

平成 20 年度

広島大学スポーツ科学センター年報

広島大学スポーツ科学センター

2008

はじめに

平成17年4月1日に学内共同教育研究施設として設置された「広島大学スポーツ科学センター」は、「本学におけるスポーツに関する学士課程教育を企画立案・実施し、スポーツに関する研究及び地域社会との連携を推進するとともに、スポーツ科学に関する大学院の設置構想等の策定を行うこと」を目的としています。この目的を達成するための組織として、センター長の下に3つの部門、即ち教育部門と研究部門そして社会連携部門が設置されています。しかしながら、平成17年度～19年度の3年間は、各々の組織が十分な活動を展開したと必ずしも言えない状況でした。

平成20年度は、研究員の先生方や学内外の方々の甚大なるご協力を得て、本年報が示すように、多様な活動を展開することが出来ました。例えば、「学士課程教育」に関しては、教養教育における「スポーツ実習」を前後期合わせて91コマ開講し、約3,000人の受講者がありました。「研究」に関しては、7回に及ぶ「スポーツ科学セミナー」を開催しました。「社会連携」に関しては、高校生あるいは高齢者などを対象にした公開講座を実施しました。さらには、広島大学のスポーツ系課外活動クラブを対象にした「スポーツ科学講座」も開催しました。しかしながら、センターの目的に掲げられている「大学院の設置構想」に関しては、諸般の事情から全く活動を展開することができませんでした。

本年度の活動の中で最も重要な出来事は、平成21年度からの活動に向けてセンター規則を改正したことです。即ち、センター規則の目的から「大学院の設置構想」を削除し、新たに「課外活動部門」を設置しました。この改正の背景には、スポーツ科学センターを足がかりにした「スポーツ科学研究科」設置の実現可能性が全く失われた一方で、「教育の一環」としての「課外活動」の重要性が高まったことが挙げられます。

本「年報」はスポーツ科学センターとしての初めての報告書です。この年報によって、本年度の活動を総括し、21年度におけるより充実した活動のための足がかりとしたいと思います。

平成21年3月10日

スポーツ科学センター長
楠戸 一彦

目 次

はじめに (センター長 楠戸一彦)

I. 平成 20 年度活動報告

1. 平成 20 年度の活動概要	1
2. スポーツ実習	3
3. スポーツ科学セミナー	11
4. スポーツ科学講座	15
5. 公開講座「高齢者の健康ウォーキングと転倒予防教室」	17
6. 公開講座「からだを動かそう！ースポーツを通じた健康学セミナー」	19
7. 公開講座「バウンドテニス教室」	24
8. 高校生対象公開講座「大学で学ぶスポーツ科学」	27
9. 体育会主催「リーダーズセミナー」	29
10. 日本ランニング学会主催「中高年のランニング教室」	30
11. 体育会柔道部主催「柔道教室」	31
12. 体育会バレーボール部主催「浅野杯バレーボール大会」	32
13. 体育会柔道部主催「フェニックス柔道大会」	33
14. 東広島市老人クラブ連合会西条支部主催「廣大ウォーキングコースに集合」	34
15. スポーツ実習に関する調査	
A. スポーツ実習に関するアンケート調査	35
B. 他大学のスポーツ実習の取り組みに関する調査	43
16. スポーツ系課外活動に関する調査	58

II. 諸会議

17. スポーツ科学センター「運営委員会」	72
18. スポーツ科学センター「教員会」	73
19. スポーツ科学センター「規則改正検討ワーキング」	75

III. 規則と委員

20. スポーツ科学センター規則	76
21. スポーツ科学センター運営委員会委員	79
22. スポーツ科学センターの組織	80
23. スポーツ科学センターの研究員	81

1. 平成 20 年度の活動概要

スポーツ科学センターは3つの部門、即ち「教育部門」「研究部門」「社会連携部門」によって組織されており、各々の部門では次のような活動が展開された。

教育部門における主要な活動は、教養教育における「スポーツ実習」の開講である。主として総合科学研究科に所属する研究員によって実施されたスポーツ実習では、「スポーツ実習 A～C」と「集中授業」（「カヌー&野外実習」と「スキー実習」）が開講された。前期と後期に開講された合計 91 コマの授業には、主として1年生が約 3,000 人受講した。また、教育部門では、スポーツ実習の授業内容の改善と授業評価の在り方に関するアンケート調査と他大学視察が実施され、その結果については本「年報」において報告されている。

研究部門では、全部で7回の「スポーツ科学セミナー」が実施された。セミナーでは、スポーツ科学センターの研究員だけでなく、フランスのモンペリエ大学に所属するバルディエ教授、横浜国立大学の海老原教授、日本卓球協会医科学委員である米澤氏、筑波大学の西平教授が講演を行った。

社会連携部門では、5つの公開講座とアンケート調査が実施された。この内、「大学で学ぶスポーツ科学」は高校生を対象とした講座である。「高齢者のためのストレッチの基本的な理論と手技について」と「高齢者のための家でもできる健康体操」は高齢者を対象として福山市・東広島市・神石町で実施された出前講座である。「バウンドテニス教室」は、広島大学エクステンションセンターの事業として呉市で実施された。「からだを動かそう！ースポーツを通じた健康学セミナー」は高齢者を対象とした講座であり、全部で8回実施された。3回に渡って実施された「スポーツ科学講座」は主として広島大学のスポーツ系課外活動クラブに所属している学生を対象としたものである。この他、スポーツ系課外活動に対するスポーツ科学センターの支援策を検討するためにアンケート調査が実施され、その結果については本「年報」において報告されている。

スポーツ科学センターが主催する事業の他に、次のような事業を共催した。広島大学の体育会柔道部が主催する「フェニックス柔道大会」と小中学生対象の「柔道教室」、及び体育会バレーボール部が主催する「浅野杯」の開催に協力した。また、日本ランニング学会が主催する「中高年のランニング教室」と、東広島市老人クラブ連合会西条支部が主催する「キャンパス・ウォーキング」の開催に協力した。

これらの主催事業と共催事業については、スポーツ科学センターのホームページに詳細な報告が掲載されている。本「年報」は、主として、ホームページの記事に基づいて作成された。

教育部門		部門主任：磨井 祥夫 准教授	
	20年4月～21年2月 (前期・後期)	教養教育におけるスポーツ実習（スポーツ実習 A, スポーツ実習 B, スポーツ実習 C, 集中授業）	
		実施責任者：橋原 孝博 准教授	
	21年1月	スポーツ実習に関するアンケート調査と他大学視察	
		実施責任者：磨井 祥夫 准教授	

研究部門	部門主任：黒川 隆志 教授	
20年4月～12月	スポーツ科学セミナー	
	実施責任者：船瀬 広三 教授	
社会連携部門	部門主任：東川 安雄 教授	
20年5月	公開講座：大学で学ぶスポーツ科学	
	実施責任者：楠戸 一彦 教授	
20年7月～11月	公開講座：高齢者のためのストレッチの基本的な理論 と手技について 高齢者のための家でもできる 健康体操	
	実施責任者：東川 安雄 教授	
20年9月	公開講座：バウンドテニス教室	
	実施責任者：磨井 祥夫 准教授	
20年10月～11月	公開講座：からだを動かそう！ースポーツを通じた健康学セミナーー	
	実施責任者：和田 正信 教授	
20年10月～21年1月	公開講座：スポーツ科学講座	
	実施責任者：関矢 寛史 准教授	
21年2月	課外活動に関するアンケート調査と他大学視察	
	実施責任者：東川 安雄 教授	
共催事業		
20年6月～11月	ランニング学会主催：中高年のランニング教室	
	担当者：東川 安雄 教授, 和田 正信 教授	
20年10月	東広島市老人クラブ連合会西条支部主催：キャンパス・ウォーキング	
	担当者：楠戸 一彦 教授	
21年11月	体育会バレーボール部主催：浅野杯バレーボール大会	
	担当者：橋原 孝博 准教授	
21年11月	体育会柔道部主催：フェニックス柔道大会	
	担当者：楠戸 一彦 教授	
21年1月	体育会柔道部主催：小・中学生のための柔道教室	
	担当者：出口 達也 准教授	
21年2月	体育会主催：リーダーズセミナー	
	担当者：東川 安雄 教授	

2. スポーツ実習

教養教育の中でのこの授業科目の位置づけ

広島大学における教養教育の目的の一つに、心身ともに豊かな人間性を涵養すること、が挙げられている。スポーツ実習の授業は、現代スポーツの多様な価値を理解し、自己の特性や技能水準に合わせて生涯にわたってスポーツを楽しむ態度やマナー、協調性などの社会的スキルを養う科目である。

カリキュラムの概要

1. スポーツ実習は、学部学科などの指定時限枠はない。学生はどの時限においても履修することができる（選択必修、必修とする学部は理学部・工学部など）。

スポーツ実習科目は第1 Semesterのみ1科目まで登録制限を実施しているが、2 Semester以上は制限がなく、スポーツ実習既修得の高学年生でも登録することができる。1年次生の場合、前期はスポーツ実習を1単位しか履修できない。ただし、夏休み中に行われる「カヌー&野外実習」は併せて履修することができる。

2. 各授業において人数の制限を設けている。

スポーツ実習 A：20名

スポーツ実習 B：10名

スポーツ実習 C：バドミントン54名、テニス48名、バレーボール40名、卓球48名、バスケットボール42名、ソフトボール40名、サッカー39名、オリエンテーリング50名、スクーバ40名、気功体操40名、ジョギング50名。

3. スポーツ実習の種類

スポーツ実習 A	健康・体力の維持増進のためのトレーニングやコンディショニングの実施、ならびに運動処方や測定技術を学ぶ。本実習では、体力、形態計測から得られたデータから、現在自己が保有している身体資源の現状を知り、体力、健康づくりを科学的認識に基づいて実践する能力を養うことを目標とする。
スポーツ実習 B	身体障害者・有疾患学生を対象とし、個人処方を基礎にして運動・スポーツを学ぶ。身体的障害・疾病あるいはその他の理由により、長期にわたり他のスポーツ実習科目を受講することが困難である学生を対象とし、個人に適したスポーツを選択し実施する。また、障害に応じて、リハビリテーションを目的とした筋力トレーニングを行うこともある。
スポーツ実習 C	基礎的な体力に加え、スポーツの基本的スキルやルール習得、さらにゲームでの適応力を身につける。集中講義（「カヌー&野外実習」、「スキー」）もある。個々のスポーツの基礎的な技術、作戦、ルールを学習し、生涯にわたり年齢・体力に応じた運動を行うことができる素地を養うことを目的とする。また、マナーや協調性などの社会的スキルを身につけることを目的とする。

スポーツ実習 A 前期 木 7・8 時限 金 5・6 時限
後期 木 7・8 時限
スポーツ実習 B 前期 火 9・10 時限
後期 火 9・10 時限

スポーツ実習 C
通常授業

バドミントン, テニス, バレーボール, 卓球, バスケットボール, ソフトボ
ール, サッカー, オリエンテーリング, スクーバ, 気功体操, ジョギング

集中授業

(前期) カヌー&野外実習 8月19日(火)～8月22日(金)

大洲青少年自然の家〔募集定員：50名〕

(後期) スキー実習 2月26日(木)～3月3日(火)

志賀高原スキー場〔募集定員40名〕

平成 20 年度の実施内容

1. 担当教員および履修登録人数の一覧

学期	時間割 コード	科目名	曜日	時限	担当教官	受講 者数
前期	70010001	スポーツ実習 A	金	5-6	長谷川 博	17
前期	70010002	スポーツ実習 A	木	7-8	長谷川 博	20
前期	70020001	スポーツ実習 B	火	9-10	山崎 昌廣	2
前期	70030010	スポーツ実習 C (オリエンテー リング)	金	3-4	橋原 孝博	50
前期	70030011	スポーツ実習 C (オリエンテー リング)	金	5-6	橋原 孝博	35
前期	70030012	スポーツ実習 C (カヌー及び野 外実習)	集中		和田 正信	11
前期	70030039	スポーツ実習 C (カヌー及び野 外実習)	集中		橋原 孝博	10
前期	70030040	スポーツ実習 C (カヌー及び野 外実習)	集中		磨井 祥夫	11
前期	70030041	スポーツ実習 C (カヌー及び野 外実習)	集中		長谷川 博	10
前期	70030004	スポーツ実習 C (サッカー)	月	5-6	橋原 孝博	35
前期	70030005	スポーツ実習 C (サッカー)	月	7-8	長谷川 博	39
前期	70030029	スポーツ実習 C (サッカー)	金	1-2	菅 輝	28
前期	70030032	スポーツ実習 C (サッカー)	金	3-4	菅 輝	39
前期	70030038	スポーツ実習 C (サッカー)	金	7-8	長谷川 博	30
前期	70030021	スポーツ実習 C (スクーバ)	月	5-6	弘中 満雄	14
前期	70030023	スポーツ実習 C (スクーバ)	月	7-8	弘中 満雄	34

前期	70030009	スポーツ実習C(ソフトボール)	火	3-4	船瀬 広三	40
前期	70030031	スポーツ実習C(ソフトボール)	金	5-6	塩川 満久	22
前期	70030034	スポーツ実習C(ソフトボール)	金	7-8	塩川 満久	40
前期	70030006	スポーツ実習C(テニス)	木	1-2	関矢 寛史	43
前期	70030025	スポーツ実習C(テニス)	金	7-8	和田 正信	48
前期	70030026	スポーツ実習C(テニス)	木	3-4	関矢 寛史	47
前期	70030036	スポーツ実習C(テニス)	金	5-6	和田 正信	12
前期	70030022	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	1-2	富永 徳幸	21
前期	70030024	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	3-4	富永 徳幸	34
前期	70030027	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	5-6	武良 徹文	51
前期	70030028	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	7-8	武良 徹文	60
前期	70030003	スポーツ実習C(バドミントン)	火	1-2	胡 泰志	47
前期	70030007	スポーツ実習C(バドミントン)	月	7-8	楠戸 一彦	53
前期	70030008	スポーツ実習C(バドミントン)	火	3-4	胡 泰志	54
前期	70030013	スポーツ実習C(バドミントン)	月	3-4	船瀬 広三	54
前期	70030030	スポーツ実習C(バドミントン)	金	1-2	服部 宏治	25
前期	70030033	スポーツ実習C(バドミントン)	金	3-4	服部 宏治	54
前期	70030035	スポーツ実習C(バドミントン)	金	5-6	崎田 嘉寛	47
前期	70030037	スポーツ実習C(バドミントン)	金	7-8	崎田 嘉寛	53
前期	70810001	スポーツ実習C(バドミントン)(夜間主)	月	1-2	弘中 満雄	18
前期	70030016	スポーツ実習C(バレーボール)	水	3-4	金 致偉	22
前期	70030017	スポーツ実習C(バレーボール)	水	5-6	金 致偉	36
前期	70030019	スポーツ実習C(バレーボール)	水	7-8	金 致偉	48
前期	70030001	スポーツ実習C(卓球)	火	1-2	平松 携	16
前期	70030002	スポーツ実習C(卓球)	火	3-4	平松 携	42
前期	70030014	スポーツ実習C(卓球)	月	5-6	磨井 祥夫	48
前期	70030015	スポーツ実習C(卓球)	月	7-8	磨井 祥夫	48
前期	70030018	スポーツ実習C(卓球)	水	5-6	川西 正行	23
前期	70030020	スポーツ実習C(卓球)	水	7-8	川西 正行	48
後期	70010003	スポーツ実習A	木	7-8	長谷川 博	19
後期	70020002	スポーツ実習B	火	9-10	山崎 昌廣	1
後期	70030058	スポーツ実習C(オリエンテーリング)	水	3-4	橋原 孝博	22
後期	70030043	スポーツ実習C(サッカー)	月	3-4	橋原 孝博	14

後期	70030046	スポーツ実習C(サッカー)	木	5-6	長谷川 博	15
後期	70030049	スポーツ実習C(サッカー)	月	7-8	長谷川 博	7
後期	70030055	スポーツ実習C(サッカー)	金	5-6	楠戸 一彦	33
後期	70030056	スポーツ実習C(サッカー)	月	5-6	橋原 孝博	8
後期	70030070	スポーツ実習C(サッカー)	木	7-8	橋原 孝博	16
後期	70030071	スポーツ実習C(サッカー)	金	1-2	菅 輝	7
後期	70030074	スポーツ実習C(サッカー)	金	3-4	菅 輝	31
後期	70030072	スポーツ実習C(ジョギング)	金	3-4	和田 正信	18
後期	70030080	スポーツ実習C(スキー)	集中		長谷川 博	6
後期	70030081	スポーツ実習C(スキー)	集中		和田 正信	6
後期	70030082	スポーツ実習C(スキー)	集中		橋原 孝博	6
後期	70030083	スポーツ実習C(スキー)	集中		関矢 寛史	6
後期	70030084	スポーツ実習C(スキー)	集中		磨井 祥夫	6
後期	70030077	スポーツ実習C(ソフトボール)	金	5-6	塩川 満久	40
後期	70030079	スポーツ実習C(ソフトボール)	金	7-8	塩川 満久	38
後期	70030067	スポーツ実習C(テニス)	木	3-4	関矢 寛史	47
後期	70030050	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	3-4	富永 徳幸	39
後期	70030057	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	7-8	武良 徹文	42
後期	70030064	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	1-2	富永 徳幸	17
後期	70030068	スポーツ実習C(バスケットボール)	木	5-6	武良 徹文	45
後期	70030042	スポーツ実習C(バドミントン)	月	3-4	船瀬 広三	54
後期	70030044	スポーツ実習C(バドミントン)	月	5-6	楠戸 一彦	53
後期	70030047	スポーツ実習C(バドミントン)	月	7-8	楠戸 一彦	53
後期	70030052	スポーツ実習C(バドミントン)	火	1-2	胡 泰志	39
後期	70030054	スポーツ実習C(バドミントン)	火	3-4	胡 泰志	53
後期	70030059	スポーツ実習C(バドミントン)	金	5-6	崎田 嘉寛	53
後期	70030073	スポーツ実習C(バドミントン)	金	1-2	服部 宏治	48
後期	70030076	スポーツ実習C(バドミントン)	金	3-4	服部 宏治	46
後期	70030078	スポーツ実習C(バドミントン)	金	7-8	崎田 嘉寛	48
後期	70810002	スポーツ実習C(バドミントン)(夜間主)	月	3-4	弘中 満雄	16
後期	70030060	スポーツ実習C(バレーボール)	水	5-6	金 致偉	33
後期	70030062	スポーツ実習C(気功体操)	水	7-8	金 致偉	40
後期	70030045	スポーツ実習C(卓球)	月	5-6	弘中 満雄	30
後期	70030048	スポーツ実習C(卓球)	月	7-8	弘中 満雄	38

後期	70030051	スポーツ実習C(卓球)	火	1-2	平松 携	31
後期	70030053	スポーツ実習C(卓球)	火	3-4	平松 携	48
後期	70030061	スポーツ実習C(卓球)	水	5-6	木島 章文	26
後期	70030063	スポーツ実習C(卓球)	水	7-8	木島 章文	48
後期	70030065	スポーツ実習C(卓球)	木	1-2	磨井 祥夫	35
後期	70030066	スポーツ実習C(卓球)	木	3-4	磨井 祥夫	48
後期	70030069	スポーツ実習C(卓球)	金	7-8	船瀬 広三	12
後期	70030075	スポーツ実習C(卓球)	金	5-6	船瀬 広三	48



スポーツ実習A(フィットネス)



スポーツ実習C(サッカー)

2. 集中授業

前期：カヌー&野外実習

日程：2008年8月19日(火)～8月22日(金)(3泊4日)

参加費：¥10,000(現時集合・現地解散, 交通費別途)

宿舎：〒795-0001 愛媛県大洲市北只1086

国立大洲青少年交流の家

(TEL:0893-24-5175)

URL: <http://www.ozu-seinen.com/>

担当教員：総合科学部教員4名

(磨井 祥夫, 橋原 孝博, 和田 正信, 木庭 康樹, TA:4名)

受講者：男子15名, 女子26名, 合計41名



カヌーツーリング



オリエンテーリング



うどん打ち



クラフト (箸&スプーン)

スケジュール (8月19日～8月22日)

	第1日目	第2日目	第3日目	第4日目
6:00—		起床 朝のつどい 朝食	起床 朝のつどい 朝食	起床 朝のつどい 朝食
—				
9:00—		↑ 野外活動 刈エンターリンク ↓	↑ カヌーツアー バスで移動 肱川下り ↓	↑ 野外活動 うどん打ち ↓
12:00—		昼食		↓ 昼食
—	集合・入所 刈エンターション			退所・解散
15:00—	↑ カヌー実習 ↓	↑ カヌー実習 ↓		
—	夕食	夕食		
18:00—	↑ グループ 親睦会 ↓	↑ 講義 カヌー川下り について ↓	↑ 野外炊飯 (クラフト) ↓	
21:00—				
—	就寝	就寝	就寝	

