

体育学分野

第1節 体育学教育における学士力の考察

科学技術の発達は日常生活の利便性を向上させたが、その影響として、身体的には生活習慣病疾患者の増加とその低年齢化がおり、精神的にはストレスのセルフマネジメントの困難が生じ、さらに他者とのコミュニケーションに問題を抱える人が増加している。また、国際社会においてはスポーツを通じて様々な問題解決に取り組む社会的機能への期待が高まっている。

体育学教育は、これらの課題を認識し、その改善の方策を考え、何よりもそれらを実践するための能力の修得を目指している。すなわち、体育学教育の課題は、身体運動を介して健康で豊かな生活に寄与し、文化としてのスポーツを形成して伝承することによって社会の発展に役立つようにすることである。

このような背景から、身体運動と健康の関係性及びスポーツの振興と普及、スポーツを通じた社会の発展に関する専門教育に焦点をあてた。

そこで、体育学教育における学士力の到達目標として、以下の四点を考察した。

第一に身体運動による健康の維持増進の重要性を学術的に理解できること、第二に身体運動の効果を体感することにより、心身ともに充実したライフスタイルを送ることができること、第三にスポーツの競技に関する知識・技能を修得し、スポーツの振興・普及に活用できること、第四に身体文化としてのスポーツが持つ社会的機能について理解し、多文化・多様性を尊重する社会の発展に貢献できることとした。

【到達目標】

1 身体運動による健康の維持増進の重要性を学術的に理解できる。

ここでは、身体運動による、身体と心への影響を理解し、それによる健康への維持増進について科学的に考えることができる能力を修得させねばならない。その上で、自身の身体運動の達成度評価と継続を繰り返す能力、さらに他者の身体運動にも積極的に関与し、その効果を評価する能力を養うことを目指す。

【コア・カリキュラムのイメージ】

スポーツ科学概論、健康科学概論、運動生理学など

【到達度】

- ① 身体運動による効果の重要性を理解できる。
- ② 筋力、心肺機能、平衡性、体脂肪率、骨密度などのデータを数値的に把握し、それらの関係から身体運動の効果を多様な観点から評価できる。

【測定方法】

- ①～③は、主に知識の理解と活用方法について、筆記試験、実技試験、実習・実験、レポートなどにより確認する。

【到達目標】

2 身体運動の効果を体感することにより、心身ともに充実したライフスタイルを送ることができる。

ここでは、身体運動を通して体感される効果としての集中力・決断力・ストレスのセルフマネジメント力などを向上させる能力を修得させねばならない。その上で、心身ともに充実したライフスタイルが形成できることを目指す。

【コア・カリキュラムのイメージ】

体育実技、スポーツ心理学、運動と健康、生涯スポーツなど

【到達度】

- ① 生活の中に身体運動を積極的に取り入れることができる。
- ② 身体運動により集中力を高め、それを持続できる。
- ③ 身体運動を取り入れることにより、ストレスをコントロールすることができる。
- ④ 身体運動を取り入れることにより、健康な体づくりに取り組むことができる。

【測定方法】

- ①～④は、筆記試験、実技試験、実習・実験、レポート、グループディスカッション、卒業研究などにより知識の理解度、活用力を確認する。

【到達目標】**3 スポーツの競技に関する知識・技能を修得し、スポーツの振興・普及に活用できる。**

ここでは、スポーツ科学の専門的な知識を修得し、自己の持つ運動技能を計画的に高められるようにしなければならない。その上で、地域社会や学校において展開されるスポーツ活動に対し、スポーツの持つ価値や意義が広く浸透するような指導力を発揮するとともに、国際的な競技力の向上に貢献できることを目指す。

【コア・カリキュラムのイメージ】

コーチング論、スポーツ政策、スポーツ社会学、スポーツ史、スポーツバイオメカニクスなど

【到達度】

- ① スポーツ科学の専門知識を身につけ、競技力向上に取り組むことができる。
- ② 競技スポーツを社会の活性化との関わりで考えることができる。

【測定方法】

- ①と②は、筆記試験、実技試験、レポート、グループディスカッション、卒業研究などにより知識、技能、態度の修得を確認する。

【到達目標】**4 身体文化としてのスポーツが持つ社会的機能について理解し、多文化・多様性を尊重する社会の発展に貢献できる。**

ここでは、スポーツには自己実現、自己と他者の尊重に基づく社会参画や相互理解を促進する社会的機能があることを理解させねばならない。その上で、スポーツを通じて国際化、多様化する社会の発展に様々な面で貢献できることを目指す。

