Kobe University Repository : Kernel

PDF issue: 2026-11-23

体育実技から健康・スポーツ科学実習へ : 自己評価による新カリキュラムの創造

加納, 哲也
美崎, 教正
五島, 祐治郎[他]

(Citation)
大學教育研究,03:1-16

(Issue Date)
1995-03

(Resource Type)
departmental bulletin paper

(Version)
Version of Record

(JaLCDOI)
https://doi.org/10.24546/81004588

(URL)
https://hdl.handle.net/20.500.14094/81004588

KOBE UNIVERSITY

体育実技から健康・スポーツ科学実習へ
—自己評価による新カリキュラムの創造—

加納　哲也，美崎　教正，五島祐治郎，野村　治夫，神吉　賢一，
新谷　澄雄，天野　郡壽，平川　和文，山口　泰雄，河辺　章子，
岡田　修一，武井　義明，前田　正登，髙田　義弘
（神戸大学　健康・スポーツ科学教科集団）

1．はじめに

平成３年２月８日、大学審議会は“大学教育の改善について”と題する答申を発表した。この答申において、「学術や文化の継承に努めるとともに、学術の進展、技術革新、国際化・情報化の進展、産業構造の変化等に適切に対処し得るように、カリキュラムの編成、教授内容・方法、教育組織等の不断の点検・改善を図り、社会の各方面で活躍し得る人材の養成、時代の変化や学術の新たな展開に対応し得る能力の育成に努めること」が期待されている。

また、同答申では、大学生活全体を通じ、学生の心身の健康の保持・増進に一層努めることが重要であるとされ、大学教育における保健体育科目の重要性がうかがえる。さらに、上記のねらいを達成するために、体育館をはじめとするスポーツ施設や福利厚生施設等の整備が一層重視される必要があると述べられている。

神戸大学の一般教育課程における保健体育科目は、大学教育の一環として独自の教育課題を有し、その責任の遂行に努めてきた。そして、その内容と努力は、学習者たる学生の高い評価を得てきた（神戸大学,1986）。しかし、大学審議会の答申が発表され、大学教育に対する社会的要請においても変化がみられるようになり、保健体育科目においても特色あるカリキュラムの編成が求められるようになってきた。

神戸大学教養部保健体育科は、将来のカリキュラム改革に備えて、平成２年11月から教室セミナーを開催した。その後、これまでの保健体育科目の「体育実技」の教育内容とその成果を見直し、質の高い、特色あるカリキュラムの創造を求めて、新カリキュラムプロジェクト委員会を中心にして検討作業に着手した。平成５年度からは、新カリキュラムを試行した後、自己評価を行い、さらにより良いカリキュラム内容を求めて検討を進めた。

カリキュラム改革においては、井門(1985)によるカリキュラム作成における３要因を基本的枠組みとした。３要因とは、以下のとおりである。

(1)社会的要請：外発的要請

(2)学問的要請：教師の内発的要請

(3)学習的要請：学生の内発的要請

新カリキュラムの作成においては、上記の３要因の検討が不可欠であり、なおかつ３要因がバランスよく考慮されることを前提とした。また、カリキュラム改革の手続きは、新カリキュラムの作成をひとつのマネジメント過程と捉え、ＱＣサークルの技法を適用した。図１は、ＱＣサークルにおけるＰＤＣＡサイクルの手続きを示したものである。

これまでのマネジメント過程は、ＰＤＳサイクルという「計画(plan)—実行(do)—評価(see)」が一般的であった。しかし、ＰＤＳサイクルは、実際の評価においては、自己評価という性格から自画自賛を生じやすいという欠点があり、評価そのものが最終目標になるという限界があった。

その欠点を補うことができるのが、ＰＤＣＡサイクルである。これは、「計画(plan)―実行(do)―評価(check)―対策(action)」というサイクルで進める。前述したＰＤＳサイクルとの違いは、評価の後に“対策”がくることである。すなわち、厳密な評価に基づき、問題点が明らかにされた後、問題解決のための議論を重ね、具体的な対策案が提示される点にある。