*実習後、受講者に簡単なアンケート調査を行った。

後期：スキー実習

日程：平成 21 年 2 月 26 日（木）～ 3 月 3 日（火）（4 泊，帰り車中 1 泊）

場所：長野県志賀高原スキー場

参加費：¥48,000（交通費および宿泊費，リフト代・レンタル代は別途）

宿舎：ヴィラーの瀬

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原一ノ瀬

TEL：0269-34-2704，FAX：0269-34-2971

<http://www.villa101.biz/>

担当教員：総合科学部教員 5 名

（橋原 孝博，和田 正信，関矢 寛史，長谷川 博 木庭 康樹）

受講者：男子 13 名，女子 16 名，合計 29 名

受講資格：スキー初心者から上級者までのあらゆるレベルの者



*スキー実習の写真は 2007 年度以前のものを使用

スケジュール (2月26日～3月3日)

日付	26日(木)	27日(金)	28日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)
日数	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
6:00						車中泊
7:00		起床	起床	起床	起床	西体育館 前到着
8:00	西体育館 前出発	朝食	朝食	朝食	朝食	
9:00		開講式				
10:00		実習1	実習3	実習5	実習7	
11:00					(ツアー)	
12:00		昼食 (自費)	昼食	昼食	昼食 (自費)	
13:00						
14:00		実習2	実習4	実習6	実習8	
15:00						
16:00		休憩	休憩	休憩	休憩	
17:00					閉校式	
18:00		夕食	夕食	夕食	夕食 (自費)	
19:00	志賀高原 到着	ナイター	ナイター	ナイター	志賀高原 出発	
20:00	夕食	(希望者 のみ)	(希望者 のみ)	(希望者 のみ)	車中泊	
21:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間		
22:00	消灯	消灯	消灯	消灯		

*実習後、受講者に簡単なアンケート調査を行った。

(作成者：木庭 康樹)

3. スポーツ科学セミナー

第1回	<p>演題：Self-organized postural dynamics in humans, learning and rehabilitation</p> <p>日程：平成20年4月24日（木）17:00～18:00</p> <p>会場：総合科学部 J204 教室</p> <p>演者：Benoit Bardy, (Professor, Human Movement Sciences, Universite Montpellier, France)</p>
第2回	<p>演題：スポーツとは何か</p> <p>日程：平成20年9月19日（金）14:00～15:00</p> <p>会場：総合科学部第1会議室</p> <p>演者：楠戸 一彦（広島大学大学院総合科学研究科 教授）</p>
第3回	<p>演題：子どもの体力・運動能力の低下について</p> <p>日程：平成20年9月24日（水）16:20～17:50</p> <p>会場：総合科学部 J306 教室</p> <p>演者：海老原 修（横浜国立大学大学院教育学研究科 教授）</p>
第4回	<p>演題：コーチの目からみた北京オリンピック ―柔道競技―</p> <p>日時：平成20年10月6日（月）16:30～18:00</p> <p>会場：教育学部 K104 教室</p> <p>演者：出口 達也（広島大学大学院教育学研究科 准教授）</p>
第5回	<p>演題：北京五輪に向け卓球チームが行なってきたこと、そして未来</p> <p>日程：平成20年10月27日（月）16:30～18:00</p> <p>会場：総合科学部第1会議室</p> <p>演者：米澤 和洋（ATHER Sports Performance）</p>
第6回	<p>演題：健康・スポーツ科学研究の最前線</p> <p>日程：平成20年11月8日（土）13:00～14:00</p> <p>会場：総合科学部第1会議室</p> <p>共催：広島体育学会</p> <p>演者：西平 賀昭（筑波大学大学院人間総合科学研究科教授・21世紀COE拠点リーダー）</p>
第7回	<p>演題：スポーツ医学におけるいくつかの試み</p> <p>日時：平成20年12月15日（月）16:30～18:00</p> <p>会場：教育学部 K104 教室</p> <p>演者：石井 良昌（広島大学大学院教育学研究科 准教授）</p>

第1回 Self-organized postural dynamics in humans, learning and rehabilitation

参加者：教職員，院生及び学部生 約20名

Bardy 教授の専門分野は“Ecological and dynamical approach to problems of coordination and control of action”である。本セミナーでは、提示画像の前後の揺れに合わせた立位姿勢調節機能における足関節変位と股関節変位の位相転位に関する各パラメーター解析、その学習やリハビリテーションへの応用に関する講演が行われた。



第2回 スポーツとは何か

参加者：一般，教職員及び院生 約 15 名

「スポーツとは何か」という問題について、次の5つの観点から講演がなされた。

1. 概念規定の方法論的基礎
2. 日本語の「スポーツ」の意味
3. 「遊戯」からの「スポーツ」の定義
4. 「運動」からの「スポーツ」の定義
5. 「スポーツ」概念の定義



第3回 子どもの体力・運動能力の低下について

参加者：教職員，院生及び学部生 約 40 名

文部科学省「体力・運動能力調査報告書」のデータを利用して、横断的資料を縦断的に解釈する独自の分析方法に基づき、青少年の男女別の体力と運動能力の関係、社会的変動性と体力の関係、体力低下の原因究明への手掛かり、格差社会の伸展に伴う学力と体力の相関性や二極化、歴史社会学的視点からの理解などについて講演が行われた。講演後も参加者と演者の中で活発な質疑応答が行われた。



第4回 コーチの目から見た北京オリンピック —柔道競技—

参加者：一般，教職員，院生及び学部生 約 20 名

北京オリンピックに至るまでのナショナルチームの強化の成功点と問題点，オリンピック会場でのサポート体制と問題点，ロンドンオリンピックに向けての課題，分析方法やその解釈，体力と運動能力の関係，体力低下の原因究明への手掛かりなどについて講演が行われた。



第5回 北京五輪に向け卓球チームが行なってきたこと，そして未来

参加者：教職員，院生及び学部生 約 25 名

日本卓球協会医科学委員として北京オリンピック日本代表チームに帯同して行なったサポート活動やオリンピックまでに行なってきた活動について，多くの写真やビデオ映像を用いて紹介された。また，オリンピックの選手村での選手の様子や開会式，閉会式の様子など，メディアでは伝えられない内容についても報告がなされた。さらに，将来に向けて育成しているエリートアカデミーの選手たちのことや，ジュニア選手からオリンピック選手までの指導におけるコーチやトレーナーの役割について紹介された。講演後も活発な質疑応答が行なわれた。



第6回 健康・スポーツ科学研究の最前線

参加者：教職員，他大学教職員，院生及び学部生 約 25 名

21世紀COE全プログラムの中で体育・健康・スポーツ分野から選ばれた唯一のプログラムである筑波大学「健康スポーツ科学研究の推進」拠点リーダーの立場から，企画・立案，研究組織の編成，学内選考プレゼンテーション，文科省でのプレゼンテーション，研究成果等に関して講演が行われた。本講演は広島大学における健康・スポー



ツ科学分野の今後の指針ともなる内容を含んでおり、教職員の意識向上にとっても有意義なセミナーであった。

第7回 スポーツ医学におけるいくつかの試み

参加者：教職員，院生ならびに学部生，他 約 10 名

平成 20 年 12 月 15 日午後 4 : 30 より，石井良昌博士（広島大学大学院教育学研究科准教授）を講師として、「スポーツ医学におけるいくつかの試み」との演題で第 7 回スポーツ科学セミナーを開催した。講演では，これまでの日本におけるスポーツ医学関連資格とそれを支える関連学会について概観した後，講師が筑波大学大学院在学中より取り組んできた「高気圧酸素がスポーツ傷害からの回復に及ぼす効果」について，その生理学的背景と臨床応用の実際が解説された。講演終了後，講師と参加者との間で多くの意見交換がなされた。



4. スポーツ科学講座

第1回	<p>テーマ：筋力トレーニング – トレーニング方法&期分けについて –</p> <p>日時：平成20年10月30日（木曜）17:00～18:30</p> <p>場所：西体育館アリーナ</p> <p>指導者：大江 淳悟（広島大学大学院教育学研究科 助教）</p>
第2回	<p>テーマ：運動前に行うべきウォーミングアップの実践と注意点</p> <p>日時：平成20年11月4日（火曜）16:30～18:00</p> <p>場所：西体育館アリーナ</p> <p>指導者：石井 良昌（広島大学大学院教育学研究科 准教授） 田中 徹, 山下 笑, 富永 亮（広島大学大学院教育学研究科 大学院生）</p>
第3回	<p>テーマ：勝つための水分補給</p> <p>日時：平成21年1月19日（月曜）16:30～18:00</p> <p>場所：総合科学部 K204</p> <p>指導者：長谷川 博（広島大学大学院総合科学研究科 准教授）</p>

第1回 筋力トレーニング – トレーニング方法&期分けについて –

参加者：学生27名

下記の内容についての講義と実技講習が行なわれた。また、講習の後半では、活発な質疑応答がなされた。

- ・プライオメトリックス, エキセントリックス, アイソメトリックス, コンセントリックなどの筋力トレーニング方法
- ・準備期, 試合期, 移行期における筋力トレーニング内容
- ・筋力, 筋持久力, パワー増強のための負荷と反復回数
- ・パワー, 筋肥大, 筋出力などのコンバインドトレーニング（ピラミッド法）



なお、参加者は体育会卓球部, 硬式庭球部, 水泳部, 陸上部, バドミントン部, ゴルフ部, 自転車サークル, 古武道同好会などの団体ならびに個人参加者であった。

第2回 運動前に行うべきウォーミングアップの実践と注意点

参加者：学生 30 名

まず、下記の内容について約 30 分の講義が行なわれた。

- ・筋、腱、靭帯、軟骨の仕組み
- ・主な傷害（捻挫、打撲、肉離れ、鷲足炎、足底筋膜炎）

引き続き、体育館にて個人やペアで行なうストレッチの実習が行なわれた（約 1 時間）。参加者は体育会卓球部、硬式庭球部、バドミントン部、自転車サークル、古武道同好会などの団体ならびに個人参加者であった。



第3回 勝つための水分補給

参加者：学生 12 名，一般 3 名

下記の内容について、約 1 時間 20 分の講義が行われた。

- ・暑熱環境における体温と発汗
- ・効果的な水分補給の量とタイミング
- ・どのような飲料を摂取すべきかについて

引き続き、活発な質疑応答が行われた。参加者は、体育会剣道部、硬式庭球部、卓球部、漕艇部、日本山岳会広島支部、ATHER Sports Performanc などの団体ならびに個人参加者であった。



5. 公開講座「高齢者の健康ウォーキングと転倒予防教室」

第1回	<p>テーマ：高齢者のためのストレッチの基本的な理論と手技について～理論と実践を通して楽しく学びましょう～</p> <p>平成20年7月26日（土）10：00～12：00 13：00～15：00</p> <p>福山市老人大学 講堂</p> <p>石井 良昌（広島大学大学院教育科学研究科 准教授） 田中 徹（広島大学大学院教育科学研究科 大学院生）</p>
第2回	<p>テーマ：高齢者のためのストレッチの基本的な理論と手技について～理論と実践を通して楽しく学びましょう～</p> <p>平成20年10月14日（火）10：00～12：00</p> <p>東広島市河内構造改善センター（入野公民館）</p> <p>石井 良昌（広島大学大学院教育科学研究科 准教授） 田中 徹（広島大学大学院教育科学研究科 大学院生）</p>
第3回	<p>テーマ：高齢者のための家でもできる健康体操</p> <p>平成20年11月14日（金）13:30～15:30</p> <p>総合交流センターじんせきの里</p> <p>東川 安雄（広島大学大学院教育研究科 教授）</p>

第1回 高齢者のためのストレッチの基本的な理論と手技について～理論と実践を通して楽しく学びましょう～

参加者：88名

1. ストレッチの基本的な理論
2. 高齢者の身体的特徴
3. 運動を行う際に気をつけるべき注意点
4. ストレッチの実技指導



第2回 高齢者のためのストレッチの基本的な理論と手技について～理論と実践を通して楽しく学びましょう～

参加者：27名

1. ストレッチの基本的な理論
2. 高齢者の身体的特徴
3. 運動を行う際に気をつけるべき注意点
4. ストレッチの実技指導



第3回 高齢者のための家でもできる健康体操

参加者：約40名

1. 運動を安全に行うことができるように自らの身体の状態を把握し準備しておくことは大切です。
2. 一般的な高齢者における身体の特徴についての基本的な知識と自分でチェックすべき事項や留意点を学びます。
3. また、寝たきり予防や転倒予防には運動前後に体をほぐしながら、筋肉の力をつける簡単な体操がとても重要とされています。当日は、基本的な理論と安全に行うための手技を学びます。



6. 公開講座「からだを動かそう！ースポーツを通した健康学セミナーー」

概要	スポーツは健康の維持・増進にとっては重要です。しかし、その効果を十分に引き出すためには、スポーツの役割について正しく理解する必要があります。本講座では、スポーツ科学に関する講義およびスポーツの実践を通して、健康的な生活を営むための知識を深めることを目的とします。		
時間	13:30~16:00		
会場	広島大学西体育館など		
回	日付	備考	
1回	10月7日	テーマ	スポーツの歴史をひも解こう（講義） オリエンテーリング（実技）
		指導者	楠戸 一彦（広島大学大学院総合科学研究科 教授） 橋原 孝博（広島大学大学院総合科学研究科 准教授）
		内容	スポーツ（身体運動）と「健康」との関係について、古代ギリシャ・ルネサンス・近代における「体育者」たちの考え方を紹介する。実技では、大学構内を利用して、オリエンテーリングを行なう。
2回	10月14日	テーマ	スポーツ文化を哲学しよう（講義） ウォーキング1（実技）
		指導者	木庭 康樹（広島大学大学院総合科学研究科 助教） 小田 典子（非常勤講師）
		内容	写真や映像などを手がかりにして、「文化としてのスポーツとは何か？」を哲学的に探求する。実技では、歩く姿勢をチェックし、膝関節や腰に負担をかけない歩き方とストレッチングを楽しむ。
3回	10月21日	テーマ	筋肉の中身（講義） 美しい姿勢を保つトレーニング（実技）
		指導者	和田 正信（広島大学大学院総合科学研究科 教授） 米沢 和洋（非常勤講師）
		内容	骨格筋の種類を分かりやすく解説し、それぞれの筋肉のトレーニング法を紹介する。実技では、姿勢を美しく見せるためのトレーニングを行なう。
4回	10月28日	テーマ	脱肥満は可能か？（講義） スポーツ障害の予防（実技）
		指導者	山崎 昌廣（広島大学大学院総合科学研究科 教授） 米沢 和洋（非常勤講師）
		内容	肥満および脂肪細胞について解説し、運動で肥満が解消できるかどうかを考える。実技では、スポーツ障害を予防するための運動を行なう。

5回	11月4日	テーマ	酸素を使って運動しよう（講義） ウォーキング2（実技）
		指導者	磨井 祥夫（広島大学大学院総合科学研究科 准教授） 小田 典子（非常勤講師）
		内容	酸素を使う運動として歩行運動を取りあげ、その特性を解説する。実技では、目的（生活習慣病、体力づくり、減量など）や個々の体力や身体活動に合わせたウォーキングの運動強度を確認し、グループで行う運動を楽しむ。
6回	11月11日	テーマ	運動と脳（講義） フィットネス
		指導者	船瀬 広三（広島大学大学院総合科学研究科 教授） 長谷川 博（広島大学大学院総合科学研究科 准教授）
		内容	筋の動きをコントロールしている脳と神経について講義する。実技では、マシンを使ったウエイトトレーニングなどを行う。
7回	11月18日	テーマ	運動とメンタルヘルス（講義） バドミントン①（実技）
		指導者	関矢 寛史（広島大学大学院総合科学研究科 准教授） 木庭 康樹（広島大学大学院総合科学研究科 助教）
		内容	運動が心理面に及ぼす影響や運動を継続するためのコツについて解説する。実技では、バドミントンを行う。
8回	11月25日	テーマ	運動中の水分摂取は本当に必要か？（講義） バドミントン②（実技）
		指導者	長谷川 博（広島大学大学院総合科学研究科 准教授） 木庭 康樹（広島大学大学院総合科学研究科 助教）
		内容	運動中の体温調節の仕組みについて解説する。また、無知と無理で起こるスポーツ活動時における熱中症について、その対策を考える。実技では、バドミントンを行う。

第1回 スポーツの歴史をひも解こう（講義）

参加者：約20名

「歴史に見るスポーツと健康との関係」について、次の6つの観点から講演がなされた。

1. 「スポーツ」という言葉の由来
2. 「スポーツ」という言葉の意味
3. 「健康」という言葉の由来と意味
4. 古代ギリシャ・ローマにおける「体操」と「競技」



5. 近代における「体操」と「体育」そして「運動競技」
6. 現代における健康と身体運動

第2回 ウォーキング1 (実技)

参加者：18名

1. ウォーキングの効能および実施するうえでの注意点を聞く。
2. 10 mを歩き、タイムを計測する。
3. 正しいウォーキングのフォームを学ぶ。
4. 学んだことを念頭に、体育館内を歩く。
5. 再び、10 mを歩き、タイムを計測する。
6. 筋肉の柔軟性を改善するために、ストレッチングを行う。



第3回 筋肉の中身(講義)

参加者：18名

1. 骨格筋の種類
2. 骨格筋の構造
3. 骨格筋線維の種類と特徴
4. 筋線維構成比
5. 加齢に伴う収縮速度の変化
6. 加齢に伴う筋力の変化
7. トレーニングによる筋力の変化
8. 適切な運動量



第3回 美しい姿勢づくり(実技)

参加者：18名

1. 美しい姿勢とはどのような姿勢を指すのか、美しい姿勢をつくらうとすると、からだのどこがどのように変わるのか、を学ぶ。
2. 2人1組で、姿勢をチェックする。
3. 姿勢づくりのためのエクササイズ（お尻引き締め、スクワット、うつ伏せ腕上げ、肘回し、など）を行う。



4. 再び、姿勢のチェックを行う。
5. 今日の内容を振り返る。

第4回 スポーツ障害の予防(実技)

参加者：20名

1. 転倒を予防するためには、足の骨密度を上げる運動が有効であること、を学ぶ。
2. 次の運動を行う。
 - a. 骨密度を上げる運動
 - b. 肩に効く運動
 - c. お腹まわりに効く運動
 - d. お尻と太ももに効く運動
 - e. お尻と背中に効く運動
 - f. ストレッチ
3. 強度の高めの運動は、やりすぎないように注意する、全般として運動は、無理のない程度に行うのが良いこと、を学ぶ。



第5回 酸素を使って運動しよう (講義)

参加者：19名

1. 現代の生活環境と健康危機
2. 運動処方(強度, 時間, 頻度)
3. 運動強度と心拍数
4. 歩行中の心拍数の測定

第5回 ウオーキング2(実技)

参加者：19名

1. 2チームに分かれて、ゲームを行う。

ゲーム1: 縦1列に並び、最後列の人から前の人の肩を叩く。最前列に伝わったら最前列の人が歩いて最後列に並び、再び前の人の肩を叩く。1周すればゴール。

ゲーム2: ボールを最後列から前の人に受け渡し、最前列に行渡ったら最前列の人が最後列



まで歩いて並ぶ。あとはゲーム1と同様。

ゲーム3:座った状態で横向きになり,足を使ってボールを隣の人に受け渡す。早く端までボールが渡ったチームが勝ち。

2. 2人1組になり,ボールを使った運動を行う。
 - (1) スクワットしながらボールを投げて捕る運動
 - (2) 腹筋と背筋を使ってボールをバウンドさせる運動
 - (3) ボールを真上に上げ,浮いている間に両手を叩いて捕ってパス
 - (4) 握力を使ってボールを奪い合う運動
3. ストレッチ

第6回 運動と脳(講義)

参加者： 20名

随意運動の脳内プログラムと感覚情報のフィードバックによる身体運動制御機構についてジャグリングを例にわかりやすく解説し,身体運動の実践が脳の働きを高めることについて最新の知見を紹介した。



7. 公開講座「バウンドテニス教室」

日 時：平成 20 年 9 月 27 日（土）13 時から 16 時

場 所：呉市総合体育館（オークアリーナ） サブアリーナ

対 象：市民 29 名（男 6 名，女 23 名；20 代 2 名，30 代 5 名，40 代 6 名，50 代 8 名，
60 代 8 名）

参加費：無料

講 師：広島大学スポーツ科学センター 総合科学研究科 磨井祥夫

国際協力研究科 加藤荘志

広島県バウンドテニス協会公認指導員 今田治文，金山津江，河本正則，

蔵田洋子

内 容：呉地域オープンカレッジネットワーク会議の公開講座として開催した。レクリエーションスポーツと競技スポーツの特徴を備え，年齢，体力，技能に応じて楽しむことのできるバウンドテニスの基本技術を学習した。コートを 4 面設置し，以下の内容で行った。

- 13:00 開講式
講師紹介
- 13:15 バウンドテニスの紹介
B T の歴史，都道府県普及状況，
競技大会，広島県の状況，クラブ
- 13:30 準備運動
- 13:45 ウォームアップ
ボールのバウンド，ボールつきなど
- 14:00 グループ分け（4 グループ）
スポーツ経験の有無，年齢で分ける
- 14:10 フォアハンドの打ち方
- 14:30 休憩
- 14:40 やさしいラリー
- 15:00 試合の方法
試合のやり方を説明。参加者の実
力に合わせてラリーを楽しめるよ
うに。
- 15:40 整理運動
- 15:45 閉講式
質疑応答，アンケート記入，広島
県 B T 協会からのお願い
- 16:00 終了