【コア・カリキュラムのイメージ】

スポーツ原理、スポーツ倫理、スポーツ法、国際関係論、アダプテッド・スポーツ、スポーツマネジメント、スポーツ人類学など

【到達度】

- ① 自己実現、自己と他者の尊重、社会参画、相互理解と共生などのスポーツの社会的機能を理解できる。
- ② ①の理解に基づき、スポーツプログラムやスポーツ振興・普及人材の育成、組織マネジメント、非スポーツ関連組織との連携のなどについて立案や実践ができる。
- ③ さらに①と②を国際的な視野から考えることができる。

【測定方法】

- ①と③は、筆記試験、フィールドワーク、実習、レポート、グループディスカッションなどにより、知識の理解度を確認する。

②は、実習、卒業研究などにより確認する。

第2節 到達目標の一部を実現するための教育改善モデル

体育学教育における教育改善モデル【1】

上記到達目標の内、「身体運動の効果を体感することにより、心身ともに充実したライフスタイルを送ることができる」を実現するための教育改善モデルを提案する。

1. 到達度として学生が身につける能力

- ① 生活の中に身体運動を積極的に取り入れることができる。
- ② 身体運動により集中力を高め、それを持続できる。
- ③ 身体運動を取り入れることにより、ストレスをコントロールすることができる。
- ④ 身体運動を取り入れることにより、健康な体づくりに取り組むことができる。

2. 改善モデルの授業デザイン

2.1 授業のねらい

これまでの体育の授業では、体力の向上が主なテーマであり、様々なストレスへの対処や対人関係などのコミュニケーション能力向上の取り組みが弱かった。

ここで提案する授業は、他者との関わりの中で、スポーツや身体運動による効果とストレス解消効果を実感し、その経験を取り入れることによって心身共に健康なライフスタイルを実現し、社会にその方法を発信できる能力を身につけることを目指す。

2.2 授業の仕組み

ここでは、卒業までの学修期間を想定しており、ある特定年次を想定したものではない。社会人基礎力の一環として身体運動を通した心身のセルフマネジメント能力を身につけるためには、学修ポートフォリオ*の結果を踏まえて卒業までに複数回にわたり、発展的に履修ができるようなカリキュラムと学修支援体制が必要である。

2.3 授業にICT*を活用したシナリオ

以下に授業シナリオの一例を紹介する。

- ① 現場で携帯情報端末を用いて、実施する授業の学修内容や動きのモデルを示し、適切な方法や授業のねらいに気付かせる。
- ② 実施したスポーツや身体運動の心身への影響、他者との関わりについて学修ポートフォリオに記録させる。
- ③ 学修支援システム*などを通して心身への影響と他者との関わりについてグループ討論を行い、スポーツや身体運動が及ぼした影響とその仕組みを理解させる。
- ④ スポーツや身体運動が及ぼした影響の考察をグループで発表し、相互評価を通じて振り返りさせる。

2.4 授業にICTを活用した学修内容・方法

以下に学修内容・方法の一例を紹介する（図）。

- ① 身体運動の得手不得手に関わらない学生のグループ分けを行い、チームスポーツを用いてチーム共通の達成目標及びそれを達成するための方法をディスカッションし、それを試行させる。
- ② チームスポーツでの心身に対する効果やスポーツコミュニケーションの体験を学修支援システ

ムに書き込ませて、多様な視点から効果的な方法を考察させる。考察に際しては、上級学年生のファシリテーター※が授業時間外にネット上で学びを支援する。

- ③ 各種イベントや活動に積極的に参加し、学びの定着を図るために組織的な支援に関わらせる。
- ④ 体験したスポーツや身体運動の心身への影響、他者との関わりについて学修ポートフォリオを踏まえてその仕組みを確認させる。