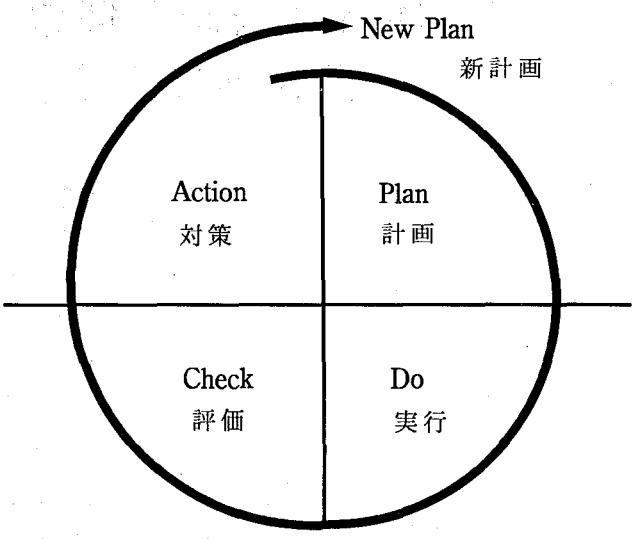

図１　ＰＤＣＡサイクル

体育実技のカリキュラム改革は、教室セミナーを経て、新カリキュラムプロジェクト委員会による原案の検討の後、平成４年の終わりに、「新カリキュラム案」という“計画”を作成した。平成５年度は新カリキュラム案の実施上の問題点を検討し、平成６年度４月からの“実行”を経た後、質問紙調査により学生評価と教員評価という“評価”を行った。最後に、平成６年度秋に組織された実習カリキュラム検討委員会により、新カリキュラムという“対策”が提起され、平成７年度からの新カリキュラムの実施に至ることになった。

本報告は、これまでのカリキュラム改革の内容とプロセスをまとめたものである。約４年間にまたがるカリキュラム改革の詳細を追ったリポートであり、より良いカリキュラムを求め、試行錯誤を繰り返した記録である。

２．改革の経過

平成

２年11月１日　保健体育科目のカリキュラム見直しに関する教室セミナーの開催

～12月13日

第１回　平成２年11月１日　報告者：加納，岡田，前田
第２回　平成２年11月７日　報告者：新谷，天野，高田
第３回　平成２年11月15日　報告者：平川，河辺，武井
第４回　平成２年11月29日　報告者：神吉，綿貫，山口
第５回　平成２年12月13日　報告者：美崎，五島，野村

３年２月７日　新カリキュラムプロジェクト委員会（ＮＣＰ）が学科内で発足
（五島祐治郎委員長，山口，岡田，武井，前田）
委員会開催日
第１回　平成３年２月20日
第２回　平成３年３月４日
第３回　平成３年３月６日
第４回　平成３年３月７日
第５回　平成３年３月８日
第６回　平成３年３月22日

３年５月31日　ＮＣＰ報告書「保健体育科目の検討」発刊

３年６月20日　保健体育科内で新科目名を「健康・スポーツ科学」に決定する

3年8月12日	第8回一般教育等カリキュラム調整委員会において、「健康・スポーツ科学」を2期1年で実施することが承認される
3年8月22日	健康・スポーツ科学実習実施検討委員会が学科内で発足 （加納哲也委員長，野村，神吉，綿貫，平川）
3年10月30日	健康・スポーツ科学実習実施検討委員会答申を受け、健康・スポーツ科学実習を2期1年（2単位）とする案が保健体育科内でまとまる
4年1月13日	新カリキュラムシラバス検討委員会が学科内で発足 （五島祐治郎委員長，加納，綿貫，山口，岡田，前田，髙田）
4年2月19日	新カリキュラムシラバス検討委員会答申で2期間にわたって3分野にわたって実習を展開する案が提示される
4年5月25日	保健体育科内で新カリキュラムの構成にあたって3分野にわたる実習形態の堅持を確認する
4年7月8日	保健体育科目の改革の経緯説明及び教官懇親会を関係者で行う
4年10月1日	大学教育研究センター発足 保健体育科から健康・スポーツ科学教科集団へ移行
4年11月20日	第1回健康・スポーツ科学教科集団打合せ会
5年2月10日	健康・スポーツ科学実習実行準備委員会で平成5年4月からの新カリキュラム移行を検討
5年4月1日	科目名を「健康・スポーツ科学実習」に変更、2期1年で2単位となる（1年前期健康・スポーツ科学実習Ⅰ、後期健康・スポーツ科学実習Ⅱ）
1日	予算や実施上の問題により準備不十分のため、平成5年度新カリキュラム移行を見合わせることに決定される
6年3月20日	平成6年度の健康・スポーツ科学実習Ⅰでの3分野にわたる実習形態（新カリキュラム案）が承認される
6年3月31日	教養部が廃止される
6年4月11日	新カリキュラム案が実施される
6年6月29日	実習カリキュラム検討委員会が健康・スポーツ科学教科集団内で発足 （山口泰雄委員長，岡田，前田，髙田） 委員会開催日 第1回　平成6年10月12日 第2回　平成6年10月26日 第3回　平成6年11月18日 第4回　平成6年12月2日 第5回　平成7年2月1日
6年7月8日	新カリキュラム案実施についての反省会及び教官懇親会を関係者で開催
6年11月2日	健康・スポーツ科学教科集団会議において、実習カリキュラム検討委員会による「新カリキュラム」が提示され、平成7年度からの実施が承認される
7年2月1日	実習カリキュラム検討委員会により、「大学教育研究（神戸大学大学教育研究センター発行）への投稿論文を作成する