アンケート結果：

・バウンドテニス教室は楽しかったですか？

とても楽しい（23 名），楽しい（6 名），どちらでもない（0 名），
あまり楽しくない（0 名），楽しくない（0）

- スポーツ系の講座があれば参加したいと思いますか？

思う (25 名) , やや思う (4 名) , あまり
 思わない (0 名) , 思わない (0 名)

- スポーツ教室は何回くらいの講座が希望
 しますか？

1 回 (0 名) , 2~3 回 (10 名) , 5~6 回 (4
 名) , 10 回 (13 名) , その他 (2 名)



- スポーツ系の講座はどんな種目・内容を希望しますか？

バドミントン (3) , バウンドテニス (2) , バasketボール (2) , ラクロス,
 弓道, 整体的なトレーニング, ストレッチを目的としたヨガ, 家庭でできるス
 トレッチ, スカッシュ, ウォーキング (3) , 家庭でできる中高年者のトレ
 ニング, ニュースポーツ, ゴルフ, 軽スポーツ, 室内スポーツなら何でも, ソ
 フトバレー, キンボール, テニス

- 受講者の感想

またオークアリーナでの講座を希望し
 ます。/ 今日のような日程, 場所なら参
 加できるのですが。/ 授業がとて
 もいいので、やる気を起こすよ
 うなアドバイスをしてくださ
 ったことありがとうございました。
 / ぜひ続けたいです。◎土曜日,
 オークアリーナ時間も同じで
 ぜひぜひ



教室を設けてください。/ 楽しい
 時間をありがとうございました。
 生涯スポーツを探しています。
 色々ご紹介いただけたらと思
 います。/ 楽しい時間でした。
 ありがとうございます。/ 脳トレ
 ができるものがあれば。/ 1 回
 だけでは少ないと思います。
 / 是非呉で教室を開いて欲しい
 です。よろしくお願いします。
 / 体が思うように動かなか
 ったけど、とても楽しかった
 です。/ とても楽しく過
 ぎさせて頂きました。本日は
 大変有り難うございました。
 / もっと開催回数を増やして
 欲しい。/ おためし感覚で気
 楽に参加できるので、こう
 いふ講座がたくさんあると
 うれいしです。/ 是非、呉
 地区で開いてほしい (3) 。
 / 初めてバウンドテニスとい
 うものを知り、やってみ
 ましたが、はじめての割には
 楽しくできました。

講師の先生方ありがとうございました。
 / 体が思うように動かなか
 ったけど、とても楽しかった
 です。/ 久しぶりに気持ちの
 良い汗をかかせてもらいま
 した。呉地区にぜひチームを
 作って欲しいものです。/ ラ
 ケットに触れたことさ
 えなく、途方にくれました
 が、親切なご指導をして頂
 き、ありがたく思いま
 した。体を動かすことの
 楽しさを久しぶりに感じ
 ました。ありがとうございました！！
 / 講師の先生がとてもよ
 かった。/ 先生がとても
 楽しい進行で笑え



る講座でした。ファンになりました。またお会いできるのを楽しみにしています。／又、開催してください。／とっても楽しかったです。ありがとうございました。ぜひぜひ土曜日の午後、教室をオークアリーナで開設して下さい。参加します。／近くで教室があるなら参加してみたいです。／自分のラケットで一人で少し練習をしたいなと感じます。／週1回呉方面で練習してうまくなりたいです・・・／健康の為、楽しく出来たらと思います。／呉はちょっと遠いので（広島から来ましたので）近くで探したいですね。／楽しかったです。



8. 高校生対象公開講座「大学で学ぶスポーツ科学」

日 時： 平成 20 年 5 月 7 日（水） 10:30～14:20

場 所： 広島大学総合科学部 J304 号室及び実験室

講 義：大学で学ぶスポーツ科学（スポーツ科学
センター長 教授 楠戸一彦）

1. 体育教師
2. 高校の授業
3. 大学の授業
4. 「スポーツ科学」の意味
5. 古代オリンピック



実験 1：経頭蓋磁気刺激による脳活動の測定（大学院総合科学研究科 教授 船瀬広三）

【内容】 大脳皮質運動野手指支配領域の神経細胞を磁気刺激装置で無侵襲刺激し、手指筋から運動誘発電位を記録する（図参照）。

【実験の目的】 随意運動中および運動イメージ想起中の大脳皮質運動野の活動を観察する。

【測定器具】 経頭蓋磁気刺激装置，解析用コンピューター，電気刺激装置，筋電位増幅器，力変換器

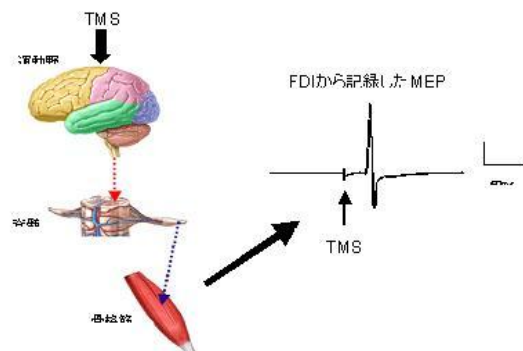
【測定項目】 第 1 背側骨間筋（FDI）の運動誘発電位（MEP），FDI の外転収縮力

【測定手順】

1. オリエンテーション
2. FDI への記録電極貼付
3. 接地（アース）電極貼付
4. FDI の至適刺激部位の同定
5. FDI の最大外転収縮力の測定

【課題】

1. 安静時 MEP（5 発）の記録。
2. 最大外転収縮力の 10%での FDI 外転中の MEP（5 発）の記録
3. FDI の最大外転収縮イメージ想起中の MEP（5 発）の記録
4. 安静時，随意収縮時，運動イメージ想起時の MEP 振幅値の平均値比較



実験 2：反応時間の測定とその評価（大学院総合科学研究科 准教授 関矢寛史）

【内容】 外界からの情報を正確に知覚し、素早く運動行動を実施する能力はさまざまなスポーツにおいて重要である。視覚情報に対する反応運動を行う基礎的なスポーツ心理学実験を行うことで、人間のこの能力について評価する。



【実験の目的】

単純・選択反応課題を用いて、刺激-反応選択肢数が反応時間に及ぼす影響を調べる。

【課題】

- 1 単純反応条件：青（黄，赤）色刺激ライトの点灯後，マット上から前（右，左）へジャンプする（被験者間でランダム）。
- 2 選択反応条件：青色刺激ライトの点灯後，マット上から左へジャンプ。赤色刺激ライトの点灯後，マット上から右へジャンプ。
- 3 選択反応条件：青色刺激ライトの点灯後，マット上から左へジャンプ。黄色刺激ライトの点灯後，マット上から前へジャンプ。赤色刺激ライトの点灯後，マット上から右へジャンプ。

【手続き】 各条件で5試行ずつ行い，中央値をとる。各条件の測定順序は被験者間でランダムにするが，同じ条件内の5試行は連続して行う。各条件の測定に入る前に，3試行の練習試行を行う。9名の実験結果を基に，最後に，刺激-反応選択肢数が反応時間に及ぼす影響を解説する。

実験 3：最大酸素摂取量の測定とその評価（大学院総合科学研究科 准教授 長谷川博）

【内容】 疲労困憊時に測定された最大酸素摂取量（Vo2max）は，全身持久力を評価する指標として非常に重要である。持久的能力が必要とされる競技においては，Vo2max は競技成績と高い相関が報告されている。



【実験の目的】 自転車エルゴメーターを用いた最大負荷法による最大酸素摂取量を測定し評価する。

【測定項目】 酸素摂取量，二酸化炭素消費量，心拍数，主観的運動強度（RPE）

【測定手順】

1. オリエンテーション
2. 安静時の測定（3分）
3. 自転車エルゴメーターを用いた漸増負荷法によるオールアウトテスト（毎分60回転で無負荷にて2分間ペダルをこぎ，その後1分毎に20Wの割合で負荷を漸増し，疲労困憊に至るまで運動を行う）
4. クーリングダウン
5. 最大酸素摂取量の評価

9. 体育会主催「リーダーズセミナー」

主 催：体育会

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 21 年 2 月 16 日（月）～17 日（火）

場 所：国立江田島青少年交流の家

講 師：出口 達也（広島大学大学院教育学研究科 准教授）

河元 淳子（分子栄養学研究所）

世話人：東川 安雄（広島大学大学院教育学研究科 教授）

参加者：120 人

内 容：

第 1 日 開講式

レクリエーション

討論会

第 2 日 講義「運動と栄養について」

講義「トレーニングについて」

研修 1「学生総合支援センターと体育会」

研修 2「海上自衛隊第一術科学校見学」



10. 日本ランニング学会主催「中高年のランニング教室」

主 催：日本ランニング学会

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 20 年 6 月 14 日（土）～ 11 月 15 日（土）各日とも 10：00～12：00

場 所：広島大学陸上競技場及び周辺コース

講 師：東川 安雄（広島大学大学院教育学研究科 教授）

和田 正信（広島大学大学院総合科学研究科 教授）

参加者：26 人

内 容：

1. ランニング教室の趣旨説明
2. ランニングの基礎
3. コース別練習（各日とも 4 グループに分かれ、参加者の経験や目標にあった練習を、月 2 回で合計 10 回行った）
4. 第 28 回ひろしま国際平和マラソンへの参加



11. 体育会柔道部主催「柔道教室」

目的：地域貢献の一貫として、地域の子供たちに、広島大学体育会柔道部の学生がその専門性の知識と技術を活かし、柔道の基本技術を指導する。

対象：主に東広島市の小・中学生

参加人数：約 50 人

実施日時：平成 21 年 1 月 25 日（日）9：00～12：00

実施場所：広島大学西体育館（柔道場）

指導者：出口 達也（広島大学大学院教育学研究科 准教授）
ティーチングアシスタント（広島大学体育会柔道部員）



広島大学体育会柔道部員が中心となり、地域の小・中学生約 50 人を対象に、柔道の基本技術の指導を行った。また、乱取り稽古も行い、実践的な技術指導も行った。

12. 体育会バレーボール部主催「浅野杯バレーボール大会」

主 催：広島大学体育会バレーボール部

共 催：広島大学スポーツ科学センター

後 援：東広島市教育委員会

東広島市小学校バレーボール連盟

東広島市バレーボール協会

協 賛：ミズノ株式会社

日 時：平成 20 年 11 月 3 日（祝・月）8：30～17：00

場 所：広島大学西体育館・北体育館

参加チーム：

【女子の部】 26 チーム

板城クラブジュニアスポーツ少年団，西条ジュニアバレーボールクラブ，川上スポーツ少年団，乃美尾スポーツ少年団，安芸入野スポーツ少年団，原スポーツ少年団，下黒瀬スポーツ少年団，吉川スポーツ少年団，三ツ城スポーツ少年団，東志和スポーツ少年団，ひらいわスポーツ少年団，八本松バレーボールクラブ，東西条スポーツ少年団，豊栄町スポーツ少年団，寺西スポーツ少年団，高美が丘スポーツ少年団，高屋西スポーツ少年団，高屋東スポーツ少年団，造賀スポーツ少年団，河内西スポーツ少年団，小谷スポーツ少年団，河内スポーツ少年団，郷田スポーツ少年団，上黒瀬スポーツ少年団，中黒瀬スポーツ少年団，西志和スポーツ少年団

【男子の部】 4 チーム

八本松バレーボールクラブ，西志和スポーツ少年団，板城クラブジュニアスポーツ少年団，郷田スポーツ少年団

<試合結果> 【女子の部】優 勝：八本松バレーボールクラブ

準優勝：高屋東スポーツ少年団

3 位：高屋西スポーツ少年団

西条ジュニアバレーボールクラブ

【男子の部】優 勝：八本松バレーボールクラブ

準優勝：板城クラブジュニアスポーツ少年団



13. 体育会柔道部主催「フェニックス柔道大会」

主 催：フェニックス杯実行委員会

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 20 年 11 月 2 日（日）9：00～16：00

場 所：西体育館柔道場

参加者：男女中学生 450 名

第 2 回フェニックス杯中学校柔道大会には、広島県内だけでなく、山口県・岡山県・島根県・兵庫県・香川県・高知県・徳島県・大阪府などから、男子部門に 38 チームが、女子部門に 27 チームが参加した。

試合は男子 5 名、女子 3 名による団体によるリーグ戦が実施された。一人 2 分による試合では、白熱した戦いが相次いだ。男子は兵庫県の「小野中学校」が優勝し、二連覇を達成した。女子は島根県の出雲第一中学校が優勝し、初優勝であった。



14. 東広島市老人クラブ連合会西条支部主催「広大ウォーキングコースに集合」

主 催：東広島市老人クラブ連合会西条支部
 共 催：スポーツ科学センター
 日 時：平成 20 年 10 月 25 日（日）9：00～10：30
 場 所：広島大学「ウォーキングコース」爽快コース
 参加者：60 名



10 月 25 日（土），東広島市老人クラブ連合会西条支部の会員約 60 名が，広島大学ウォーキングコースの「爽快コース」（約 2,5km）を歩いた。西川徳明会長を初めとする会員は三つのグループに分かれて，順次出発した。キャンパス内の紅葉を楽しみながら，約 1 時間で全員が無事に出発点に戻ってきた。

広島大学「ウォーキングコース」

東広島キャンパス「ウォーキングコース」マップ

楽しいウォーキング

- 1 距離、季節、服装に気を配る（帽子、季節服）
- 2 安全靴（公道歩行靴）
- 3 水分補給、着心・着止対策、サングラス
- 4 マットレスで歩く（緩衝材力）
- 5 運動前後を管理する（体温計測定）
- 6 おむと解熱剤の服用を避ける

歩くコツ

歩幅が長い
歩幅が短い
歩幅が正しい

ウォーキングの効果

- 長年の疲労
 - ① 疲労、精神疲労への効果（自律神経調整）
 - ② 骨密度の低下防止（歩行時、姿勢調整）
 - ③ 骨の強化
- 1.5km 以上歩くと
 - ④ 血圧の低下（糖尿病、高血圧、心臓病）
 - ⑤ 精神効果あり
 - ⑥ ストレスの解消
 - ⑦ 視覚効果

歩行でわかるを年々増加する運動の効能

歩行距離	消費エネルギー	消費カロリー	消費酸素	消費水分
1km	100	100	3.5	0.2
2km	200	200	7.0	0.4
3km	300	300	10.5	0.6
4km	400	400	14.0	0.8
5km	500	500	17.5	1.0

消費エネルギー：1kgの脂肪を燃焼させるのに必要なエネルギーは約7,000kcalです。

消費カロリー：1kgの脂肪を燃焼させるのに必要な歩行距離は約70kmです。

運動と生活のエネルギー消費の割合

消費エネルギー (kcal)

歩行 (約 100kcal/1km)

ランニング (約 100kcal/1km)

水泳 (約 100kcal/1km)

自転車 (約 100kcal/1km)

歩行でわかる年齢ごとの歩行距離

歩行距離 (km)

年齢 (歳)

広島大学スポーツ科学センター

15. スポーツ実習に関する調査

A. スポーツ実習に関するアンケート調査

スポーツ実習の充実を図るため、平成 20 年度後期授業の終了時期に授業評価アンケートを実施した。これまで、担当教員が独自に作成し実施していたこともあったが、今回初めて統一した質問項目によるアンケート調査を行った。アンケート項目については、他大学のアンケート項目を参考にして作成したが、今後さらに項目を検討していく必要がある。調査結果は、全クラスの集計とクラスごとの集計を行った。全クラスの集計は以下に報告し、クラスごとの集計は担当教員に配付して授業改善のための資料として活用していただくことにした。

1. アンケート回答者の属性

アンケート調査は平成 20 年度後期に実施した。統一的な調査は初めてであり、1月になってから担当教員に調査を依頼したので、授業計画の中で無理なく調査できるクラスを対象とし、実施するかどうかは担当教員の判断に任せた。後期のスポーツ実習授業は 46 クラス開講されており、このうち 32 クラスでアンケートを実施した（表 1）。アンケート調査は、授業中にアンケート用紙を配付し、その場で回収する方法とした。

アンケートは 32 クラスから 996 名の回答を得た。このうち 943 名（95%）が 1 年生であり、性別については男子 661 名（67%）、女子 250 名（25%）、不明 85 名（9%）であった（表 2）。

表 1 アンケートを実施したクラスと回答者数

種 目	クラス数 (クラス)	回答数 (名)
バドミントン	9	372
卓球	8	246
サッカー	6	100
バスケットボール	4	128
ソフトボール	2	55
テニス	1	41
バレーボール	1	30
スポーツ実習 A	1	18
合 計	32	990

996 名のうち 6 名はスポーツ種目が未記入であった。

表2 アンケート回答者の男女学年別人数

	1年生	2年生	3年生	4年生以上	計
男	623	28	7	3	661
女	238	7	5	0	250
不明	82	3	0	0	85
計	943	38	12	3	996

表3 アンケート回答者の所属学部別人数

学 部	1年生	2年生	3年生	4年生以上	計
総合科学	53	6	1	0	60
文	27	3	2	0	32
教育	176	9	1	2	188
法	28	5	0	0	33
経済	11	2	0	0	13
理	176	1	5	0	182
医	10	0	0	0	10
歯	2	0	0	0	2
薬	1	0	0	0	1
工	386	11	2	0	399
生物生産	67	1	1	1	70
不明	6	0	0	0	6
計	943	38	12	3	996

回答者のスポーツ実習授業を除いた運動実施頻度は、「週3日以上」とよく運動している学生は男子25%、女子19%であった。逆に「しない」学生は男子33%、女子51%であり、男子の方が運動実施頻度は高かった。文部科学省の平成19年度体力・運動能力調査報告書の資料から、大学生の運動実施頻度を試算すると、「週3日以上」、「週1～2日」、「月1～3日」、「しない」の割合は、男子ではそれぞれ24%、30%、23%、24%であり、女子ではそれぞれ15%、25%、22%、38%となった。この割合と比較すると、アンケート回答者の男子は、「週3日以上」、「週1～2回」でほぼ同じだったが、「月1～3日」の割合は低く、「しない」の割合が高かった。女子では、「週3日以上」と「しない」の割合が高く、「週1～2日」と「月1～3日」が低かった。サンプリングの問題はあるが、広島大学生の男子は、運動をしない学生がやや多く、女子は運動をよくする学生としない学生の両極端の学生が多く、いわゆる二極化がより進んでいる結果となった。

運動実施頻度

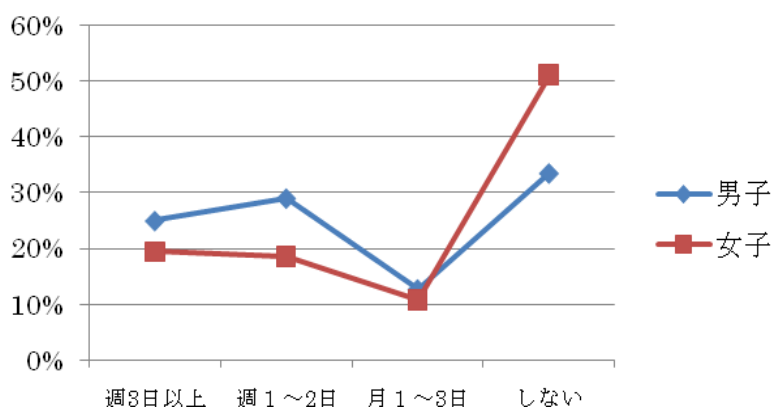


図1 運動実施頻度別の回答者の割合

受講目的については、「選択必修」が最も多く半数以上の学生が該当した。男女を比較すると、「教職免許が必要」と回答した割合が女子で高かった。その他の項目では大きな差はなかった。必修や教免の関係で必ず単位が必要であるという目的を除くと、「このスポーツをしたい」、「運動したい」の回答が多く、回答者はスポーツで身体を動かしたいという欲求があると考えられる。

受講目的

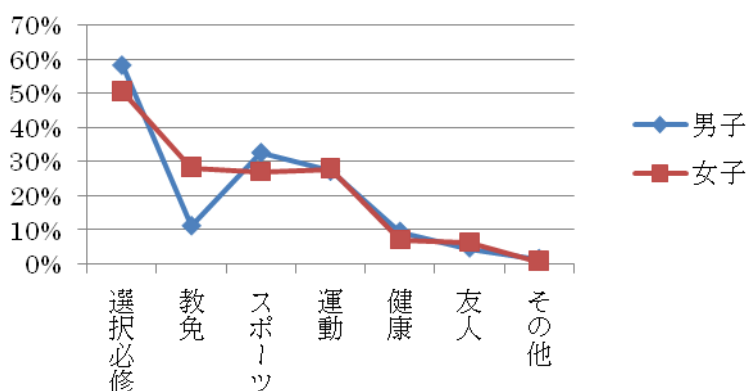


図2 受講目的別の回答者の割合

複数回答なので、合計は100%を超える。

単位数については、このスポーツ実習が2単位目と回答した者が多かった。スポーツ実習科目を2単位必修とする学部と所属する回答者が多かったためと思われる。出席率については、男女とも80%以上の学生が「9割以上」と回答した。スポーツ実習は出席を重視するため高い出席率となっている。授業への積極的な取組については、男女とも約75%の学生が「4. 強くそう思う」と回答した。