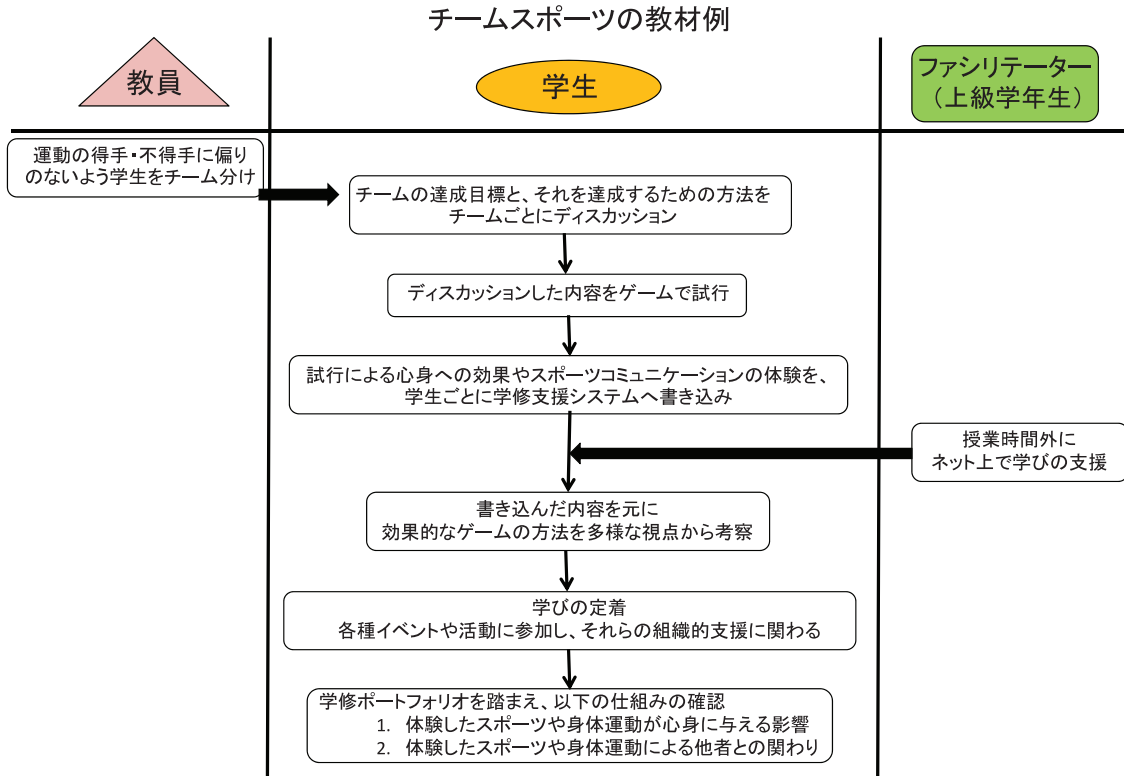


図 ICTを活用した学修内容・方法

2.5 授業にICTを活用して期待される効果

- ① グループや協働での学修や学修支援システム、掲示板などにより、協働して自ら学ぶ姿勢を身につけ、多くの意見や価値観と接することができる。
- ② 学修ポートフォリオにより学びの体験履歴を可視化し、不足している能力を自己点検・評価させることで組織的な学修支援が可能になる。

2.6 授業にICTを活用した学修環境

- ① 学修ポートフォリオ、学修支援システムなどが機能するクラウドシステムの構築が必要である。
- ② 様々な情報端末を学内で利用できるよう学内の無線LAN化が必要である。

3. 改善モデルの授業の点検・評価・改善

授業の点検・評価は、学修ポートフォリオ及びティーチングポートフォリオ※をもとに行う。担当教員はそれぞれの授業について振り返りを行い、教員相互に意見交換することで授業改善を図る。

4. 改善モデルの授業運営上の問題及び課題

- ① 学修ポートフォリオ、学修支援システム、ネットやブログでの情報発信などのICTによる学修支援を図るためのファシリテーターを大学として整備する必要がある。
- ② 各種イベントや活動に積極的に参加し、学びの定着を図るために大学としての組織的な支援が必要になる。

