。また、実際に騎乗してみるとただ乗っているだけでも体幹を中心に多くの筋に負荷がかかる。まさしく体幹を主とした全身運動である。さらにバランス・リズム感覚など運動に関わるあらゆるスキルを騒動員して行われることを実感した。騎乗体験の後は、馬の爪の掃除、ブラッシングなどを実際に行い、初日は終了した(写真2)。



写真1 騎乗しての歩行体験(常歩)



写真2 馬のブラッシングの様子

2日目は、午前午後と1日を通しての実技実習となった。初めに研修室において乗馬の基礎、一連の流れに関するビデオを聴講した。さらにテキストの内容(馬具の装着方法、馬の動き、騎手の基本姿勢、合図の仕方など)を確認し、実際に馬具を取り付けてから馬場での騎乗研修に移った(写真3)。



写真3 馬具(ハミ)装着の指導を受ける

本実技研修では、「常歩」「速歩」「軽速歩」という3種類の馬の動き方に対する乗馬の指導を受けた。「常歩」は最も遅く4節を伴った馬の動きであり、馬の頭と首の動きに合わせて拳を動かすことが重要である。この「常歩」ではしっかりと馬に乗る感覚を養うために、あえて足を足踏から外したり、片手を離れた状態で乗馬を行った。指導されたポイントは、馬に合わせて身体の重心を適切なところに置くことである。そのためにはリラックスして力まない感覚で乗馬し、馬の運動を邪魔しないでコントロールする必要がある。他の競技では乗馬のように生物とともにプレイすることはないが、このような考え方は、パートナーや道具などを用いるあらゆる競技にも応用可能であり奥

が深いと感じた。乗馬を体験して、道具やパートナー、チームを大切にすることの大切さ、協調することの重要性を強く認識することができた。

また「常歩」の2倍程度の速度、2節の動きであり上下のぶれが大きい「速歩」、さらに速度がある「軽速歩」の指導を受けた。全ての馬の動きに共通して運動時の体幹への負荷が非常に高く、加えてリズム感、バランス感覚の重要性を実感した。また、馬術競技のDVD(ROLEX FEI WORLD CUP 2010)の鑑賞をしに世界レベルでの競技についても詳しい解説をしていただいた。実際に乗馬を体験して、見た目以上にハードで繊細な身体運動が必要であること、馬と一体になることの難しさを学ぶことができた。普段は乗馬をする機会がないが、本研修で得た新しい体験・知見はスポーツに対する考え方の広がりをもたらしてくれた。今後の大学体育教育の現場やスポーツ指導において積極的に取り入れていきたい。

3日目は場所を福井工業大学あわらキャンパス(福井県あわら市)に移し、ビーチボール(写真4)とフレッシュテニス(写真5)を受講した。両種目ともバドミントンのコートで実施する競技

である。フレッシュテニスにはスポンジのボールとジュニア用のテニスラケットを使用しシングルスとダブルスを実施した。レクリエーションスポーツとしても楽しむことができ、テニスの導入に実施すること効果的であると感じた。また、ビーチボールは4人制で行うため、1つのコートで8名が同時にプレイすることが可能である。実際の競技の様子をモニターで見たが、高いレベルになると様々な戦略でのプレイとなりレクリエーションスポーツのみではなく競技スポーツとしても成立する。安全性も高く、実技において、場所が限定される場合においても実施できる点には非常にメリットがあり、今後の体育実技で実施したい種目であった。

このように、3日間を通して大学体育教育を高めるための様々な講習、実技実習を受けた。特にこれまでに経験をしたことがない種目の体験は非常に新鮮であり、スポーツに対する見識を広げることができた。今回の研修で得たあらゆる知識・技術を今後の体育教育で活かし、より一層の教育力向上に努めていきたいと考える。



写真4 ビーチボールの試合の様子



写真5 フレッシュテニス(シングルス)の様子