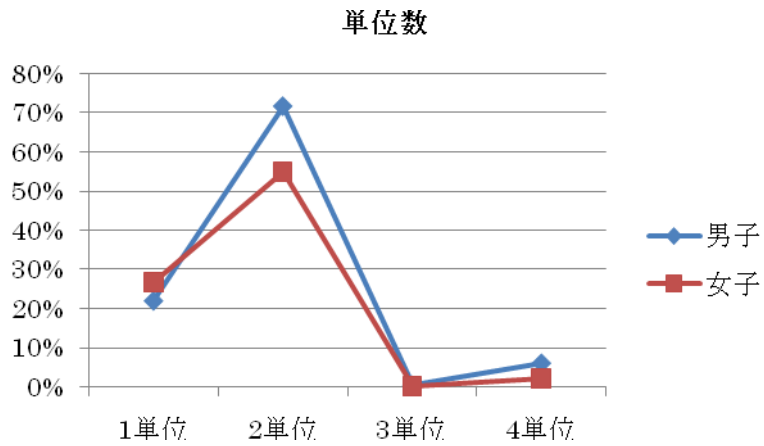


図3 スポーツ実習科目の単位数別の回答者の割合

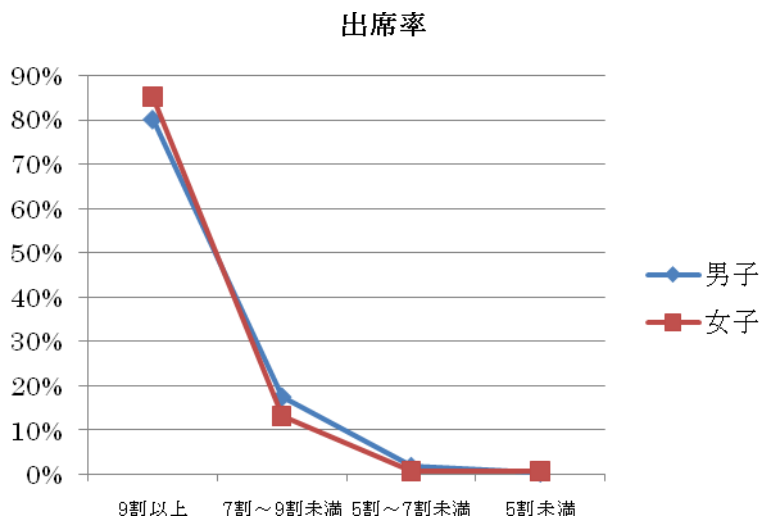


図4 授業の出席率別の回答者の割合

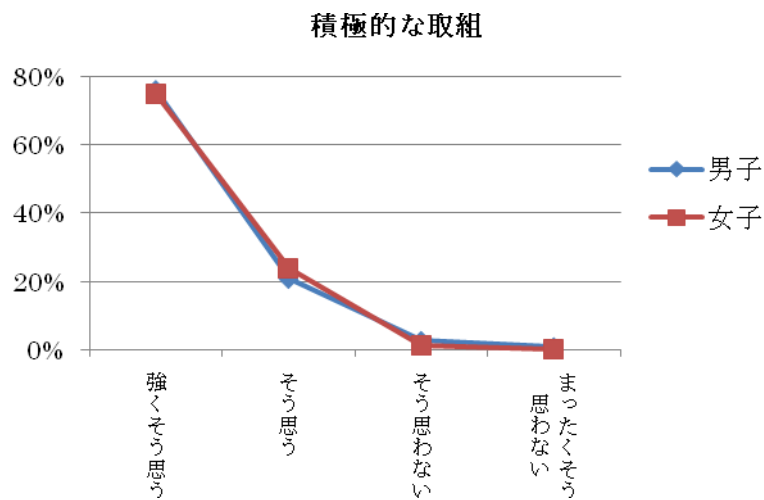


図5 授業への積極的な取組別の回答者の割合

2. 授業評価

授業評価および体力測定に関する質問項目は、「4. 強くそう思う」から「1. まったくそう思わない」を4点から1点に数値化して、男女別平均を算出した。

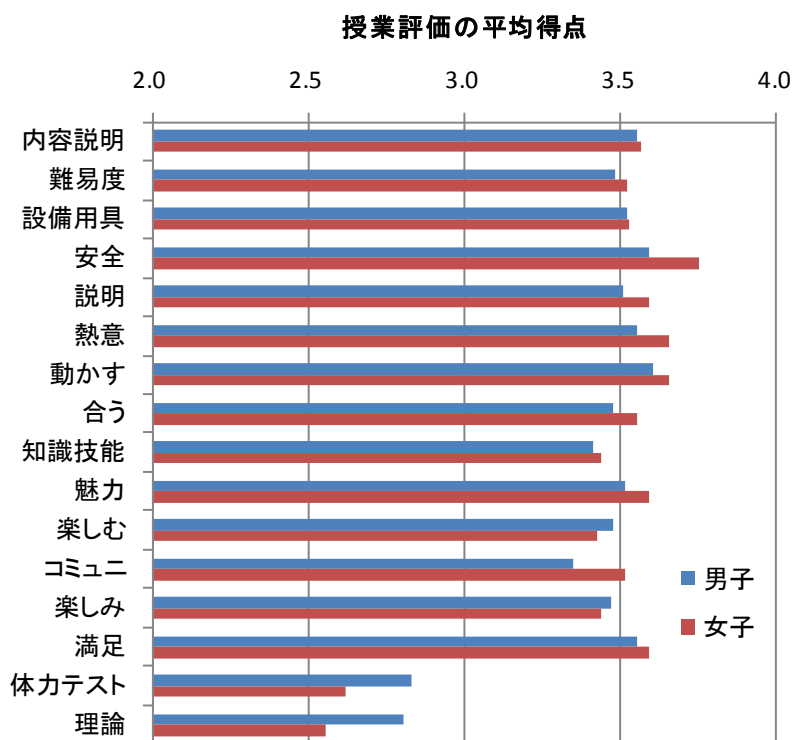


図6 授業評価項目の男女別平均得点

「強くそう思う」を4点、「まったくそう思わない」を1点としたので、得点は1点～4点となる。

ほとんどの授業評価項目で平均は3.5点程度であった。項目間の得点を比較すると、「スポーツの知識や技能が向上しましたか?」が低く、「他の学生や教員とのコミュニケーションはとれましたか?」の男子の回答が低い得点となった。満足度については、男子3.55点、女子3.59点であり、96%の学生が肯定的な回答をした。

スポーツ実習科目は「現代スポーツの多様な価値を理解し、自己の特性やスポーツの技術水準に適合したスポーツ種目を選択・実践し、生涯にわたってスポーツを楽しむ態度やマナー、協調性などの社会的スキルを養う科目」(平成20年度学生便覧 III授業科目の履修 8スポーツ実習科目)である。この目標が達成されたかを調べるために、「スポーツの魅力を理解することができましたか」、「スポーツ種目は自分に合っていましたか」、「生涯にわたってスポーツを楽しむことができますか」、「他の学生や教員とのコミュニケーションはとれましたか」という質問を設定した。どの質問も肯定的回答は90%を超えており、おおむねスポーツ実習の目標が達成されていると思われる。否定的回答が10%を超えたのは、「生涯にわたってスポーツを楽しむことができますか」に対する女子の回答と「他の学

生や教員とのコミュニケーションはとれましたか」に対する男子の回答であった。これらについては、今後検討すべき課題となるだろう。

体力テストについては、広島大学学生の体力の現状を把握すること、学生自身が自らの体力レベルを認識し、体力・健康づくりのための知識と実践力を養うことなどが重要であると考えられ、体力テストを実施すべきか否かが検討すべき課題となっている。現状では、スタッフ、予算、施設・器具など解決すべき問題も多く、数年に1回の頻度で文部科学省から体力データの提出が求められる年以外は実施されていない。このアンケートでは、体力について学生側の意識を調べるために、「体力テストで自分の体力レベルを知りたいか」、「健康や体力の維持・増進のための理論を学びたいか」を質問した。体力レベルを知りたいという肯定的な回答は男子で65%、女子で56%であった。また、理論を学びたいという肯定的な回答は男子で63%、女子で50%であった。他の項目と比べると肯定的回答の割合は低かったが、半数以上の学生が希望していることが分かった。

3. スポーツ種目について

スポーツ実習として受講を希望するスポーツについては、さまざまな種目があがった。希望が多かった種目は、バドミントン（115名）、バスケットボール（96名）、テニス（92名）、サッカー（76名）、バレーボール（67名）、卓球（65名）、ソフトボール（61名）であった。以下は回答数が大きく減り、スキー（31名）、野球（24名）、ソフトテニス（16名）、フットサル（14名）、ハンドボール（14名）、スクーバ（14名）、ドッジボール（12名）、気功体操（12名）、ゴルフ（11名）、水球（10名）、スノーボード（10名）であり、10名未満は53種目があった。60名以上が希望している種目はすべてスポーツ実習でとりあげている種目であり、学生の希望に合った種目が開講されていることが確認できた。

4. スポーツ実習科目に対する要望

自由記入形式で、スポーツ実習科目に対する要望を質問した。その結果、施設面では、体育館の冷暖房、用具の老朽化、ボール数、照明、人工芝化などがあり、実習内容面では、技能レベル、グループ分け、成績評価、男女混合、難易度、待ち時間、終了時間、受講定員数、開講コマ数、施設利用などに関する要望があった。

<資料>

平成 20 年度後期 スポーツ実習 授業評価アンケート調査用紙

(スポーツ科学センター)

スポーツ実習のカリキュラムや授業方法の改善に資するため、授業評価アンケートを実施します。
成績評価とは一切関係しませんので、自由、率直かつ真摯に回答するよう、ご協力をお願いします。

() 内に記入あるいは○を付けてください。4段階評価の場合は、次の評価で○を付けてください。

「4」は「強くそう思う」 「3」は「そう思う」 「2」は「そう思わない」
「1」は「全くそう思わない」

<あなた自身について>

学年 (1年 2年 3年 4年以上 その他) 男女 (男 女)

学部 (総科 文 教育 法 経済 理 医 歯 薬 工 生 生 その他)

曜日 (月 火 水 木 金) 時限 (1・2 3・4 5・6 7・8 9・10)

選択したスポーツ種目 ()

問1 授業以外で、どのくらい運動やスポーツをしていますか？

(週3日以上 週1～2日 月1～3日 しない)

問2 この授業を受講する目的は何ですか？(当てはまる項目すべてに○をつけてください)

(選択必修 教職免許が必要 このスポーツをしたい 運動したい 健康のため
友人に誘われて その他)

問3 この授業で、スポーツ実習の単位は何単位目になりますか？

(単位目)

問4 この授業にどのくらいの割合で出席しましたか？

(9割以上 7割～9割未満 5割～7割未満 5割未満)

問5 あなたはこの授業に積極的に取り組みましたか？

(4 3 2 1)

<この授業について>

問6 この授業の目的、内容、成績評価は適切に示されましたか？ (4 3 2 1)

問7 あなたにとって授業の難易度は適切でしたか？ (4 3 2 1)

問8 設備や用具は良かったですか？ (4 3 2 1)

問9 授業は安全に配慮されていましたか？ (4 3 2 1)

問10 教員の説明はわかりやすかったですか？ (4 3 2 1)

問11 授業に対する教員の熱意を感じましたか？ (4 3 2 1)

問12 充分にからだを動かすことができましたか？ (4 3 2 1)

- 問 13 選択したスポーツ種目は自分に合っていましたか？ (4 3 2 1)
問 14 選択したスポーツの知識や技能が向上しましたか？ (4 3 2 1)
問 15 選択したスポーツの魅力を理解することができましたか？ (4 3 2 1)
問 16 生涯にわたってスポーツを楽しむことができますか？ (4 3 2 1)
問 17 他の学生や教員とのコミュニケーションはとれましたか？ (4 3 2 1)
問 18 この授業は楽しみでしたか？ (4 3 2 1)
問 19 全体としてこの授業に満足しましたか？ (4 3 2 1)

<スポーツ実習科目について>

- 問 20 簡単な体力テストをして、自分の体力レベルを知りたいですか？ (4 3 2 1)
問 21 健康や体力の維持・増進のための理論を学びたいですか？ (4 3 2 1)
問 22 スポーツ実習で受講したいスポーツ種目は何ですか？
()
問 23 スポーツ実習科目に対する要望があれば、以下に自由に記述してください。

(作成者： 磨井 祥夫)

B. 他大学のスポーツ実習の取り組みに関する調査

スポーツ実習科目の充実を図るため、他大学におけるスポーツ実習の取り組みの調査を行った。調査は、スポーツ実習の担当組織、カリキュラムの内容および授業評価を中心とした。調査対象は次の国立大学とし、平成 21 年 2 月に担当教員へのインタビューおよび資料収集を行った。

- | | | |
|-----------------|------------------|--------------|
| ・神戸大学（秋元忍准教授） | 平成 21 年 2 月 9 日 | （調査担当：木庭 康樹） |
| ・京都教育大学（林英彰准教授） | 平成 21 年 2 月 10 日 | （調査担当：木庭 康樹） |
| ・首都大学東京（舛本直文教授） | 平成 21 年 2 月 12 日 | （調査担当：長谷川 博） |
| ・岡山大学（鈴木久雄教授） | 平成 21 年 2 月 24 日 | （調査担当：磨井 祥夫） |

1. 神戸大学

（1）組織

神戸大学では、神戸大学大学教育推進機構全学共通教育部に設置された健康・スポーツ科学教育部会（通称：健スポ部会）が、全学のスポーツ実習を運営している。詳細は、健スポ部会による以下の報告書を参照のこと。

健康・スポーツ科学部会は、人間発達環境学研究科 18 名、海事科学研究科 2 名および保健学研究科 2 名、合計 22 名から構成されている。健康・スポーツ科学部会では、「健康・スポーツ科学実習Ⅰ」、「健康・スポーツ科学実習Ⅱ」、「健康・スポーツ科学講義」の科目を開設している。これらの科目を通して健康・スポーツ科学では、身体と健康に関するすべての学問を学際的な視野のもとで総合化し、健康で豊かな生活の実践と能力の開発に関する知識を学ぶことを目標にしている。

健康・スポーツ科学実習では、健康科学、スポーツ科学、生涯スポーツの 3 分野を柱にしたカリキュラム構成になっている。「健康・スポーツ科学実習Ⅰ」では、健康を見直す健康科学、運動のスキルを科学的な視点から身につけるスポーツ科学を学習する。「健康・スポーツ科学実習Ⅱ」では、生涯にわたるスポーツ実践と健康習慣の習得を目的に、各種のスポーツ実技を実習するとともにスポーツ種目の文化的側面の理解と、ルールと戦術を学び、自らがゲームを実践できる能力を学習する。「健康科学講義」では、健康科学とスポーツ科学の入門編として人間の健康行動と健康増進に関する科学的知識を身につけ、健康・スポーツの科学的基礎を学習する。

健康・スポーツ科学実習Ⅰでは、全学共通授業科目として学部を中心としたブロックにより（一部複数学部から構成）、前期の月曜日から木曜日までの 13 枠（夜間主コースを含む）を開講している。健康・スポーツ科学実習Ⅱは、後期の月曜日、水曜日、木曜日の 3 日間において、健康・スポーツ科学実習Ⅰと同じように学部（一部複数学部から構成）を中心としたブロックにより、8 枠を開講している。実習Ⅰ・Ⅱにおいては、教育効果、安全性の確保、教場の条件などから、最大限 1 クラス 40 名を限度にしている。専任教員と非常勤講師とも開設授業の理念・シラバス・評価等について共通の観点を持つために、健

健康・スポーツ科学実習Ⅰ・Ⅱの資料を作成し、専門性を活かしながら効果的な実習を展開している。また、第1回目の授業のガイダンスで、ガイダンス資料をもとに本授業の目的を学生に周知している。

健康・スポーツ科学講義は、前期3枠（夜間主コースを含む）、後期4枠を開講し、8名の講義担当教員が生活習慣病、生活機能病、健康に関わる様々な行動（喫煙行動、飲酒・薬物乱用行動、性行動など）、メンタルヘルス、母子保健、環境保健などテーマ別に開講している。また、講義担当者を中心に教科書を執筆し、それをもとに共通の内容が提供できるように工夫している。さらに、保健管理センターの教員との連携でエイズ教育に関する内容も提供し、この分野に関する啓蒙を実施してきている。

授業改善に関しては、実習において学生の関心と理解を高めるために、カロリーカウンターや心拍メモリー装置などを使用した。また、身体計測や肥満度を測定する機会をつくり、学生の健康・スポーツ科学への関心を高める配慮を行い、「健康・スポーツ科学実習ノート」を作成し、内容の修正などの吟味を行った。大学生生活全体で健康・スポーツ科学の知識を理解し、また、実践できるよう実習ノートは授業終了時に学生に返却するよう心がけた。

これらの授業改善や教育に対するFD研修会の実施、体力測定や運動によるカロリー消費量などを学生一人ひとりが記載する実習ノートを活用したことなどが高く評価され、（社）全国大学体育連合・大学体育評価委員会から、「神戸大学健康・スポーツ科学実習」に対して、『平成18年度大学体育FD推進校』として表彰され、その内容をさらに充実されるよう検討を続けている。

改善を要する点としては、健康・スポーツ科学実習Ⅰ・Ⅱに関連して老朽化したトイレ・更衣室・シャワーなどを含めた体育館およびテニスコートの改修が求められる。コートや体育館の壁に釘が出ているなど、安全性の確保が懸念され、また、トイレや更衣室に非常ベルがないので、この点は早急に対応する必要がある。さらに、近年、学生間のコミュニケーション不足から実技科目でのコミュニケーション能力を養成しようとの試みが検討されており、この観点から健康・スポーツ科学実習Ⅰ・Ⅱの内容や共通教育としての位置づけも考える時期にきている。

（以上「全学共通教育についての自己点検・評価報告書（神戸大学健スポ部会）」より抜粋）

（2）カリキュラムの内容

神戸大学では、スポーツ実習に関して、ガイダンス時に以下のようなカリキュラムの内容を教員および学生に周知させている（以下、平成20年度ガイダンス資料より抜粋、一部省略）。

1. 健康・スポーツ科学について

（1）学生への指導

神戸大学における全学共通授業科目としての「健康・スポーツ科学実習Ⅰ・Ⅱ、講義」については、学生便覧（各学部発行）の『履修方法および履修に関する心得』等を熟読し、所属学部・学科における必修、選択の別を理解するよう、十分指導する必要がある。

実習Ⅰの取扱いには以下の3種がある。

- ①選択で卒業単位に含まれる * 海事科学部, 経営学部 2006 年度入学生
- ②選択で卒業単位に含まれない * 医学部医学科, 法学部 2006 年度入学生
- ③必修で卒業必要単位である * 上記以外の学部学科 2006 年度入学生と全学部の再履修生

実習Ⅱの取扱いには以下の3種がある。

- ④必修で卒業必要単位である * 文学部
- ⑤選択で卒業単位に含まれない * 医学部, 法学部
- ⑥選択で卒業単位に含まれる * 上記以外の学部の全学生

特に③, ④の場合, 4年終了時まで取得しないと卒業できないことを指導する。

(2) 実習の概要 全学共通授業科目授業要覧(シラバス)より

◎実習の概要および目標

現代における急激な社会変化は, われわれに運動不足やメンタルストレス等の問題を生じさせている。その一方で労働時間の短縮によって自由時間の増大が大幅に生じることになった。このような背景の中で国民の健康に対する関心は高まるものの, 誤った健康知識, 健康法が氾濫していることから科学的研究に基づいた真の健康管理が望まれるところである。またスポーツの分野においても高度なパフォーマンスの発揮を求める競技スポーツのみならず, 国民ひとりひとりが日常的に自ら実践できるスポーツに対するニーズも高まっている。さらに, 各ライフステージにおける余暇活動として多様なスポーツ活動の重要性も高まっているのが実状である。

実習Ⅰ・Ⅱを通じて健康科学, スポーツ科学さらに生涯スポーツの3分野を柱としたカリキュラムの構成になっているが, 実習Ⅰでは健康論, 体力論等に関する自然科学的アプローチとプレイ論, レジャー論などの文化的アプローチによるその価値の両面から健康科学, スポーツ科学の分野を実習するものであり, さらに, 実習Ⅱにおいては, やらされる立場から自らが実施するという選択制とし, 生涯にわたる身体活動の一環としてスポーツ種目等を実践しようとするものである。