体育学教育における教育改善モデル【2】

上記到達目標の内、「スポーツの競技に関する知識・技能を修得し、スポーツの振興・普及に活用できる」を実現するための教育改善モデルを提案する。

1. 到達度として学生が身につける能力

- ① スポーツ科学の専門知識を身につけ、競技力向上に取り組むことができる。
 - ・将来的な目標像を形成し、多年にわたる戦略的なトレーニング計画を作成することができる。
 - ・実施したトレーニング計画について、多角的に分析できる。
 - ・最終的な目標像との摺り合わせから、新たなトレーニング計画を策定する戦略的思考ができる。
 - ・様々なスポーツの運動技能を身につけ、デモンストレーションが行える。
 - ・トレーニングに際し、怪我や故障の予防やリハビリテーション、さらに心理的なサポートに取り組むことができる。
- ② 競技スポーツを社会の活性化との関わりで考えることができる。
 - ・地域社会や学校などで、その振興や普及を担うことができる。

2. 改善モデルの授業デザイン

2.1 授業のねらい

競技スポーツの裾野を広げ、国際的な競技力の向上を図るためには、高度なスポーツ指導者と市民レベルでのスポーツ指導者の存在は不可欠なものであるが、科学的で社会的な役割を果たす専門的な指導者の育成は十分でなかった。

ここで提案する授業では、適切なトレーニング計画を策定することやその実施に対して俯瞰的な評価を行いながら戦略的な思考を身につけ、広く社会に関与できることを目指す。

2.2 授業の仕組み

ここでは、卒業までの学修期間を想定しており、ある特定年次を想定したモデルではない。スポーツ科学の知識を総合的に活用して、トレーニングの計画や評価を行うために、スポーツ医学、スポーツ心理学、スポーツ栄養学、スポーツ社会学などの関連分野との連携が前提となる。

日々のトレーニング内容を学修ポートフォリオなどで記録し、グループディスカッション、専門知識を有したコーチからの提言、教員及びトレーニングを継続的にを行っている一般人との意見交換などを織り交ぜながら教員が達成度を評価する。

2.3 授業にICTを活用したシナリオ

以下に授業シナリオの一例を紹介する(図1、表1)。

- ① 様々なスポーツ種目に関わるトレーニングやその計画をネット上で収集させ、トレーニング計画の概要を作成させる。
- ② 作成したトレーニング計画をスポーツ医学、スポーツ心理学、スポーツ栄養学、スポーツ社会学などの視点から検討させ、ネット上で関連分野の教員からのアドバイスを受ける。
- ③ 作成した計画についてグループで議論し、議論の経過を学修支援システムに掲載し、怪我や故障の防止策も含め他のグループの意見も踏まえて詳細なトレーニング計画を作成させる。
- ④ 計画に基づいてトレーニングを実施させ、その結果を学修ポートフォリオに掲載し、到達度評価を行う。
- ⑤ 実施している内容をネット上で随時公開し、市民社会に情報提供を行い、意見を求めることでスポーツの重要性を理解させ、さらにスポーツ基本法の趣旨に則り、振興・普及に可能な範囲で関与させる。