<健康・スポーツ科学実習Ⅰ>

(1単位・卒業必修単位。ただし医・医, 法, 海事, 経営を除く) …前期開講

実習のテーマと目標および内容と計画

実習Ⅰにおいては健康科学およびスポーツ科学の2分野について, 担当教員の専門性を生かしながら学習する。また, 授業中に行われる測定結果などを記録し, 自身の身体や心の健康について考え, 今後の生活に活かしてもらうために, 実習ノートが配布される。

【健康科学分野】

最近の青年の身長, 体重などの形態面は充実してきているが, それに見合った体力が伴っていないことに特徴づけられる。中でも呼吸循環機能を中心とした持久力面に著しい低下が見られる。低下の原因として運動不足などが考えられるが, 運動不足は過剰カロリーの蓄積とともに呼吸循環系疾患の危険因子であり, 肥満, 高血圧症, 糖尿病などの成人病に陥る可能性が高いとされている。

学生は健康の重要さを認識していながらも, それを実感として感知することがほとんど

ないものと考えられるが、学生時代から健康の維持増進に関する知識と運動の実践習慣を身につけることは将来的に必ず役立つものである。

この分野における実習は自分の健康・体力を考える機会とするとともに、体力の維持増進のための体力科学を知識と実践を通じて学ぶことを目的とする。

健康科学分野の実習は次のような項目を挙げることができる。

- (1) 現在の健康・体力水準の評価
- (2) 運動によるエネルギー消費量の評価
- (3) 有酸素的持久力と心拍数の科学
- (4) 抵抗負荷運動の理論と実際
- (5) 身体組成を考える
- (6) 安全で効果的な運動処方作成の基本的な考え方

【スポーツ科学分野】

スポーツ科学では各種スポーツを通じて、スポーツを構成する技術・体力・戦術について考える。また、スポーツ科学に裏付けされた安全で理にかなった理論と方法を身につけることによって、ルールに基づいた試合の実践は生涯スポーツ実践のための基礎能力を身につけることを目的とするものである。

- (1) スポーツ等における体力の評価
- (2) 各種スポーツ等の基礎技術の分析・習得
- (3) スポーツ等における戦術的分析・評価
- (4) ルールを通じて試合運営に関する評価

<健康・スポーツ科学実習Ⅱ>

(1単位・選択：但し文学部は必修) ……………後期開講

※ただし、法学部・医学部(医・保健)は卒業単位にはならない

【生涯スポーツ分野】

実習Ⅱにおいてはスポーツ種目等を期間を通じて実施するものであり、主に試合等を通じて基礎技術から中・上級技術や戦術的理解やその実践能力の習得を促し、さらに、スポーツ的活動のおもしろさや魅力、そして生活の一部としてスポーツ的活動の習慣化を目指し生涯スポーツの構築を目的とする。

実習Ⅱでは学生の自主的選好によりスポーツ種目等のコースを選ぶことができる。

<健康・スポーツ科学講義>

(2単位・選択：但し文学部は必修) ……………前期または後期開講

2. 実際の履修上の注意事項(学生向けガイダンス内容)

評価方法

【評価基準】

◎神戸大学共通細則第4条の学業成績評価基準により評価する。

- A - 優 100点 80点以上
- B - 良 80点未満 70点以上

C - 可 70 点未満 60 点以上

D - 不可 60 点未満 不合格 (単位不認定)

【評価の対象】

◎本評価基準は健康・スポーツ科学実習Ⅰ，およびⅡのいずれにも適用される。

1. 実習への出席状況が総授業回数の 75%以上の者を成績評価の対象とする。
 - ① 遅刻・早退・見学は 1/2 出席として扱う。
 - .. 遅刻とは授業開始後 30 分を経過するまでに授業に参加した場合をいう。
 - .. 早退とは授業開始後 60 分を経過した後に退席した場合をいう。
 - .. 見学とは身体的理由等により授業に直接参加できないが、授業には出席可能な場合をいう。
 - ② 課外活動等による欠席は一切考慮しない。
2. 実習への積極的な参加態度がみられなかったり、活発な身体活動を行わないような場合には、成績評価の対象としない。
3. 疾病あるいは事故等の理由により、在学期間中に実習に参加できそうになく、保健管理センターより長期見学願ひ (総授業回数の 50%以上の見学が見込まれる場合) を交付されている場合には、担当教員が課題を提示し、それに合格したものを成績評価の対象とする。

【評価の観点】

成績評価の対象となったものについて、下記の 3 つの観点から総合的に評価する。

1. 実習課題の達成度
実習課題の達成度は、記録、レポート、試験等によって評価する。
2. 実習態度
3. 出席状況

【健康・スポーツ科学実習における評価に関する申し合わせ】

1. 授業回数は各期開講可能回数の 85%を下回らないものとし、この基準を下回る場合には必ず補講を行う。
2. 教員は授業の最初に実習のねらいや課題を学生に提示し、そのねらいや課題をどの程度達成できたかを評価する。
3. 実習課題の達成度の評価については、受講生に客観的基準を示すとともに、受講生が納得できる評価基準でなければならない。
4. 出席状況に若干の考慮を加えた場合 (例えば、75%未満の出席状況であっても、欠席の事由などによって成績評価の対象とした場合) には、その理由を履修カードに明記する。
5. 履修カードへ評価を記入する。評価は、A, B, C, D とする。
6. 履修カードには、実習課題の達成度、受講態度、出席状況、総合評価に関する記載欄を設ける。
7. 学生からの評価に関する異議申し立てや情報の開示に対応できるように、評価のために用いた資料は、学生の在学期間中、すべて保管する。

(以上、平成 20 年度ガイダンス資料より抜粋、一部省略)

(3) 授業評価アンケート

神戸大学では、健康・スポーツ科学部会のウェブサイトを開設し、ウェブ上で授業評価アンケートを実施している。「全学共通教育についての自己点検・評価報告書(神戸大学健康スポ部会)」によれば、とりわけ、健康・スポーツ科学実習に対する学生の授業評価は良好で、総合評価4点以上と高い。他方、健康・スポーツ科学講義はやや低く、さらなる工夫が必要であるとの報告がなされている。今後は、学生からの評価をどのようにして各教員の授業に反映させていくかの仕組みの検討が必要である。なお、アンケートの項目や集計結果等は、健康・スポーツ科学部会のウェブサイトで公開されている。

(4) まとめ

神戸大学のスポーツ実習に関して、特筆すべき点は以下である。

- ・ 前期に開講される「健康・スポーツ科学実習Ⅰ」で、体力測定やストレッチ、各種スポーツなどを含めた、複合的な授業を開講している。
- ・ 各教員3コマずつを担当し、授業回数15回を確保している。
- ・ 受講生のために「健康・スポーツ科学実習ノート」や「健康・スポーツ科学実習履修カード」を作成している(保管は教員が担当)。
- ・ スポーツ実習に関して年間170万円の予算がある。
- ・ スポーツ実習独自の授業評価アンケートをウェブ上で実施している(自動集計が可能)。
- ・ スポーツ実習に関する自己評価を、神戸大学大学教育推進機構および全国大体連に提出し、大体連から大学体育FD推進校表彰を受けている。
- ・ スポーツ実習に対して、文系の学部からも一定の理解と評価がある。
- ・ 通常の実習授業でもTAを配置している。
- ・ 武道(柔剣道)を開講している。
- ・ 図書館に健康・スポーツ科学実習関連の文献を購入し、学生がいつでも参照できるようにしている。
- ・ スポーツ実習の用具・備品等は、他の目的の貸し出しを一切行っていない。
- ・ グランドの人工芝化の計画がある。

なお、神戸大学のスポーツ実習に関して、問題点等は以下である。

- ・ 一般の学生に向けたスキー実習や野外実習等の集中授業を開講していない。
- ・ スポーツ実習が開講される鶴甲第一キャンパスが各学部から遠い。
- ・ 広島大学に比べグラウンド以外の施設がやや手狭であること、施設の老朽化、など。

(作成者：木庭 康樹)

2. 京都教育大学

(1) 組織

京都教育大学では、スポーツ実習を企画・運営するための独自の組織は存在せず、教育

学部の体育領域専攻の教員スタッフ(9名)を中心にスポーツ実習を企画・運営している。将来的にはスポーツ実習の改革を行う予定。

(2) カリキュラムの内容

京都教育大学では、スポーツ実習は、全学共通必修科目(1年次指定)となっており、必要単位数は、2単位(前期・後期各1単位)、1学年の学生数は、300名である。スポーツ実習の開講コマ数は、前期9クラス(集中1を含む)、後期10クラス(集中2を含む)、合計19クラスである。受講学生数は、340~350名程度/年(最履修者を含む)である。

科目名は、「生涯スポーツ実習Ⅰ」(前期)および「生涯スポーツ実習Ⅱ」(後期)と区分しているが、どちらも、実技実習を中心としている(シラバスは京都教育大学の公式ホームページで参照可能)。かつては、「生涯スポーツ実習」1単位+「スポーツ科学演習」2単位=3単位としていた時期があった。

通常の授業枠(火曜日と金曜日の3限に開講し学生はどちらかの曜日で受講)では、A(テニス)、B(球技=サッカー&ソフトボールまたはバレーボール&バスケットボール)、C(フィットネスまたは護身術)、D(レクリエーションスポーツ)の4クラスを並行して開講し、集中授業としてE(キャンプ=夏季、スキー=冬季)を開講している。クラス分けは、入学式後のオリエンテーションで希望調査を実施し、担当の教員が割り振っている。

(3) 授業評価アンケート

京都教育大学では、スポーツ実習用の授業評価は行っておらず、全科目共通の授業アンケートを実施している(マークシート式)。また、アンケート結果については、FD委員会という組織がとりまとめて報告書として公開するとともに、個別の結果については、授業改善に生かすよう担当教員にフィードバックしている(京都教育大学の公式ホームページで参照可能)。

(4) まとめ

京都教育大学のスポーツ実習に関して、特筆すべき点は以下である。

- ・ 無届休講の防止のため、学期末に「授業実施報告書」の提出を各教員に義務付けている。
- ・ 授業評価の結果が良くない場合、責任ある部署が改善の勧告を行うことがある。
- ・ 開講種目に「護身術」がある。
- ・ 通常授業だけでなく、夏季と冬季の集中授業のどちらにも、非常勤講師を任用している。
- ・ キャンパスがこじんまりしていて、体育施設への移動が便利である。
- ・ グランドの人工芝化の計画がある。

なお、京都教育大学のスポーツ実習に関して、問題点等は以下である。

- ・ スポーツ実習の運営費が3万円と極めて少ない。
- ・ 広島大学に比べ体育施設がやや手狭であること、施設の老朽化、など。

(作成者：木庭 康樹)

3. 首都大学東京

(1) 組織

首都大学東京のヘルスプロモーションサイエンス教室は、従来の理学研究科身体運動科学専攻、旧都立短大の健康栄養学科、および旧都立短大・保健科学大学体育教員から構成されている。専任教員 18 名（教授 9，准教授 6，助教 3），非常勤職員 3 名で構成されている。学生は大学院前期課程に 14 名，後期課程に 5 名在籍している。

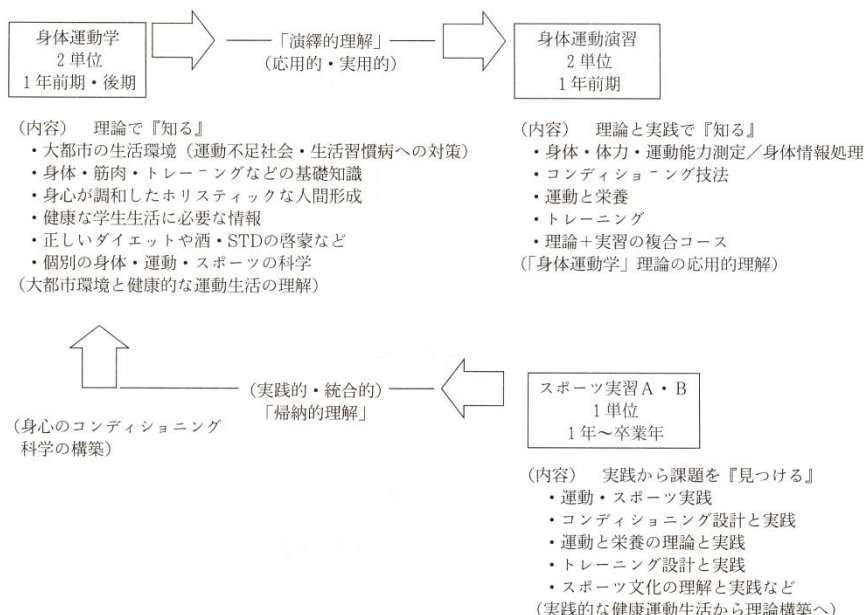
(2) 保健体育科目のカリキュラムの内容

目的：大学教育の一環として，身体や身体運動に関する幅広い知識と技術を学び，学問的な思考態度や知的・動的・身体的な教養を育成し，心身ともに健康で豊かな人間性の涵養を図ること。

構成と特色：保健体育科目は，理論（身体運動学），演習（身体運動演習）および実習（スポーツ実習 A・B）から構成されている。これらは，身体運動及びスポーツ科学に関する理論－演習－実習の統合プログラムとして設計されている。必修ではなく，選択科目である。

表1 保健体育科目標準的履修例

科	目	標準的履修推奨期	単位数	備考
共通基礎教養科目 (選択科目)	身体運動演習	1 年前期	2 単位	半期の理論＋実践（教職推奨科目）
	スポーツ実習 A	1 年後期、2 年前期～	1 単位	半期の定時実習
	スポーツ実習 B	2 年夏期～卒業年次	1 単位	集中授業（学内・学外）
	身体運動学	1 年後期	2 単位	半期の理論



【身体運動演習】前・後期で30コマ設定

概要：自分のからだを「知る」，運動中の自分の体を「知る」，文化としての自分のからだを「知る」ことをねらいとし，身体や身体運動に対する科学的認識を培っている。

位置づけは、「理論－演習－実習」という大学教育の教科構造の「演習」にあたる科目である。

授業内容：

- ① オリエンテーション:第1回目の授業で行い、保健体育科目の全体構成、履修の方法、開設科目などの全体的な説明を行っている。
- ② 測定・実習：第2回目の授業から3回にわたり、「形態測定」「体力・柔軟性」「全身持久力」に関する測定・実習を実施する。測定に関しては専任および非常勤のすべての教員が担当している。(参考資料：測定マニュアル)
- ③ まとめ:毎回の測定において、得られた測定結果をもとに身体情報に関する自己評価を行い、レポートを作成している。
- ④ 個別スポーツ種目による学習：第5回目以降は、スポーツ種目（バスケットボール、テニス、卓球、ソフトボールなど）ごとのグループに分かれ、各スポーツコースの理論と実践の統合的な学習活動を通じてスキルや自己課題について知るための授業を実施している。

成績評価：体力測定の測定点（15点）、レポートによる測定の理解点（15点）、スポーツ種目ごとに参加度・達成度等の側面から評価した種目点（40点）、レポートの内容などを含めた総合理解点（30点）の観点から総合的に評価している。

【スポーツ実習A】

半期の授業期間で学内の運動施設を用いて実施している。スポーツ種目の実践をとおし、体力・運動能力の応用的展開をめざすとともに、スポーツ技能の習得も図る。身体や運動について自己課題や関心領域を「見つける」ことに主眼をおいている。学内の移動を考慮し、3/4時限に開講している。ソフトボール、卓球、テニス、サッカー、バスケットボール、ゴルフ、バドミントン、トレーニング、バレーボールの種目がある。

表3 授業開講表（「身体運動演習」および「スポーツ実習A」）

曜日 時限	月 曜		火 曜		木 曜		金 曜	
	前 期	後 期	前 期	後 期	前 期	後 期	前 期	後 期
2								
3	演習 (180) スポ実 (30)	スポ実 (90)	演習 (150) スポ実 (30)	スポ実(120)	演習 (180)	演習 (180)	演習 (150) スポ実 (30)	スポ実(150)
4	スポ実 (60)	スポ実 (90)	演習 (150) スポ実 (30)	スポ実 (90)			演習 (90) スポ実 (30)	スポ実 (90)
5								

【スポーツ実習B】

主として休業期間中に原則として4泊5日の日程で実施される学外コース(自然コース)と、宿泊を伴わず5日間にわたり学内運動施設を用いて集中的に実施される学内コースがある。

表4. コース予定表 (スポーツ実習B)

学 期	コース	実施期日	予定場所	対 象 者	定 員
夏季 (学内)	水泳	8月7日～11日	大学屋内プール	初心者も経験者も可	30
夏季 (学内)	テニス	8月7日～11日	大学テニスコート	初心者、初級者コース	30
夏季 (学外)	アウトドア	9月1日～5日	山中湖	未経験者も可	30
春季 (学外)	スノースポーツ	2月16日～19日 (学内2日間授業有)	白馬佐野坂	初心者も経験者も可	30

(3) 授業評価アンケート

学生の授業評価 (Student Evaluation: SE) を毎年実施し、分析結果をまとめ、ヘルスプロモーションサイエンス年報に掲載している。

【2007年度実施状況】

- ・対象：「身体運動演習」の受講者
- ・実施方法：マークシートおよび自由記述
- ・有効回答数：359票、有効回答率75.7%。
- ・処理：担当教員の個別授業と全体比較（グラフ化）して返却。自由記述はワープロ化して返却。基本統計処理（%分布、平均値）、昨年の結果との比較。問題や課題を会議などで定期的に共有し、次年度の授業に役立てている。

【結果の概要】

体育実技の内容理解は68.0%であった。オリエンテーション前に配布したシラバスが、「授業を履修する上で役立っている」と肯定的に答えた学生の割合は56.8%であった。身体運動演習で行った体力測定に関しては、それぞれの測定項目で約2/3の学生が肯定的な意見を述べていた。また、学生は自分の体力測定結果をまとめ自己評価しているが、測定結果から「自分の身体の状態についてよくわかった」と肯定的に答えた学生は全体の約7割であり、「身体の状態についてよく分からなかった」と否定的に答えた学生5.5%を大きく上回った。選択科目である中で、単にスポーツ活動の機会保証だけでなく、学生達が「自らの身体を知り」「身体に配慮していく」という面でも積極的な受講姿勢が少しずつ育まれてきたようである。

表1. 2007年度前期「身体運動演習」に対する学生評価 (SE) (オリエンテーション及び測定)

	強くそう思う	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	全くそう思わない	無記入・読取不可	合計	平均値
オリテよく分かった	36.8%	31.2%	23.7%	3.9%	2.2%	2.2%	100.0%	3.99
シラバス役立った	27.6%	29.2%	32.6%	5.8%	3.9%	0.8%	100.0%	3.71
形態測定目的	28.7%	34.0%	26.2%	7.0%	2.8%	1.4%	100.0%	3.80
体力測定目的	28.4%	39.8%	24.0%	4.7%	2.2%	0.8%	100.0%	3.88
持久性測定目的	28.4%	37.6%	25.3%	5.6%	1.7%	1.4%	100.0%	3.87
柔軟性測定目的	26.5%	32.3%	30.4%	7.8%	1.4%	1.7%	100.0%	3.76
身体理解	36.5%	33.1%	24.0%	3.6%	1.9%	0.8%	100.0%	3.99
生活活用	33.7%	33.7%	23.7%	5.0%	2.8%	1.1%	100.0%	3.92

首都大学東京は体育施設の老朽化が進行しているようだが、用具面に関しては運動志向の

高い受講生たちのニーズにもかなうように経費をあて改善されてきたため、大学施設に関するハード面の評価は約8割の学生が満足していた。

学生たちの「身体運動演習」に対する総合的な授業評価は、「大学生としてふさわしいもの」であったという肯定的な意見は約7割と昨年度と比べ少し上昇したようであるが、演習科目としてさらに工夫する必要性も記されていた。また学生と教師あるいは学生同士のコミュニケーションに関する項目については高い値を示しており、授業方法面での「身体運動演習」の改善の試みが学生達に評価されているようであった。総合評価として全体の満足度は4.34と高い値であった。

表2. 2007年度前期「身体運動演習」に対する学生評価 (SE) (各種目の授業について)

	強く思う	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	全く思わない	無記入・読取不可	合計	平均値
施設十分	43.7%	28.4%	15.6%	8.4%	3.1%	0.8%	100.0%	4.02
用具十分	42.9%	33.4%	15.9%	5.6%	1.9%	0.3%	100.0%	4.10
目的目標伝わる	30.1%	34.8%	26.5%	6.7%	1.7%	0.3%	100.0%	3.85
コンディション方法理解	19.8%	23.4%	40.7%	11.4%	4.2%	0.6%	100.0%	3.43
スポーツ文化理解	17.5%	18.1%	30.6%	17.8%	13.4%	2.5%	100.0%	3.09
生涯スポーツ取り入れ	35.1%	27.9%	23.1%	9.7%	3.6%	0.6%	100.0%	3.82
運動量十分	40.1%	29.2%	21.4%	6.7%	1.1%	1.4%	100.0%	4.02
準備よくできた	44.3%	31.2%	18.1%	4.5%	1.9%	0.0%	100.0%	4.11
対教師コミュニケ	39.0%	31.5%	22.8%	3.3%	2.2%	1.1%	100.0%	4.03
対学生コミュニケ	34.0%	33.4%	25.3%	5.0%	1.1%	1.1%	100.0%	3.95
時間配分適切	35.1%	29.8%	26.2%	6.7%	1.4%	0.8%	100.0%	3.91
期待したもの得た	29.8%	30.6%	29.5%	7.2%	1.4%	1.4%	100.0%	3.81
大学生にふさわしい	28.1%	38.7%	26.2%	3.9%	1.7%	1.4%	100.0%	3.89
真剣に学ぼうとした	40.4%	34.0%	19.5%	3.1%	1.7%	1.4%	100.0%	4.10
出席しようとした	58.5%	25.1%	12.0%	2.8%	1.1%	0.6%	100.0%	4.38
推薦したい	42.3%	30.1%	20.6%	5.0%	1.1%	0.8%	100.0%	4.08
満足度(総合評価)	52.9%	32.9%	8.4%	3.6%	1.1%	1.1%	100.0%	4.34

(4) まとめ

東京都立大学から首都大学東京となり、新カリキュラム実施から約4年が経過しようとしていた。保健体育科目は平成17年度から選択科目となったため「身体運動演習」という形で2単位科目とし、理論と実践の統合的理解を目指す科目へと変身した経緯がある。今回の調査によって首都大学が毎年少しずつ授業改善を試みていることがわかり、また参考となる資料を入手できた。特に、学生の授業評価によって得られた結果や情報は、年報としてわかりやすくまとめられ、全国の大学などへ発信されていた。またこれらの結果を授業担当者全体でチェックし、問題や課題を共有し、それらを次年度の各自の授業内容や方法の改善へと生かす努力をしているようであった。さらに毎月1回の教室会議においてファカルティ・ディベロップメント (FD) タイムを設けてこれらを議論しており、まさにplan-do-check-actionという授業のPDCAサイクルを目標とし、保健体育科目を担当する教室全体で実践していた。

評価は学生だけでなく、教員も行う必要があるようであり、現在は自分自身の授業の評価 (Teacher Evaluation: TE) も行い、学生評価との比較も実施しているようであった。興味深いことに、同じ質問項目でも学生と教員の評価にかなりの差が生じていることが明らかとなった項目もあるようである。

我々がこれらをもとにして授業評価を行うのであれば、共通事項などの質問内容ではできるだけシンプルにすること、質問項目はできる限り少なくすること、回収率を上げるための工夫をおこなうことなどの貴重なご意見を頂いた。しかしながら、首都大学の保健体育科目の予算金額は、広島大学のスポーツ実習経費と比較すると3倍以上と大きな違いがあることや、体力測定などを行うのに十分な専任教員の数が揃っていた。したがって広島大学においても首都大学東京で実施されている体力測定などを取り入れ授業改革をおこなうのであれば、これらの予算や人材を確保し、環境を整備する必要があるように思われた。

(5) 参考資料

- ・舛本直文，北一郎，稲山貴代，三宅紀子，池川繁樹． 2007 年度「身体運動演習」に対する学生の授業評価．ヘルスプロモーションサイエンス年報，2，55-68，2008.
- ・ヘルスプロモーションサイエンス年報，第2号（通巻33号），首都大学東京大学院人間健康科学研究科人間健康科学専攻ヘルスプロモーションサイエンス系，2008年3月発行.
- ・保健体育科目「測定マニュアル」，首都大学運動・栄養科学教室，2006年4月発行.
- ・2008年度首都大学東京「保健体育科目」シラバス，首都大学東京保健体育科目カリキュラム委員会，平成20年4月発行.

(作成者：長谷川 博)

4. 岡山大学

(1) 組織

岡山大学の学部組織は、11学部からなり1学年の入学定員は2,185名である。11学部のうちスポーツ実習を必修としている学部（必修学部）は、教育学部，農学部，医学部（保健学科）であり，自由選択としている学部（選択学部）は文学部，法学部，経済学部，理学部，医学部（医学科），歯学部，薬学部，工学部，環境理工学部である。必修学部の学生定員は560名，選択学部は1,625名である。

スポーツ実習の授業は専任教員10名と非常勤教員11名で担当している。専任教員のうち旧教養部教員は年間5クラス，旧教育学部教員は年間1クラスを担当している。授業は前期に22クラス，後期に20クラス，合計42コマが開講（平成20年度）されている。多くの学生が受講しているスポーツ実習Aの受講学生数（平成16年度）は1,702名であり，内訳は必修学部582名，選択学部1,120名であった。

講義系授業には、「健康・スポーツ科学」があり，専任教員7名と非常勤教員1名が担当しており，平成20年度の開講数は前期4クラス，後期5クラスである。

(2) カリキュラムの内容

スポーツ実習は，その内容・目的により以下のようにスポーツ実習A～Fに分かれている。

- ・スポーツ実習 A は、1つの種目を1 Semester 継続して行うクラスで、テニス、バスケットボール、ハンドボール、バレーボール、バドミントン、卓球、ソフトボール、ゴルフ、フットサル、ボウリングが開講されている（平成 16 年度の受講学生 1,702 名）。
- ・スポーツ実習 B は、集中講義の形態で、スクーバ、スノーボードが開講されている（平成 16 年度の受講学生 53 名）。
- ・スポーツ実習 C は、肥満など健康上の問題を抱えている学生、肢体不自由などの学生を対象として、シェイプアップのクラスが開講されている（平成 16 年度の受講学生 5 名）。
- ・スポーツ実習 D（スポーツサークル活動実施型）は、大学公認のスポーツ系クラブ所属学生を対象として、スポーツ活動の実施報告書とスポーツ講座の参加レポートで評価される（平成 20 年度の受講学生 27 名）。

スポーツ実習 D では、次の 5 つの条件が定められている。①大学公認スポーツ系サークルに所属し、週 2 回以上のスポーツ活動者、②5 月の授業の内容レポート提出、③10 月の授業の内容レポート提出、④スポーツ講座あるいはトレーニング講習会のレポートを 3 回以上提出、⑤1 月の授業でスポーツトレーニングノートを提出。単位は通年で 1 単位である。

- ・スポーツ実習 E（スポーツ教室開催型）は、大学公認のスポーツ系クラブ所属学生を対象として、スポーツ教室の企画・運営・指導を行うクラスである（平成 20 年度の受講学生 18 名）。

スポーツ実習 E では、次の 5 つの条件が定められている。①大学公認スポーツ系サークルに所属し週 2 回以上のスポーツ活動者、あるいはスポーツ教育センターが認めた個人および団体に所属し活動を行っている学生、②4 月に企画書を提出、③1 月までに 5 回以上スポーツ教室などを開催、④準備運動指導練習会かトレーニング講習会を受講、⑤スポーツ教室実施報告書を提出。単位は通年で 1 単位である。

- ・スポーツ実習 F（スポーツ指導練習型）は、大学公認のスポーツ系クラブ所属学生を対象として、大学内の公開講座や地域スポーツクラブなどでの指導補助を行うクラスである（平成 20 年度の受講学生 21 名）。

スポーツ実習 F では、次の 5 つの条件が定められている。①大学公認スポーツ系サークルに所属し週 2 回以上のスポーツ活動者、あるいはスポーツ教育センターが認めた個人および団体に所属し活動を行っている学生、②4 月に企画書を提出、③1 月までに 5 回以上スポーツ教室・学校部活動などにおいてスポーツ指導を実施、④準備運動指導練習会かトレーニング講習会を受講、⑤スポーツ教室などの終了後にスポーツ指導実施報告書を提出。単位は通年で 1 単位である。

スポーツ実習 A の受け入れ学生数は 1 クラス 40 名を標準としているが、種目によっては 50～60 名のクラスもある。第 1 週にガイダンスを行い、希望者が多いクラスはその場で抽選をして決定している。評価の基準は担当教員に委ねている。出席を重視することは全クラス共通であるが、スキルテスト、レポートなどを成績評価の対象とする場合もある。TA に関しては、スポーツ実習 B の集中講義をはじめとして数クラスが TA を採用している。

岡山大学スポーツ教育センターは、文部科学省の現代的教育ニーズ取組支援プログラム

(現代 GP)「バリアフリーによる双方向スポーツ教育活動」の推進施設として平成 18 年 4 月に設置された。スポーツ教育センターが中心となって、平成 19 年度にスポーツ実習 D, E, F が開講された。特にスポーツ実習 E (スポーツ教室の企画運営) とスポーツ実習 F (中学校, 高校, 地域スポーツクラブでのスポーツ指導) は地域との連携が必須であり, 社会性を高め, コミュニケーション能力や課題解決能力の向上を図ることも開講目的の一つとなっている。

(3) 授業評価アンケート

スポーツ実習のあり方に対して, 学生の意識・態度についてのアンケート調査を実施している。授業の終わりに調査用紙を配付し, 回収する方法で行われている。質問項目は, 運動部の所属, 運動量, 運動経験, スポーツの好き嫌い, 授業の満足度, スポーツ実習の必要性, 必修か選択か, 希望種目, 受講動機, スポーツ実習で得たもの(体力, 健康, 友人, 知識など), 要望などである。

平成 16 年度に実施したアンケート調査報告では, 次のようにまとめられている。

- ・選択で受講した学生に関しては, 男子ではサークル加入者, 無所属の者が多く, 女子では文化部所属者が多かった。また, 中・高時代に運動部経験をした者が多く, 運動好きの者が多くみられた。受講に当たって最も意識したものは運動・スポーツの魅力項目であり, 特に男子学生にその傾向が強かった。
- ・受講して得たものとして最も多かったものは, 「楽しくスポーツができる」で, 次に人間関係, そして精神的充実の項目であった。
- ・人間関係では, 必修の学生に「友達を何人か得た」, 「友達とより親しくなった」が多く, 「体力が向上した」は選択の学生に多かった。
- ・今後の課題は, 楽しく授業を行う中でいかに健康, 体力増進, スポーツ理論等を習得させるか, ということと選択学部での学生のニーズに合った種目の提供や授業方法の工夫であろう。

(4) まとめ

岡山大学の特徴は, スポーツ系サークル所属学生を対象としたスポーツ実習 D, E, F を開設していることである。

スポーツ実習 D は, スポーツ系サークル所属学生(週 2 回以上活動)が, 年間 4 回の授業と各種の講座・講習会に出席してレポートやノートを提出する。平成 20 年度の受講生は 27 名であった。予想より少なかったようであるが, その理由として, すでにスポーツ実習の単位を取得している学生が多いこと, 単位取得に上限があること, スポーツ実習が選択となっている学部が多いこと, 通常の週 1 回のスポーツ実習を受講する学生が多いことがあげられている。

スポーツ実習 E は, スポーツ教室を企画・実施するクラスであり, 平成 20 年度の受講生は 18 名であった。スポーツ教室の開催は学生 1 人では難しいので, サークル単位での開催となる。したがって, スポーツ実習 E の受講生以外にも多くの学生がスポーツ教室に関わっている。実際にスポーツ教室で活動している学生は約 120 名である。そのうちの 18 名がスポーツ実習 E を履修していることになる。スポーツ教室を開催したサークルは水泳

部、漕艇部、卓球部、ハンドボール部、ボクシング部などである。なお、スポーツ教室は学内実施と学外実施があり、教室の受講生は学生を含めた一般市民である。

スポーツ実習 F は、スポーツ教室、中学校、高校、地域スポーツクラブでスポーツ指導を行うクラスである。平成 20 年度の受講生は 21 名であったが、同様の活動をしている学生は約 100 名である。中学校、高校などのクラブ指導については、学校側のニーズの調査と、学生が指導できる種目などの調整が必要であり、岡山県教育庁、岡山市教育委員会との打ち合わせも行われている。実際の指導現場では、状況に応じて学生の立場・役割が違ってくることもあったようである。スポーツ指導を行っているサークルは、アイスホッケー部、フィギュアスケート部、弓道部、剣道部、テニス部、硬式野球部、サッカー部、ソフトテニス部、体操部、馬術部、バスケットボール部、バドミントン部、バレーボール部、ヨット部、陸上競技部などがある。

また、これらの活動は 4 名の事務スタッフによって支えられており、活動拠点となる事務室も設けられている。

(5) 参考資料

- ・徳永敏文，大学教養教育体育実技における学生の意識について―必修・選択学生による相違について―，大学体育学，2：55-62，2008
- ・岡山大学，バリアフリーによる双方向スポーツ教育活動 ―University・Community・Company で拓く―平成 19 年度報告書，2008.3
- ・岡山大学スポーツ教育センター，バリアフリーによる双方向スポーツ教育活動（文部科学省現代 GP），DVD 資料，2008
- ・岡山大学スポーツ教育センター，平成 20 年度健康スポーツ科学時間割表，2008
- ・岡山大学スポーツ教育センター，スポーツ実習 DEF 説明会，岡山大学スポーツ実習説明会資料，2008

(作成者：磨井 祥夫)

16. スポーツ系課外活動に関する調査

(1) 調査の目的と方法

本学は、平成12年7月18日の評議員会において「課外活動は広島大学の教育活動の一環である」という主旨の確認を行い、課外活動に対するさまざまな支援を行ってきた。このことをふまえ、この調査は、継続的に活動している広島大学の学生の体育会系運動部や体育系サークル・同好会・愛好会等（以下、「クラブ」という）の実態を総合的に把握し、広島大学における学生スポーツクラブの育成等に必要なる基礎的資料を得ることを目的として行った。

(2) 調査の方法

①調査対象者：東広島キャンパスにある体育会所属のクラブ及びスポーツ系・サークルに所属する学生。

②調査方法：体育会所属のクラブに対しては、平成21年2月に江田島で行われた「リーダーズセミナー」において実施し、また学生総合支援センター及び体育会の各窓口においても配布・回収し、合計36クラブ108人（体育会所属30クラブ98人、体育系サークル6クラブ10人）から回答を得た。

③調査内容：体育・スポーツ行政研究会が行った「大学におけるスポーツクラブに関する実態調査」（平成4年）の内容を参考にアンケートを作成した。

(3) 回答者の属性

回答者の性別内訳は、男子69.4%、女子30.6%であった。また、クラブ内での立場別では、現在幹部42.1%、次期幹部24.3%、一般部員32.7%であり、回答者の約7割は各クラブの実態をよく把握しているメンバーであると思われる。

(4) クラブ活動の実態

① 会員数

表1 会員数

		広大	全国
男子	0人	2.8	6.8
	1～10人	21.7	16.0
	11～20人	52.9	34.5
	21～30人	8.3	22.9
	31人以上	14.2	19.8
女子	0人	12.0	12.3
	1～10人	71.3	53.1
	11～20人	11.1	22.2
	21～30人	4.7	7.6
	31人以上	0.9	4.8

表1は、回答があったクラブの会員数をまとめたものである。全国調査（大学におけるスポーツ活動の在り方に関する調査研究報告書（1997））と比較して、広大のクラブは20人以下の会員のクラブが多く、特に女子において顕著であり、8割以上が10人程度である。

② 会員数の変化

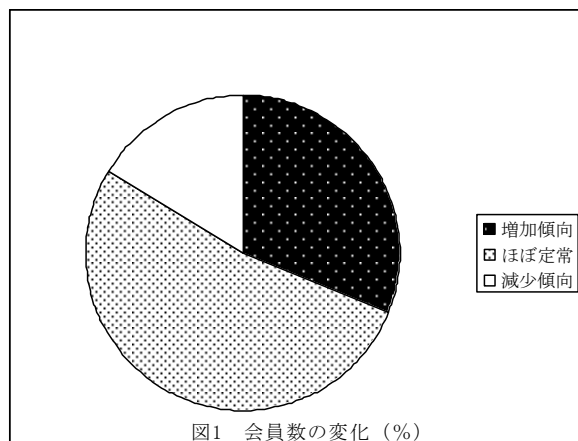


図1は、会員数の変化を見たものである。「ほぼ定常」とするクラブが52.3%と約半数となる。「増加傾向」にあるクラブが3割、「減少傾向」にあるクラブが約2割である。この傾向は全国調査とほぼ同様である。

③ 出席状況

表2 会員の年間出席状況 (%)

	広大	全国
90%以上	41.8	36.9
80%程度	29.1	20.6
70%程度	19.1	17.7
60%程度	6.4	9.9
50%程度	3.6	9.0
40%程度	0.0	6.0

表2は、クラブ会員の年間の出席状況についての結果である。全国調査と比較して、「80%以上」の出席状況のクラブが約7割となり、全国を大きく上回る結果となった。一方、全国では24.9%にもものぼった「60%以下」の出席状況の割合は、今回調査ではわずか1割であった。

③ 会費

表3 会費（年額，%）

	広大	全国
0～6000円	20.4	38.6
6001～15000円	30.1	38.2
15000円以上	49.5	23.1

定期的な活動を展開するためには、予算の確保は重要な事項である。今回対象となったクラブでは、88.0%のクラブが会費を徴収している。会費を徴収していないクラブは11.0%だった。会費の内訳は表3のとおりである。全国調査の結果と比較すると、今回回答した広大のクラブでは年額15,000円以上を徴収しているクラブが49.5%と全国の2倍程度の割合となっている。これに対して、6,000円以下の会費からなるクラブは2割程度である。

(5) 指導体制

① 指導者の配置状況

表4 各指導者の配置状況 (%)

	広大	全国
代表指導者 (部長等)	91.9	98.6
コーチングスタッフ (監督・コーチ)	90.2	62.4
医・科学支援スタッフ (トレーナー等)	13.4	4.2

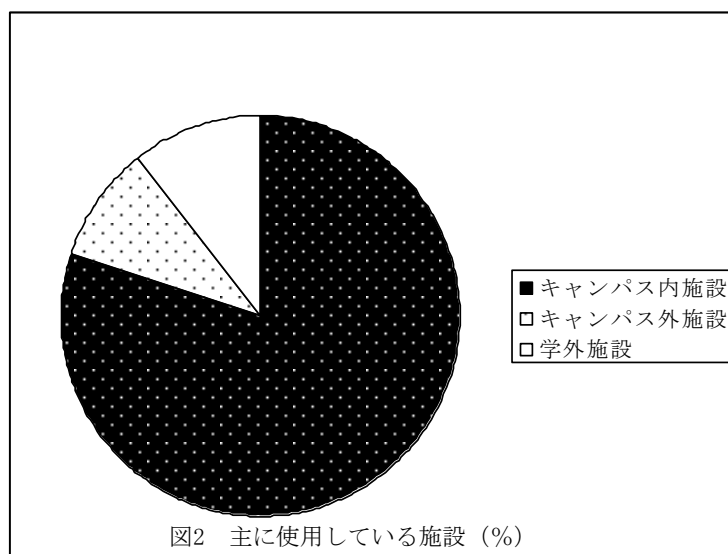
クラブにおける指導者の配置状況を見てみると、56.9%のクラブで「指導者がいる」と回答した (全国調査では68.1%)。指導者の具体的な内容を見ると、表4のように、代表指導者については全国調査とほぼ同様の配置状況であるが、コーチングスタッフや医・科学支援スタッフの配置状況では、全国を上回る結果となった。

② 指導者への謝金

指導者への謝金や旅費を支払っているクラブは、全体の29.5%であり、全国調査(17.2%)よりも約10%高い割合となった。

(6) 施設の使用状況と問題点

① 主な使用施設



今回回答したクラブがふだん使用しているスポーツ施設は、図2のように「大学キャンパス内の施設」が80.0%であり、「大学キャンパス外の施設」9.5%を含めると、大部分が大学内のスポーツ施設を使用している。一方、学外の施設を使用しているクラブは1割程度であり、全国調査よりもやや低い傾向にある。

② 西体育館トレーニングルームの使用状況

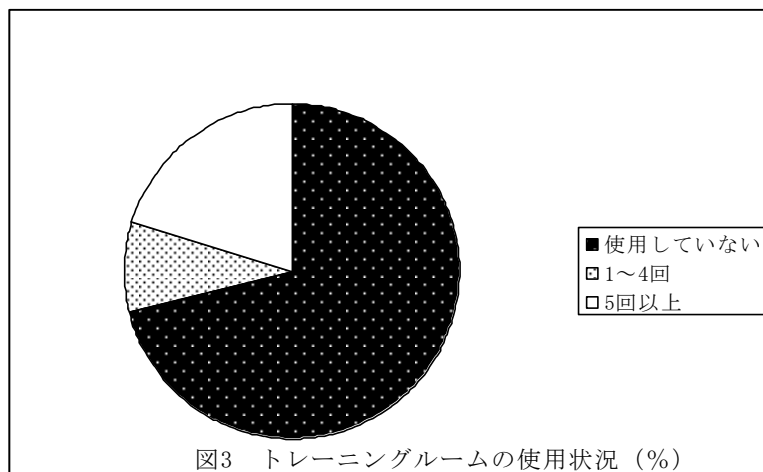


図3は、西体育館に整備されている「トレーニングルーム」の1ヶ月平均の使用状況（クラブ全体での使用）についてまとめたものである。71.2%のクラブが「使用していない」と回答している。週1回以上使用しているクラブは28.8%であり、なかでも定期的に積極的に活用しているクラブは20.2%であった。