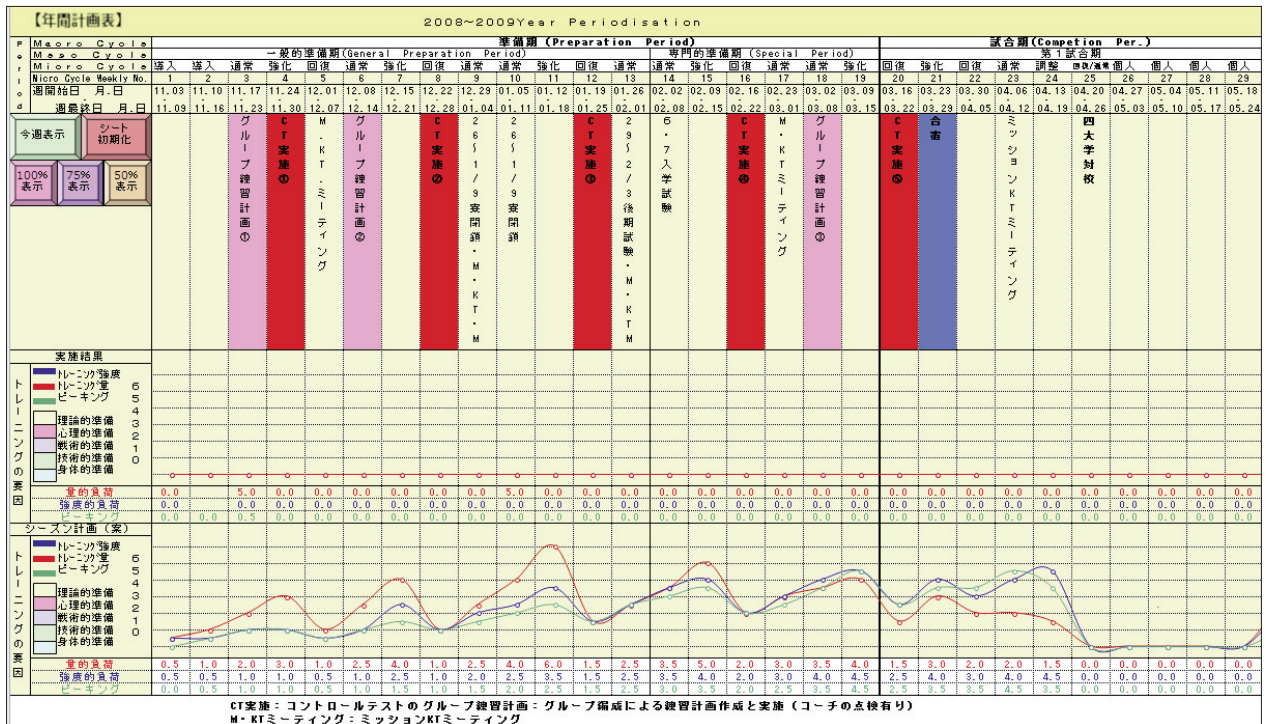


図1 トレーニング計画の作成例

年間のトレーニングをマクロ、メゾ、ミクロといった各々のサイクルについて検討し、そこでのトレーニング強度（青線）、トレーニング量（赤線）、ピーキング（緑線）から可視化し、トレーニングの実施で予測される波状効果について理解を深める。

表1 定期的な評価を行うテストの実施例

策定したトレーニング計画をもとに、行っているスポーツ種目に見合ったテスト項目を検討し、定量的な評価を行う。

氏名	HC	WT（最大筋力系）							MDボール投げ（3kg）							助走付100mBounding歩数	
		DL	FSQ	BP	合計	体重	指数	SLJ+WTの評価	順位	前①	前②	BEST	後①	後②	BEST	①	②
1 A選手	50.00			35.00	85.00	60.9	1.40	480.07		1115	1060	1115	1192	1140	1192	40.0	40.0
2 B選手	****	****	****	****	****	***	****	****	****	****	****	****	****	****	****	****	****
3 C選手			130.00		130.00	62.1	2.09	528.84		1175	1171	1175	1243	1024	1243	****	****
4 D選手	52.50		110.00	47.50	210.00	49.8	4.22	741.19	③	1026	1043	1043	1092	1020	1092	41.0	41.0
5 E選手	67.50		130.00	45.00	242.50	***	****	****		1184	1227	1227	1254	1326	1326	39.0	38.0
6 F選手	50.00		100.00	40.00	190.00	50.5	3.76	661.24		1057	950	1057	1009	1048	1048	43.0	43.0
7 G選手			140.00		140.00	59.6	2.35	587.40		1255	1211	1255	1282	1199	1282	40.0	40.0
8 H選手	50.00		115.00	37.50	202.50	51.5	3.93	715.70	⑤	1044	1052	1052	1108	1081	1108	43.0	43.0
9 I選手	52.50		110.00	45.00	97.50	60.6	1.61	480.39		1164	1153	1164	1201	1253	1253	42.0	41.0
10 J選手	50.00		95.00		145.00	51.1	2.84	627.26		936	948	948	962	1079	1079	43.0	43.0
11 K選手	45.00		130.00	37.50	212.50	54.2	3.92	725.07	④	1033	1033	1033	1026	975	1026	42.0	42.0
12 L選手	62.50		125.00	45.00	232.50	59.7	3.89	764.45	②	1316	1341	1341	1304	1246	1304	38.0	37.0
13 M選手	50.00			40.00	90.00	56.3	1.60	504.86		****	****	0	****	****	0	42.0	40.0
14 N選手	65.00		160.00	47.50	272.50	54.8	4.97	827.26	①	1236	1166	1236	1260	1184	1260	41.0	40.0
15 O選手	55.00		105.00	37.50	197.50	52.5	3.76	691.19	⑥	963	950	963	1001	921	1001	45.0	45.0
16 Q選手	55.00		130.00	45.00	230.00	60.3	3.81	688.93	⑦	996	933	996	1070	1015	1070	49.0	49.0