ところで、トレーニングルームについては、設備の拡張などを求める声がある。クラブとしてはどのような整備を求めているのであろうか。

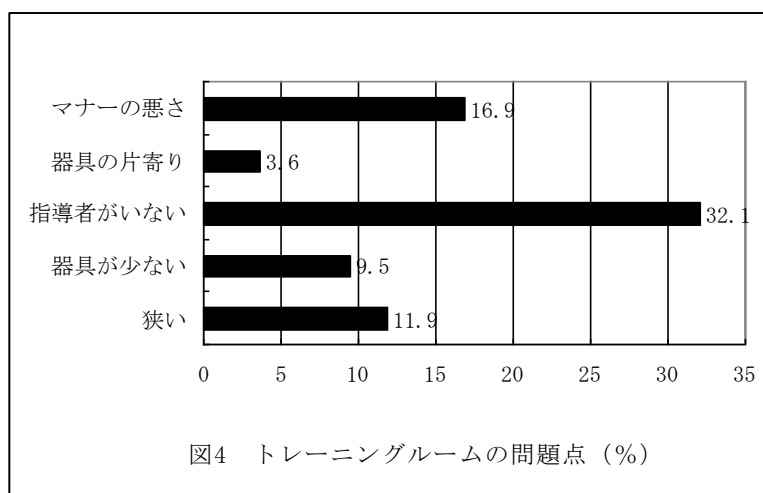


図4は、ふだん使用で感じている問題点をまとめたものである。トレーニングルームの狭さや器具の少なさを指摘する声もあるが、問題点として最も多かったことは「指導者がいない」(32.1%)であった。「使用する人のマナーのわるさ」も含めて、ソフトウェアの整備が課題になると思われる。

③ スポーツ施設使用上の問題点

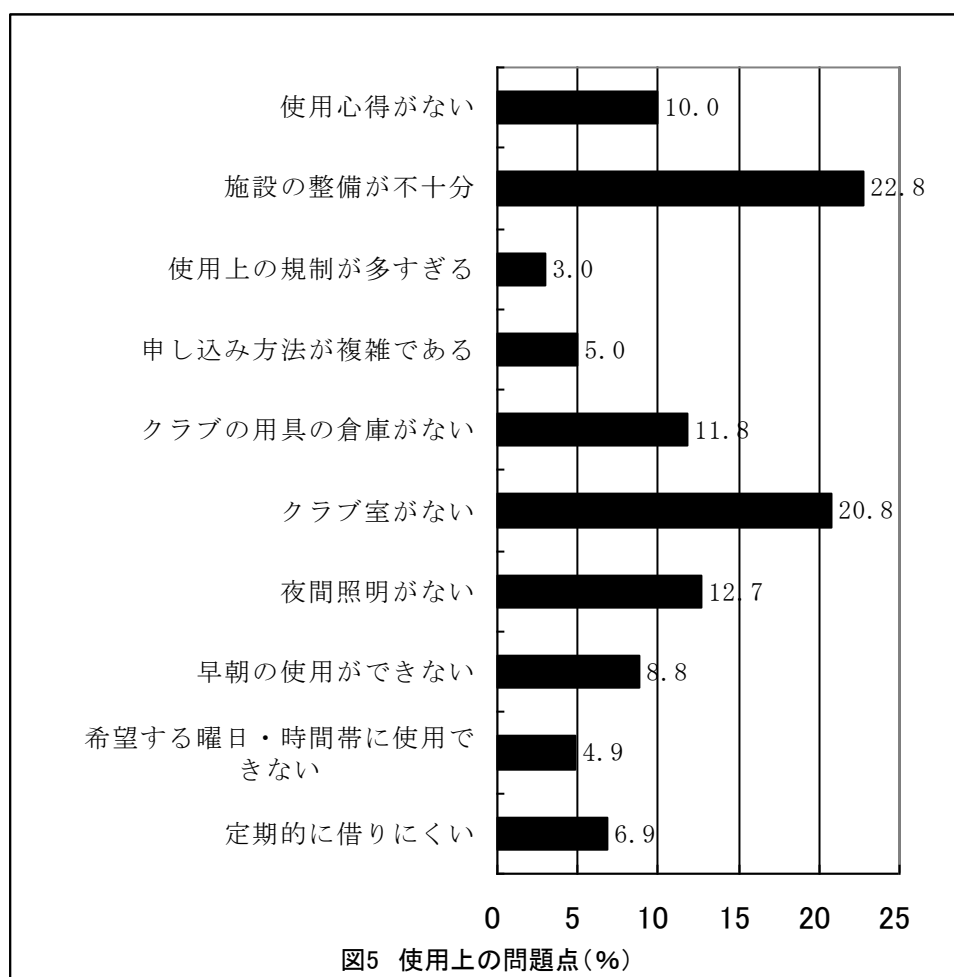


図5に、ふだん施設を使用している立場から問題点として捉えている内容をまとめてみた。数値は各問題点について「はい」と答えた者の割合であり、各項目に対して「問題点あり」と回答した者は多くて2割程度である。約8割の者は「問題なし」と捉えている。その中で、「施設の整備が不十分」(22.8%)、「クラブ室がない」(20.8%)の数値が高く、「夜間照明がない」(12.7%)や「クラブの用具の倉庫がない」(11.8%)などと続く。使用する上での利便性にかかわる内容ではなく、施設そのものが持つハードウェアにかかわる内容に問題点を捉えていると言える。この傾向は、全国調査と同様である。

(7) クラブの社会貢献

① 社会貢献活動の実施状況

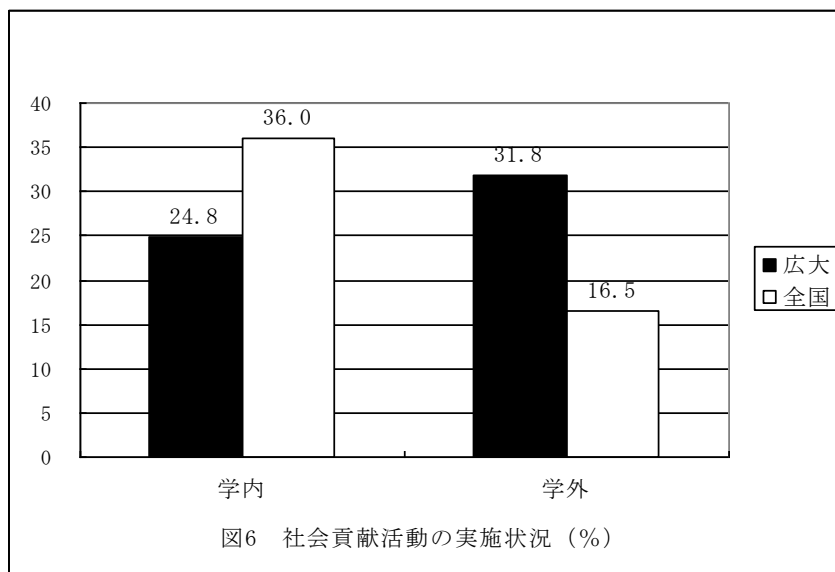


図6は、学内・学外に対するクラブとしての社会貢献（サービス）活動の実施状況を示している。学内に対しては24.8%であり、全国調査よりもやや低い値となった。一方、学外に対しては31.8%と、全国調査よりも2倍以上の実績を確認することができた。

では、社会貢献として、学内・学外に対して各クラブはどのような事業を展開しているのだろうか。学内に対しては全国調査と同様の傾向を示し、「学園祭への出店・協力」が特出している(46.4%)。一方、地域社会に対しては、「指導者・審判員の派遣協力」(27.6%)と「スポーツ教室の開設・指導」(24.1%)が二本柱となっている。全国調査と比較すると、「スポーツ教室の開設・指導」の割合が高く、広大のクラブが地域社会に対してスポーツ指導という形で貢献していることがわかる。

(8) スポーツ系「課外活動」発展のための条件整備

表5 大学当局への要望

内容	%
遠征で授業を欠席することに対する「公休制」の導入	72.0
主要競技会参加選手に対する資金援助	68.8
対外競技会参加選手に対する資金援助	62.3
大学の支援体制（学生支援センターなど）の充実	55.1
スポーツ施設の確保、整備の促進	54.7
クラブ室、クラブ用倉庫の設置促進	47.7
スポーツに関する各種情報サービスの充実	42.1
活躍したクラブや個人に対する広報の充実	42.1
クラブ運営の仕方に関する指導、援助	34.6
幹部・チーフの研修に対する指導、援助	32.7
クラブ指導者の確保	31.8
表彰制度（学長表彰など）の充実	24.3

表 6 ふだんの活動で支障をきたしていること

内容	%
活動予算が少ない	41.1
専門的な指導者がいない	39.3
活動の評価, 見直しが無い	30.2
会員の活動意欲が低調である	29.9
活動施設・設備が十分ではない	29.9
トレーニング計画が十分ではない	29.0
会員の出席率が低い	27.1
トレーニングが科学的ではない	23.6
活動時間が少ない	23.4
会員の運動技能, 体力が劣る	21.7
夜間照明がない	13.1

表 5 はこれまでクラブを運営してきて、大学生スポーツクラブ発展のために大学当局に要望したいこと、表 6 はふだんのスポーツ活動で支障をきたしていること、それぞれについての結果である。表の数値は「要望する」あるいは「支障をきたしている」と答えた者の割合であるが、「遠征で授業を欠席することに対する『公休制』の導入」への要望が最も高く 72.0%であった。次いで、「主要競技会参加選手に対する資金」(68.8%)、「援助対外競技会参加選手に対する資金援助」(62.3%)といった経済的な支援が続いている。経済的な支援については、日ごろの活動で支障をきたしている要因の中でも第 1 位に挙がっており、きわめて要望の強いものであることがわかる。また、スポーツ施設の整備に対する要望も高い。一方、ふだんの活動で支障をきたしているものとして第 2 位であった指導者(39.3%)については、大学への要望では 3 割程度と必ずしも高いものではなく順位も下位である(31.3%, 11 位)。

<資料>

広島大学におけるスポーツクラブに関する実態調査

<お願い>

この調査は、継続的に活動している広島大学の学生の体育会系運動部や体育系サークル・同好会・愛好会等（以下、「クラブ」という）の実態を総合的に把握し、広島大学における学生スポーツクラブの育成等に必要な基礎的資料を得ることを目的とするものです。また、得られた資料はコンピュータで処理されるため、個人、団体、組織等のプライバシーに関係することが公にされることは絶対にありません。

広島大学スポーツ科学センター

記入上の注意

1. 以下の質問に対して「平成 21 年 1 月 1 日現在」の状況を教えてください。
2. 答えは、各ページ右側の口の中に数字などを 1 ずつ記入してください。
3. 2 ケタ以上の数値は、右づめで記入してください。

I. あなたのクラブについてお尋ねします。

Q1. あなたのクラブの名前を下の口内に記入してください。

Q1 クラブ名

Q2. クラブの主な活動志向は何ですか。

Q2

1. 競技力向上を目指すクラブ
2. 日常でのスポーツ活動の楽しみを目指すクラブ
3. その他

Q3. 次のような機関・団体に登録していますか。

次の 1) から 3) について、1. 登録している、2. 登録していない で教えてください。

Q3

- 1) 学連等のスポーツ種目別学生競技組織
- 2) スポーツ種目別競技団体（例えば、日本〇〇連盟、県〇〇連盟など）
- 3) クラブ連合、同好会等のスポーツ種目別競技組織

1)
2)
3)

Q4. 平成 21 年 1 月 1 日現在の会員（部員）数は、男女それぞれ何人でしたか。

- 1) 男子会員数 人 2) 女子会員数 人

Q5. クラブの会員数は、クラブ運営上適切ですか。

1. 多過ぎる 2. ちょうど良い 3. 少な過ぎる

Q5

Q6. 最近の 5 年間で、クラブの会員数は変動しましたか。

1. 増加傾向 2. ほぼ定常 3. 減少傾向

Q6

II. あなたのクラブの指導者（顧問・部長、監督・コーチ等で、クラブが任命している学生以外の指導者）についてお尋ねします。

Q7. あなたのクラブには、指導者がいますか（学生は除く）。

1. いる 2. いない

Q7

[指導者が「1. いる」場合にのみ、答えてください。指導者が「2. いない」と答えた方は、Q8. へ]

SQ7-1. 次の1) から3) の種類の指導者等は、それぞれ何人ずついますか。

- 1) クラブの代表指導者 : 顧問, 部長等
 2) コーチングスタッフ : 監督・コーチ
 3) 医・科学支援スタッフ : ドクター・トレーナー等

1)		人
2)		人
3)		人

SQ7-2. 指導者は合計で何人ですか。

SQ7-1 の1) ~3) の合計

- 1) このうち学内の教職員は何人ですか。
 2) このうちクラブのOB・OGは何人ですか。

		人
1)		人
2)		人

SQ7-3. 指導者に謝金及び旅費を支払っていますか。

1. 支払っている 2. 支払っていない

SQ7-3

[謝金又は旅費を「支払っている」場合にのみ、答えてください。]

SQ7-4. 指導者に対する謝金及び旅費は、クラブで予算化していますか。

1. 予算化している 2. 予算化していない

SQ7-4

Ⅲ. あなたのクラブの活動についてお尋ねします。

Q8. 主な活動目的は何ですか。次の中から主要な順に3つ選んでください。

- | | | |
|---------------------|-------------------|------|
| 01. 競技会での勝利 | 02. 競技力の向上 | 1 番目 |
| 03. 健康・体力づくり | 04. 美容・シェイプアップ | 2 番目 |
| 05. 仲間との親睦を深めること | 06. 気晴らし, ストレスの解消 | 3 番目 |
| 07. スポーツや運動それ自体を楽しむ | 08. 余暇時間の善用 | |
| 09. 学生生活を豊かにする | 10. その他 | |

Q8

Q9. クラブのこの1年間の競技成績についてお尋ねします。クラブとしての最高成績はどの程度でしたか。団体（総合）と個人（最高の成績をあげた人の成績）に分けて答えてください。

- | | | |
|-----------------|-------------------|------------|
| 01. 国際大会出場 | 02. 全国大会入賞 | 03. 全国大会出場 |
| 04. 中国・四国等大会入賞 | 05. 中国・四国等大会出場 | 06. 県大会入賞 |
| 07. 県大会出場 | 08. 地区大会入賞（東広島市等） | 09. 地区大会出場 |
| 10. 大会には出場していない | | |

Q9

	団体
	個人

Q10. 「授業期間中」の1週間における活動は、どのようなものですか。

SQ10-1. 平日にはどの時間帯に活動していますか。

次の1) から4) について、 1. 活動している, 2. 活動していない で答えてください。

- | | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| 1) 早朝 <input type="checkbox"/> | 2) 午前 <input type="checkbox"/> |
| 3) 午後 <input type="checkbox"/> | 4) 夜間（夕方） <input type="checkbox"/> |

SQ10-2. 1回の平均的な活動時間は、何時間何分ですか。 1回 時間 分

SQ10-3. 1週間の活動回数は、何回ですか。 1週間に 回

SQ10-4. 1週間の活動は、何曜日に行っていますか。

各曜日について、1. 活動している, 2. 活動していない で教えてください。

1) 月曜日	<input type="text"/>	2) 火曜日	<input type="text"/>	3) 水曜日	<input type="text"/>
4) 木曜日	<input type="text"/>	5) 金曜日	<input type="text"/>	6) 土曜日	<input type="text"/>
7) 日曜日	<input type="text"/>				

Q11. 「長期休業中」には、クラブとしての活動（全体練習など）を行っていますか。

次の1) から3) の長期休業中について、1. 活動している, 2. 活動していない で教えてください。

1) 春季 2) 夏季 3) 冬季

Q12. クラブとしての合宿は、どのように行っていますか。

SQ12-1. 次の1) ～6) の時期に合宿を行っていますか。

1. 行っている, 2. 行っていない で教えてください。

1) 授業期間中	<input type="text"/>	2) 長期休暇中	<input type="text"/>	3) 鍛錬期	<input type="text"/>
4) 準備期	<input type="text"/>	5) 試合期	<input type="text"/>	6) 競技会・試合前	<input type="text"/>

SQ12-2. 1年間の合宿総日数は、おおむね何日ですか。 SQ12-2 約 日

SQ12-3. 1年間の合宿総回数は、何回ですか。 SQ12-3 回

Q13. 日常のクラブ活動における出席の確認は、どのようにしていますか。 Q13

- | | |
|------------------|--------------|
| 1. 欠席届の提出（口頭を含む） | 2. 出席簿を用いて点呼 |
| 3. 集合時に口頭で欠席者を確認 | 4. 出席確認はしない |

Q14. 年間を通しての平均的なクラブ会員の出席率は、どの程度（％）ですか。 Q14

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 1. 90%以上 | 2. 80%程度 | 3. 70%程度 |
| 4. 60%程度 | 5. 50%程度 | 6. 40%以下 |

Q15. クラブ会員以外の学内の人々へのサービスを行っていますか。 Q15

1. 行っている 2. 行っていない

【「1. 行っている」場合にのみ、教えてください。】

SQ15-1. 主にどのようなサービスを行っていますか。 SQ15-1

- | | |
|---------------------------|-----------------|
| 1. 学内競技会・演技会の開催・協力 | 2. 学園祭への出店・協力 |
| 3. 公開競技会・演技会の実施 | 4. 学内教職員の活動への協力 |
| 5. 大学が開催する公開講座・スポーツ教室への協力 | |
| 6. その他 | |

Q16. 地域社会の人々へのサービスを行っていますか。

Q16

1. 行っている 2. 行っていない

【「1. 行っている」場合にのみ、教えてください。】

SQ16-1. 主にどのようなサービスを行っていますか。多い順に2つまで選んでください。

- | | | |
|-----------------|-------------------------|-------------------------------|
| 1. 指導者・審判員の派遣協力 | 2. エキジビジョン競技会・演技会への派遣協力 | 1 番目 <input type="checkbox"/> |
| 3. スポーツ教室の開設・指導 | 4. 競技会, 運動会の開設 | 2 番目 <input type="checkbox"/> |
| 5. クラブ公開日の設定 | 6. 映画会, 講演会, バザー等 | |
| 7. その他 | | |

Q17. あなたのクラブのスポーツ活動に支障をきたしている要因は、どのようなものですか。

次の1) から11) について, 1. はい, 2. いいえ で教えてください。 Q17

- | | |
|--------------------|-----|
| 1) トレーニング計画が十分ではない | 1) |
| 2) 専門的な指導者がいない | 2) |
| 3) 夜間照明がない | 3) |
| 4) 会員の活動意欲が低調である | 4) |
| 5) 会員の出席率が低い | 5) |
| 6) 活動予算が少ない | 6) |
| 7) 活動時間が少ない | 7) |
| 8) 活動施設・設備が十分ではない | 8) |
| 9) トレーニングが科学的ではない | 9) |
| 10) 活動の評価, 見直しがない | 10) |
| 11) 会員の運動技能, 体力が劣る | 11) |

Q18. クラブのトレーニング計画は、誰が作成していますか。

Q18

- | | |
|----------------|--------------------------|
| 1. 監督・コーチが作成する | 2. 学生が作成し, 監督・コーチの指導を受ける |
| 3. 学生自身が作成する | 4. その他 |

IV. あなたのクラブの活動施設についてお尋ねします。

Q19. クラブの活動で主に使用している施設は、どのようなものですか。

SQ19-1. どのような施設を使用していますか。

SQ19-1

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 大学のキャンパス内の施設 | 2. 大学のキャンパス外の施設 |
| 3. 公共スポーツ施設 | 4. 職場スポーツ施設 |
| 5. 民間営利(商業)スポーツ施設 | 6. 民間非営利スポーツ施設(YMCA等) |
| 7. 小・中学校の施設 | 8. その他 |

SQ19-2. 屋内施設ですか, 屋外施設ですか。

SQ19-2

1. 屋内 2. 屋外

SQ19-3. スポーツ種目専用の施設ですか。

SQ19-3

1. 専用 2. 共用

SQ19-4. 施設使用に優先順位がありますか。

SQ19-4

1. ある 2. ない

SQ19-5. 年間を通してどの程度（％）確保していますか。 SQ19-5

1. 90%以上 2. 80%程度 3. 70%程度 4. 60%程度
5. 50%程度 6. 40%程度 7. 30%程度 8. 20%程度
9. 10%以下

SQ19-6. 施設使用は、有料ですか。 SQ19-6

1. 有料 2. 無料

SQ19-7. 同一時間帯に他のクラブも使用していますか。 SQ19-7

1. 単一のクラブのみで使用 2. 同一種目の複数のクラブで使用
3. 異なる種目の複数のクラブで使用

Q20. 施設使用上で、次のような問題点がありますか。

次の1) から10) について、 1. はい、 2. いいえ で答えてください。

Q20

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1) 年間を通じて定期的に借りにくい | 1) <input type="checkbox"/> |
| 2) 施設使用の既得権があり、希望する曜日及び時間に使用できない | 2) <input type="checkbox"/> |
| 3) 早朝の使用ができない | 3) <input type="checkbox"/> |
| 4) 夜間照明がないため、夜間の使用ができない | 4) <input type="checkbox"/> |
| 5) クラブの事務を処理するクラブ室がない | 5) <input type="checkbox"/> |
| 6) クラブの用具を保管する倉庫がない | 6) <input type="checkbox"/> |
| 7) 使用申込方法が複雑である | 7) <input type="checkbox"/> |
| 8) 使用上の規制条件が多すぎる | 8) <input type="checkbox"/> |
| 9) 施設の整備が不十分である | 9) <input type="checkbox"/> |
| 10) 「管理規制や使用心得」がない | 10) <input type="checkbox"/> |