2.4 授業にICTを活用した学修内容・方法

以下に映像を利用し、それぞれの選手の動きの違いを明らかにするとともに、今後のトレーニングの方向性をディスカッションするための比較検討の学修内容・方法の一例を紹介する（図2）。

- ① ジュニア期からシニア期にわたる各年代別のトレーニング計画の例をICTを用いて提示し、年代別の目的の違いや実際のトレーニング内容の変化について気付かせる。
- ② トレーニング計画の作成から実施、評価の過程でグループディスカッションや専門知識を有したコーチとの意見交換などを対面やネット上で行い、授業時間外も含めた議論の場を設ける。
- ③ トレーニングの計画と実施内容及び評価、関連したテストの結果などを学修ポートフォリオに記録する。

- ④ 他のトレーニング計画と実践を可視化することで情報の共有化や相互評価が可能となるようにする。
- ⑤ 掲示板やブログ、SNSなどのソーシャルネットワーキングシステムからも、新たなトレーニング計画策定にあたっての意見収集を行う。
- ⑥ 市民が競技スポーツに参加する契機となるよう、作成したトレーニング計画の実施状況を随時公開し、意見交換を通じてスポーツの振興・普及に体験的に関わらせる。

＜指導対象者の動き＞



＜トップ選手の動き＞



図2 トップ選手と指導対象者の動きの比較

映像を利用し、それぞれの選手の動きの違いを明らかにするとともに、今後のトレーニングの方向性をディスカッションするための比較検討資料。

2.5 授業にICTを活用して期待される効果

- ① 教員と学生という関係だけでなく、学生同士、社会で活躍するコーチとの連携が可能になり、意見交流の拡大と活発化が図れる。
- ② コーチングの実践的な内容を学修ポートフォリオで振り返りさせ、新たな発想へ展開させることができる。
- ③ 学修支援システム上でトレーニング計画の立案、実施、分析を繰り返すことを通じて学修知と身体知の融合を図り、科学的・社会的な思考を身につけることができる。

2.6 授業にICTを活用した学修環境

- ① 医学や栄養学など他分野の教員及び社会人と意見交流が可能なクラウドシステムを構築する必要がある。
- ② 国立スポーツ科学センターとの連携など、高度な競技スポーツに関わる種々の情報を持つデータベースの整備が必要となる。

3. 改善モデルの授業の点検・評価・改善

授業の点検・評価は、戦略的思考の達成度を学修ポートフォリオにより確認する。そのデータを限定されたネット上に掲載・共有し、実践現場の担当教員と関連分野の教員及び社会における専門家との間で意見交流を行い、授業の改善策を検討する。

4. 改善モデルの授業運営上の問題及び課題

- ① 大学のガバナンスとして、医学や栄養学など他分野の教員及び社会人と意見交流が可能なプラットフォーム*が必要になる。
- ② 地域社会と大学とが連携するコンソーシアムの形成が必要である。

体育学教育における教育改善モデル【3】

上記の到達目標の内、「身体文化としてのスポーツが持つ社会的機能について理解し、多文化・多様性を尊重する社会の発展に貢献できる」を実現するための教育改善モデルを提案する。

1. 到達度として学生が身につける能力

- ① 自己実現、自己と他者の尊重、社会参画、相互理解と共生などのスポーツの社会的機能を理解できる。
- ② 国際的な視野に立ち、スポーツプログラムの提供やスポーツ振興・普及人材の育成、組織マネジメント、非スポーツ関連組織との連携などについて立案や実践ができる。

2. 改善モデルの授業デザイン

2.1 授業のねらい

これまでの体育学分野の授業では、人種・言語・宗教・文化などが異なる国内外の多様な人々との相互理解に結びつくスポーツの社会的価値について理解し、社会の課題解決に結びつけて学修することが十分ではなかった。ここでは、国際社会の中で思想・歴史・文化など幅広い教養と豊かな見識を持ち、計画的・戦略的なスポーツプログラムの企画・立案や実践を通じて、さまざまな社会の課題に取り組む能力を身につけることを目指す。

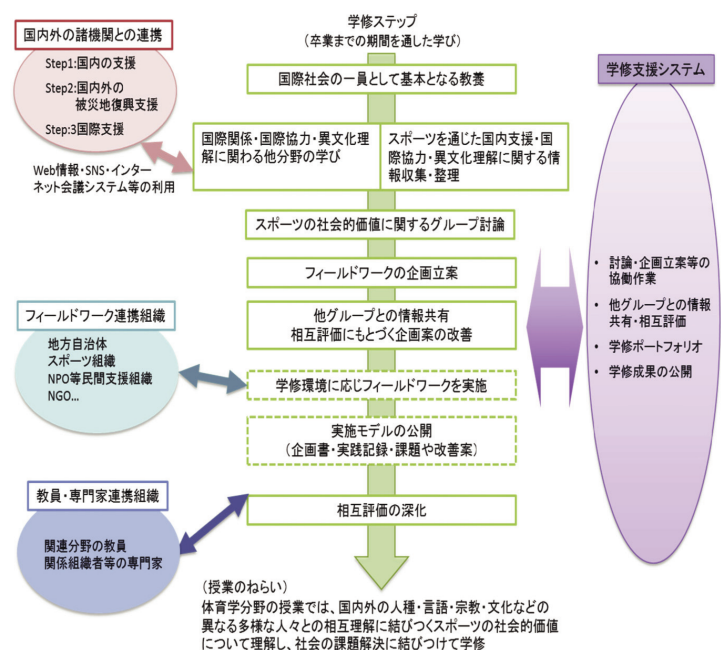
2.2 授業の仕組み

ここでは、卒業までの学修期間を想定しており、ある特定年次を想定したものではない。国際社会の一員として基本となる教養はもとより、国際関係や国際協力、異文化理解に関わる分野の学修が前提となる。そのため、社会や他大学との連携によるカリキュラムと支援体制が必要である。

2.3 授業にICTを活用したシナリオ

以下に授業シナリオの一例を紹介する。

- ① スポーツを通じた国内支援、国際協力の現状、あるいは異文化におけるスポーツの意義について情報収集・整理させる。
- ② スポーツの社会的価値について学修支援システムを通じてグループ討論させ、フィールドワークの企画案を構築させる。
- ③ 討議プロセスと企画案を学修支援システム上で発表させ、相互評価を通じて振り返りをさせる。
- ④ 可能であれば企画案を実践さ



せ学習成果を相互評価させる。

2.4 授業にICTを活用した学修内容・方法

以下に学修内容・方法の一例を紹介する。

- ① スポーツの社会的機能を応用した実践活動について、国内外の諸機関とも連携しながら国内の支援、国内外の被災地復興支援、国際支援の項目別に情報収集させる（国連、UNESCO、青年海外協力隊、IOC、ICSSPEなど）。また、社会的格差・不平等の現状やマイノリティに関する調査報告、社会統計など非スポーツ関連領域の現状を把握するための情報収集させる（一般社団法人社会的包摂サポートセンターなど）。
- ② 各種団体の成果報告書などを踏まえて、スポーツの社会的価値の重要性・可能性についてグループディスカッションさせ、身近な地域で体现できるフィールドワークの企画書を作成させる。
- ③ 作成した企画書について学修支援システムを用いて他のグループと相互評価を行い、企画案を改善し、まとめさせる。
- ④ フィールドワークが可能であれば企画案を実践させ、実施モデル（企画書・実践記録・課題および改善案）をネット上に公開し、学内外の専門家の意見を参考に相互評価を深めさせる。