Q21. ふだんの練習で、西体育館のトレーニング・ルームを1ヶ月平均でどの程度使用していますか。

クラブ全体とあなた自身に分けて答えてください。

Q21 クラブ全体 回くらい あなた自身 くらい

Q22. 西体育館のトレーニング・ルームを使用して、次のような問題点を感じることがありますか。

次の1) から5) について、 1. はい、 2. いいえ で答えてください。 Q22

- | | |
|----------------------|-----------------------------|
| 1) トレーニング・ルームが狭い | 1) <input type="checkbox"/> |
| 2) トレーニング器具が少ない | 2) <input type="checkbox"/> |
| 3) 指導者がいない | 3) <input type="checkbox"/> |
| 4) トレーニング器具に片寄りがある | 4) <input type="checkbox"/> |
| 5) 使用する人のマナーが悪いときがある | 5) <input type="checkbox"/> |

V. あなたのクラブの運営についてお尋ねします。

Q23. クラブ運営や活動計画などの重要事項は、主にどのような方法で決定していますか。 Q23

1. 会員総会、役員会などの正式会議で決める 2. 指導者が決める
3. 学生幹部が決める 4. その他

Q24. クラブの学生役員は、どのような方法で決定していますか。 Q24

1. 規約に基づき正式会議で決める 2. 慣行に基づいて正式会議で決める
 3. 監督・コーチなどの役員が決める 4. 上級生などの一部会員が決める
 5. OB, OG 会で決める 6. その他

Q25. クラブの規約はありますか。 Q25

1. ある 2. ない

Q26. スポーツ活動以外に、次のような活動を行っていますか。
次の 1) ~12) について、1. 行っている, 2. 行っていない で答えてください。

- | | |
|--|---|
| 1) クラブ会員総会 <input type="checkbox"/>
3) 広報活動 <input type="checkbox"/>
5) 新入会員の募集 <input type="checkbox"/>
7) 卒業生の送別会 <input type="checkbox"/>
9) 表彰 <input type="checkbox"/>
11) 役員会 (指導者役員, 学生役員会) <input type="checkbox"/>
12) クラブ会員全員での定例ミーティング <input type="checkbox"/> | 2) コーチ会議 <input type="checkbox"/>
4) 部報, 会報の発行 <input type="checkbox"/>
6) 新入会員の歓迎会 <input type="checkbox"/>
8) 情報利用 <input type="checkbox"/>
10) 懲罰 <input type="checkbox"/> |
|--|---|

Q27. 入会金は、徴収していますか。 Q27

1. 徴収している 2. 徴収していない

[[「1. 徴収している」場合にのみ、答えてください。]]

SQ27-1. 入会金は、いくらですか(円)。 円

Q28. 会費は、徴収していますか。 Q28

1. 徴収している 2. 徴収していない

[[「1. 徴収している」場合にのみ、答えてください。]]

SQ28-1. 会費は、年額でいくらですか (円)。 SQ28-1 円

Q29. クラブの財源を確保するために、次のような事業を行っていますか。
次の 1) から 8) について、1. 行っている, 2. 行っていない で答えてください。 Q29

- | | |
|---|--|
| 1) 競技会の開催
2) アルバイト
3) 地域へのサービス活動
4) 競技会, 演技会, 試合等での審判
5) 他団体等への指導者派遣
6) エキジビション競技会, 招待競技会, 演技会等の開催
7) エキジビション競技会, 招待競技会, 演技会等への選手派遣
8) その他 | 1) <input type="checkbox"/>
2) <input type="checkbox"/>
3) <input type="checkbox"/>
4) <input type="checkbox"/>
5) <input type="checkbox"/>
6) <input type="checkbox"/>
7) <input type="checkbox"/>
8) <input type="checkbox"/> |
|---|--|

Q30. これまでスポーツクラブを運営してきて、大学生スポーツクラブの発展のために、大学当局に

要望したいことは何ですか。

次の 1) から 11) について、1. 要望する、 2. 要望しない で答えてください。

		Q30
1) クラブ運営の仕方に関する指導, 援助	1)	<input type="checkbox"/>
2) クラブ指導者の確保	2)	<input type="checkbox"/>
3) スポーツ施設の確保, 整備の促進	3)	<input type="checkbox"/>
4) クラブ室, クラブ用倉庫の設置促進	4)	<input type="checkbox"/>
5) スポーツに関する各種情報サービスの充実	5)	<input type="checkbox"/>
6) 対外競技会参加選手に対する資金援助	6)	<input type="checkbox"/>
7) 主要競技会参加選手に対する資金援助	7)	<input type="checkbox"/>
8) 表彰制度 (学長表彰など) の充実	8)	<input type="checkbox"/>
9) 遠征で授業を欠席することに対する「公休制」の導入	9)	<input type="checkbox"/>
10) 大学の支援体制 (学生支援センターなど) の充実	10)	<input type="checkbox"/>
11) 幹部・チーフの研修に対する指導, 援助	11)	<input type="checkbox"/>
12) 活躍したクラブや個人に対する広報の充実	12)	<input type="checkbox"/>

VI. あなた自身について

Q31. あなたの性別は,

1. 男 2. 女 Q31

Q32. あなたの学年は,

1. 1年生 2. 2年生 3. 3年生 4. 4年生 5. 大学院生 Q32

Q33. あなたの今のクラブ内での役職は,

1. 現在幹部 2. 次期幹部 3. 一般部員 Q33

**ご協力ありがとうございました。
あなたのクラブの活躍を楽しみにしています。**

17. スポーツ科学センター「運営委員会」

スポーツ科学センター規則第 9 条に基づいて、「運営委員会」が以下のように開催された。

第 1 回委員会

- ・ 日 時：平成 20 年 6 月 24 日（火曜日）15：30～16：20
- ・ 議 題：
 1. センターの活動について
 2. 平成 19 年度決算報告及び平成 20 年度予算配分（案）について
- ・ 報告事項
 1. 研究員の発令及び部門の所属について
 2. 規則改正検討WGについて
 3. 平成 19 年度計画実施状況について
 4. 平成 20 年度年度計画について

第 2 回委員会

- ・ 日 時：平成 20 年 11 月 17 日（月曜日）16：30～17：00
- ・ 議 題：
 1. スポーツ科学センター規則の改正について

第 3 回委員会

- ・ 日 時：平成 21 年 2 月 20 日（金曜日）9：00～9：20
- ・ 議 題：
 1. スポーツ科学センター副センター長人事，部門長人事について
- ・ 報告事項：
 1. スポーツ科学センター「年度計画」について

18. スポーツ科学センター「教員会」

スポーツ科学センター規則には規定されていないが、センター長の意向により設置されたセンター研究員の参加する「教員会」が、以下のように開催された。

第1回教員会

- ・ 日 時：平成20年4月25日（金曜日）16:30～17:50
- ・ 議 題：
 1. 研究員の部門所属について
 2. センター規則の改正について
 3. 平成20年度の活動及び予算について
- ・ 報告事項：
 1. 平成20年度「広島大学スポーツ科学センター運営委員会委員」について
 2. 平成19年度予算執行状況について
 3. 平成20年度予算について
 4. スポーツ科学センター中期計画及び平成20年度計画について

第2回教員会

- ・ 日 時：平成20年6月16日（月曜日）16:30～17:15
- ・ 議 題：
 1. 平成20年度センター活動計画について
 2. 平成19年度決算及び平成20年度予算について
 3. センター規則の改正について
- ・ 報告事項：
 1. スポーツ科学センターの研究員部門所属について
 2. 出前講座「高齢者の健康ウォーキングと転倒予防教室」について
 3. 「呉地区オープンカレッジ」について

第3回教員会

- ・ 日 時：平成20年9月29日（月曜日）11:00～12:25
- ・ 議 題：
 1. センター規則の改正について
 2. その他
 - (1)「履修証明プログラム」について
- ・ 報告事項：
 1. 各部門の活動状況

第4回教員会

- ・ 日 時：平成21年1月30日（金曜日）16:30～17:30
- ・ 議 題：

1. 副センター長候補者の選出について
 2. 部門長候補者の選出について
 3. 平成 21 年度「教養教育委員会」委員の選出について
 4. 研究員の部門所属について
 5. 平成 21 年度スポーツ科学センター年度計画について
 6. 平成 21 年度スポーツ科学センター事業計画について
 7. 平成 21 年度スポーツ科学センター予算について
 8. 平成 20 年度予算の執行について
 9. その他
 - 1) ホームページの充実について
 - 2) 会議について
- ・ 報告事項：
1. エクステンションセンター公開講座への申請について

19. スポーツ科学センター「規則改正検討ワーキング」

平成20年4月25日に開催された第1回スポーツ科学センター教員会において設置が承認された「規則改正検討ワーキング」が、以下のように開催された。

第1回ワーキング

- ・ 日 時：平成20年6月9日（月曜日）16:30～18:00
- ・ 議 題：
 1. 平成20年度センター活動計画について
 2. センター規則の改正について

第2回ワーキング

- ： 日 時：平成20年6月23日（月曜日）16:30～18:15
- ・ 議 題：
 1. センター規則の改正について

第3回ワーキング

- ： 日 時：平成20年7月14日（水曜日）16:30～18:00
- ・ 議 題：
 1. センター規則の改正について

第4回ワーキング

- ： 日 時：平成20年8月1日（金曜日）10:30～12:00
- ・ 議 題：
 1. センター規則の改正について

第5回ワーキング

- ： 日 時：平成20年12月24日（金曜日）10:00～11:30
- ・ 議 題：
 1. 平成21年度版「スポーツ科学センター」年度計画について
 2. 平成21年度「スポーツ科学センター」事業計画について
 3. 平成21年度「スポーツ科学センター」予算について
 4. センター規則改正に伴う組織の再編について

20. 広島大学スポーツ科学センター規則

平成 17 年 2 月 15 日
規則第 10 号

(趣旨)

第 1 条 この規則は、広島大学学則(平成 16 年 4 月 1 日規則第 1 号)第 18 条の規定に基づき、広島大学スポーツ科学センター(以下「センター」という。)の管理運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(目的)

第 2 条 センターは、広島大学(以下「本学」という。)の学内共同教育研究施設として、本学におけるスポーツに関する学士課程教育を企画立案・実施し、スポーツに関する研究及び地域社会との連携を推進するとともに、スポーツ科学に関する大学院の設置構想等の策定を行うことを目的とする。

(組織)

第 3 条 センターに、次の職員を置く。

- (1) センター長
- (2) その他必要な職員

2 センターに、前項に掲げるもののほか、研究員又は客員研究員を置くことができる。

第 4 条 センター長は、本学専任の教授をもって充てる。

2 センター長は、教育室センター等推進部門(以下「推進部門」という。)の意見を聴いて、学長が任命する。

3 センター長は、推進部門の助言により、センターの業務を掌理する。

4 センター長の任期は、2 年とし、再任を妨げない。

5 センター長が辞任を申し出たとき、又は欠員となったときの後任者の任期は、その任命の日から起算して 1 年を経過した日の属する年度の末日までとする。

第 5 条 研究員は、本学専任の教員をもって充てる。

2 研究員は、推進部門の意見を聴いて、学長が任命する。

3 客員研究員は、学外の研究者をもって充てる。

4 客員研究員は、推進部門の意見を聴いて、学長が委嘱する。

5 研究員及び客員研究員の任期は、2 年とする。ただし、4 月 2 日以降に任命又は委嘱された場合の任期は、その任命又は委嘱の日から起算して 1 年を経過した日の属する年度の末日までとする。

6 研究員及び客員研究員の再任は、妨げない。

(部門)

第 6 条 センターに、第 2 条の目的を達成するため、次の部門を置く。

- (1) 教育部門

(2) 研究部門

(3) 社会連携部門

2 部門に主任を置くことができる。

3 主任は、本学専任の教員をもって充てる。

4 主任は、推進部門の意見を聴いて、学長が任命する。

5 主任の任期は、2年とする。ただし、4月2日以降に任命された場合の任期は、その任命の日から起算して1年を経過した日の属する年度の末日までとする。

6 主任の再任は、妨げない。

(運営委員会)

第7条 センターに、広島大学スポーツ科学センター運営委員会(以下「運営委員会」という。)を置く。

第8条 運営委員会は、次に掲げる委員で組織する。

(1) センター長

(2) 大学院総合科学研究科長及び大学院教育学研究科長

(3) 大学院総合科学研究科、大学院教育学研究科及び大学院保健学研究科が、それぞれその教授のうちから推薦する者1人

(4) 各部門の主任

(5) 学長が必要と認めた者若干人

2 委員は、学長が任命する。

3 第1項第3号及び第5号の委員の任期は、2年とし、4月1日に任命することを常例とする。ただし、4月2日以降に任命された場合の任期は、その任命の日から起算して1年を経過した日の属する年度の末日までとする。

4 第1項第3号及び第5号の委員の再任は、妨げない。

第9条 運営委員会は、センターに関し次に掲げる事項を審議する。

(1) 管理運営の基本方針(教員人事・予算の原案作成等を含む。)に関すること。

(2) 事業計画に関すること。

(3) その他センターの運営に関すること。

第10条 運営委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長は、センター長をもって充て、副委員長は、部門の主任のうちからセンター長が指名する者をもって充てる。

3 委員長は、運営委員会を招集し、その議長となる。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代行する。

第11条 運営委員会は、必要と認めたときは、委員以外の者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(専門委員会)

第12条 運営委員会は、専門の事項を調査検討するため、専門委員会を置

くことができる。

2 専門委員会に関し必要な事項は、運営委員会が定める。

(スポーツ科学研究科設置準備室)

第13条 センターに、スポーツ科学研究科設置準備室(以下「設置準備室」という。)を置く。

2 設置準備室に関し必要な事項は、センターが定める。

(運営支援)

第14条 センターの運営支援は、関係部局の協力を得て、教育室において行う。

(雑則)

第15条 この規則に定めるもののほか、この規則の実施に関し必要な事項は、センターが定める。

附 則

1 この規則は、平成17年4月1日から施行する。

2 センター設置後最初に任命されるセンター長については、第4条第2項の規定にかかわらず、旧広島大学学術室スポーツ科学センター設立準備会議の推薦により、学長が任命する。

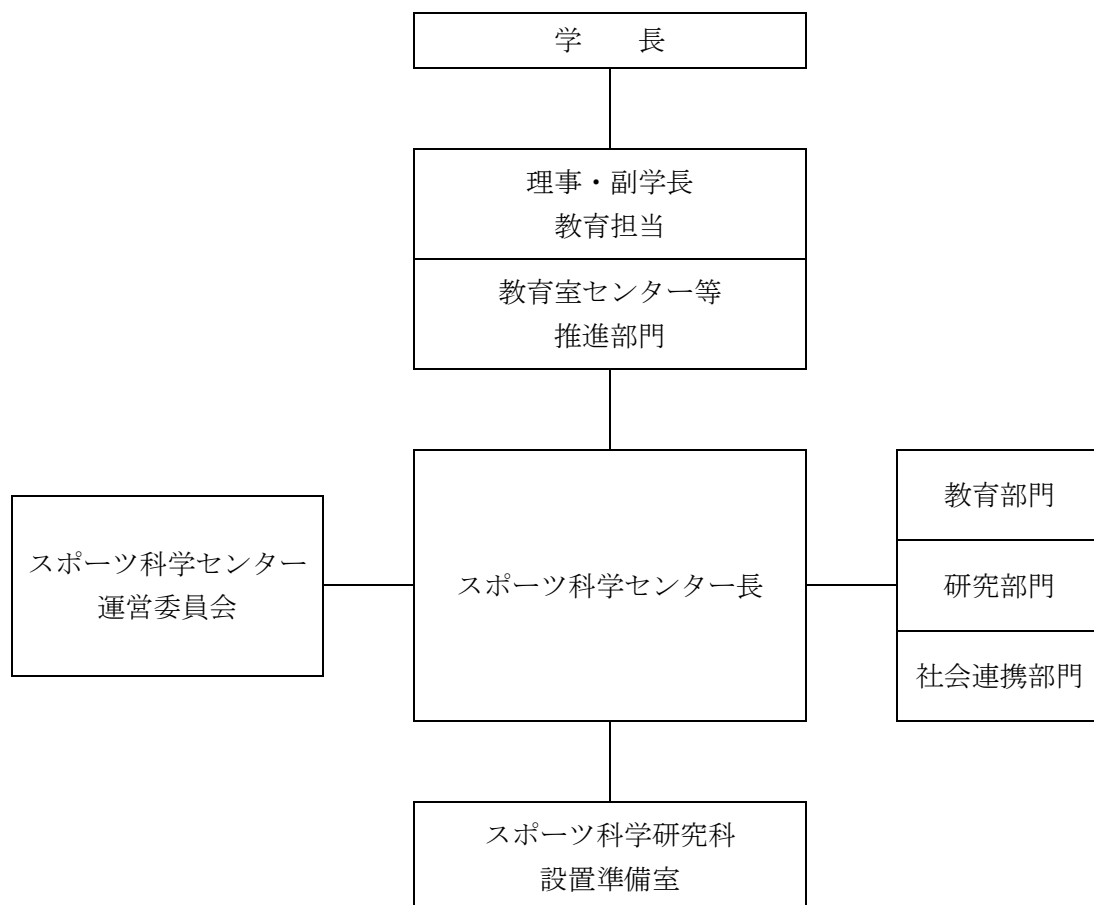
附 則(平成18年3月31日規則第83号)

この規則は、平成18年4月1日から施行する。

21. スポーツ科学センター運営委員会委員

職 指 定	氏 名	職 名	任 期	規 則
委員長 (スポーツ科学センター長)	楠 戸 一 彦	教 授	自 平成 20 年 4 月 1 日 至 平成 22 年 3 月 31 日	第 8 条 第 1 項 第 1 号
委 員 (大学院総合科学研究科長)	檜 原 修	教 授	自 平成 20 年 4 月 1 日 至 平成 22 年 3 月 31 日	第 8 条 第 1 項 第 2 号
委 員 (大学院教育学研究科長)	坂 越 正 樹	教 授	自 平成 20 年 4 月 1 日 至 平成 22 年 3 月 31 日	
委 員 (大学院総合科学研究科教授)	和 田 正 信	教 授	自 平成 19 年 4 月 1 日 至 平成 21 年 3 月 31 日	第 8 条 第 1 項 第 3 号
委 員 (大学院教育学研究科教授)	深 田 博 己	教 授	自 平成 19 年 4 月 1 日 至 平成 21 年 3 月 31 日	
委 員 (大学院保健学研究科教授)	稲 水 惇	教 授	自 平成 19 年 4 月 1 日 至 平成 21 年 3 月 31 日	
委 員 (教育部門主任)	磨 井 祥 夫	准教授	自 平成 19 年 4 月 1 日 至 平成 21 年 3 月 31 日	第 8 条 第 1 項 第 4 号
副委員長 (研究部門主任)	黒 川 隆 志	教 授	自 平成 19 年 4 月 1 日 至 平成 21 年 3 月 31 日	
委 員 (社会連携部門主任)	東 川 安 雄	教 授	自 平成 20 年 5 月 2 日 至 平成 22 年 3 月 31 日	

22. スポーツ科学センターの組織



23. スポーツ科学センターの研究者

氏名	部局名	教育部門	研究部門	社会連携部門
楠戸 一彦	総合科学研究科	センター長		
船瀬 広三	〃		○	
山崎 昌廣	〃	○		
和田 正信	〃			○
磨井 祥夫	〃	部門主任		
関矢 寛史	〃		○	
橋原 孝博	〃	○		
長谷川 博	〃			○
木庭 康樹	〃	○		
黒川 隆志	教育学研究科		部門主任	
東川 安雄	〃			部門主任
松尾 千秋	〃	○		
石井 良昌	〃			○
沖原 謙	〃			○
出口 達也	〃	○		
岩田 昌太郎	〃	○		
王 芸	〃			○
大江 淳悟	〃		○	
稲水 惇	保健学研究科		○	
笠井 達哉	国際協力研究科		○	
加藤 荘志	〃		○	

平成 20 年度

広島大学スポーツ科学センター年報

平成 21 年 3 月発行

編集代表者：広島大学スポーツ科学センター
センター長 楠 戸 一 彦

発行者：広島大学スポーツ科学センター

住 所：東広島市鏡山 1 丁目 3 番 2 号

電 話：(082)424-6154

印刷所：(株) ニシキプリント

住 所：広島市西区商工センター7 丁目 5 番 33 号

電 話：(082)277-6954