2.5 授業にICTを活用して期待される効果

- ① 国内外の情報を収集することによりスポーツを通じた国内支援、国際協力の現状を知ることによってスポーツの社会的価値についての理解を深めることができる。
- ② 学修支援システムを利用したグループディスカッションや相互評価のプロセスを採り入れることにより、国内外の課題に対して企画し提案することのできる。

2.6 授業にICTを活用した学修環境

- ① 学修ポートフォリオや学修成果の公開などが機能するクラウドを用いた学修支援システムの構築が必要である。

3. 改善モデル授業の点検・評価・改善

授業の点検・評価は、学修ポートフォリオ及びティーチングポートフォリオをもとに行う。担当教員は、それぞれの授業について振り返りを行い、関連諸領域の専門家等とも意見交換を行うことで授業改善を図る。

4. 改善モデルの授業運営上の問題及び課題

- ① クラウドを用いた学修支援システムなど、機能的なICT環境の整備が必要になる。
- ② 学修支援を行うファシリテータを大学として整備する必要がある。
- ③ 海外の関係諸機関と連携するために大学としての組織的支援が必要である。
- ④ 学生が立案した企画を実践するためのフィールドが必要であるため、地域社会と大学が連携するコンソーシアムの形成が必要である。

第3節 改善モデルに必要な教育力、FD※活動と課題

【1】体育学教員に期待される専門性

- ① スポーツや身体運動を通して個人や社会の発展に貢献できる専門家であること。
- ② 関連諸科学の基礎的知識を体育学の分野に体系化・統合化できること。
- ③ 様々な分野とのコラボレーションを通じて新しい研究課題に応用できること。

- ④ 新しい科学技術やスポーツ技術に積極的に関わるイノベティブな姿勢があること。
- ⑤ ICTなどの教育技法を駆使して、自律型の教育ができること。

【2】教育改善モデルに求められる教育力

- ① 授業のカリキュラム上の位置付けを十分に理解し、教員相互による話し合いの中で教育方針に沿った授業を実施、工夫・改善できること。
- ② 多様なスポーツ経験を有し、モデルを示した上で指導できること。
- ③ 身体運動を通したグループ活動の授業シナリオを開発し、運営できること。
- ④ 学生の身体の動きや会話から一人ひとりの達成度合いや問題点を抽出し、その場でフィードバックできること。
- ⑤ 学修ポートフォリオから、言語化された学修上の問題点を抽出し、対面やネット上で適切な指導ができること。
- ⑥ 隣接諸科学の教員や実務家と積極的に協働して、競技力向上に関わる戦略的な思考を指導できること。
- ⑦ スポーツを通して社会との接点を見出し、普及・振興に関われるよう指導できること。

【3】教育力を高めるためのFD活動と大学としての課題

（1）FD活動

- ① 教員間の連携をもとに授業内容と教育方針との整合性の確認及び検討を継続的に行う必要がある。
- ② 未経験や不得手なスポーツ種目を含む様々な実技研修会に積極的に参加し、自己研鑽を積極化する必要がある。
- ③ 教育方法や到達度評価に関する研究報告会に積極的に参加し、教員同士が教え合い、学び合うことが必要である
- ④ 運動観察能力の向上を図る研究会に積極的に参加し、授業、実技指導にフィードバックできるようにする必要がある。
- ⑤ 学際的な研究報告会に参加し、関連分野の教員や社会の専門家などと意見交換を行い、教育研究力を高める必要がある。

（2）大学としての課題

- ① 地域スポーツの普及・振興に積極的な取り組みを大学として行う必要がある。
- ② 関連分野の教員や社会の専門家などから協力を得るために、連携の呼びかけ、制度の整備、専門性を有した正規職員の確保及び財政的な支援を行う必要がある。
- ③ ICTを活用した教育方法を支援する組織を大学として整備する必要がある。
- ④ 世界を視野に入れた教育の質保証を持続的に行う責任がある。