3．新カリキュラムの理念

保健体育科目は、身体運動に関する科学的知識を習得し、健康の保持・増進と身体運動の実践能力を育成することを目的とするものである。身体の発育・発達の完成期にある学生にとって、個人の体力水準に応じた適切な運動刺激が不可欠であるとともに、卒業後の豊かな社会生活を営む上で、健康的で活動的なライフスタイルを形成するために、保健体育科目は重要な役割を担っているといえよう。また、保健体育科目の理論と実践能力の習得により、身体運動とスポーツ文化に関する幅広い教養、総合的な判断力、そして豊かな人間性の育成が期待される。

保健体育は、学問としては、医学・工学・社会学・経営学・心理学など、多くの分野にまたがる学際的な研究領域である。それゆえ教員は、それぞれの専門分野から、様々な方法で教育・研究活動を行っている。一方、学習者である学生においては、彼らの健康および体力水準に大きな個人差があり、運動・スポーツに対する要求の内容や水準も異なる。他方、現代社会における急激な社会変化は、高度情報化、人口構造の高齢化、そして国際化をもたらしている。また、産業構造の変化に伴い、労働時間の短縮が必要とされ、今後、自由時間の増大が予測される。さらに、高度技術化の進展により、現代人の運動不足症やメンタル・ストレスの問題が顕在化している。

これらの社会変化により、わが国では、近年、健康づくりに対する関心が高まっている。しかしながら、健康に対する国民の関心は強いものの、誤った健康知識や健康法が氾濫し、健康づくりに関する科学的研究とその教育に対するニーズが高まっている。そこで、大学の一般教育課程においても、学生の心身の健康の保持・増進を一層図るため、“健康科学”の理論とその実践能力の習得が求められている。

また、スポーツに対する関心も年々強くなり、高度なパフォーマンスの発揮を求める競技スポーツだけでなく、国民一人ひとりが自ら実践できるスポーツに対するニーズが高まっている。そこで、個人の能力や発育・発達に応じた安全で適切な身体運動やトレーニングが行われ、パフォーマンスの向上を図ることが望まれる。したがって、一人ひとりが科学的理論にもとづく合理的な身体運動やトレーニング方法に関する知的理解を深め、個人の能力・ニーズに応じたスポーツ・プログラムの開発に向けての“スポーツ科学”の理論とその実践能力の習得が求められている。

今後、自由時間の増大が確実であり、生涯学習体系において、余暇活動としての多様な生涯スポーツの重要性は、益々、高まるものと考えられる。また、２１世紀に入ると、わが国は世界一の超高齢社会を迎えるものと予測され、今後、自由時間をいかに過ごすかが重要な課題となるであろう。したがって、生涯学習の視点から、生涯にわたるライフステージにおいて、個人の年齢・体力・選好に応じた“生涯スポーツ”の理論と実践能力の育成が求められている。

大学審議会の答申の中において、現状では、一般教育の理念・目標と授業の実際との間には、しばしばかい離が見られるとの指摘もある。そこで、保健体育科目の見直しにおいては、特に講義と実技の有機的関連性を充分に考慮する必要がある。

以上のような観点を総合的に検討した結果、新カリキュラムにおける保健体育科目は、健康科学、スポーツ科学、生涯スポーツを３本柱として構築すべきであるとの結論に達した。そして授業科目を「健康・スポーツ科学」と命名した。

4．新カリキュラム案の展開

当初、健康・スポーツ科学実習改革案（図２、実施案Ｉ）は、１年生前期から２年生前期までの３期間で実習

理念の「３本柱（３分野）」を実習することを前提として1991年５月に作成され1993年度より実施の予定であった。

しかし、その後の大学設置基準の緩和や教育学部、教養部の改組に伴う発達科学部、国際文化学部の設置等により、1992年に全学においてカリキュラムの見直しが行われ、1993年度より健康・スポーツ科学実習は１期間減り、１年生の２期間で２単位を与えるように変更された。この場合１期間で３分野の一つをテーマとした授業を展開すれば２期間では「健康科学」、「スポーツ科学」、「生涯スポーツ」のいずれかをテーマとした授業がで

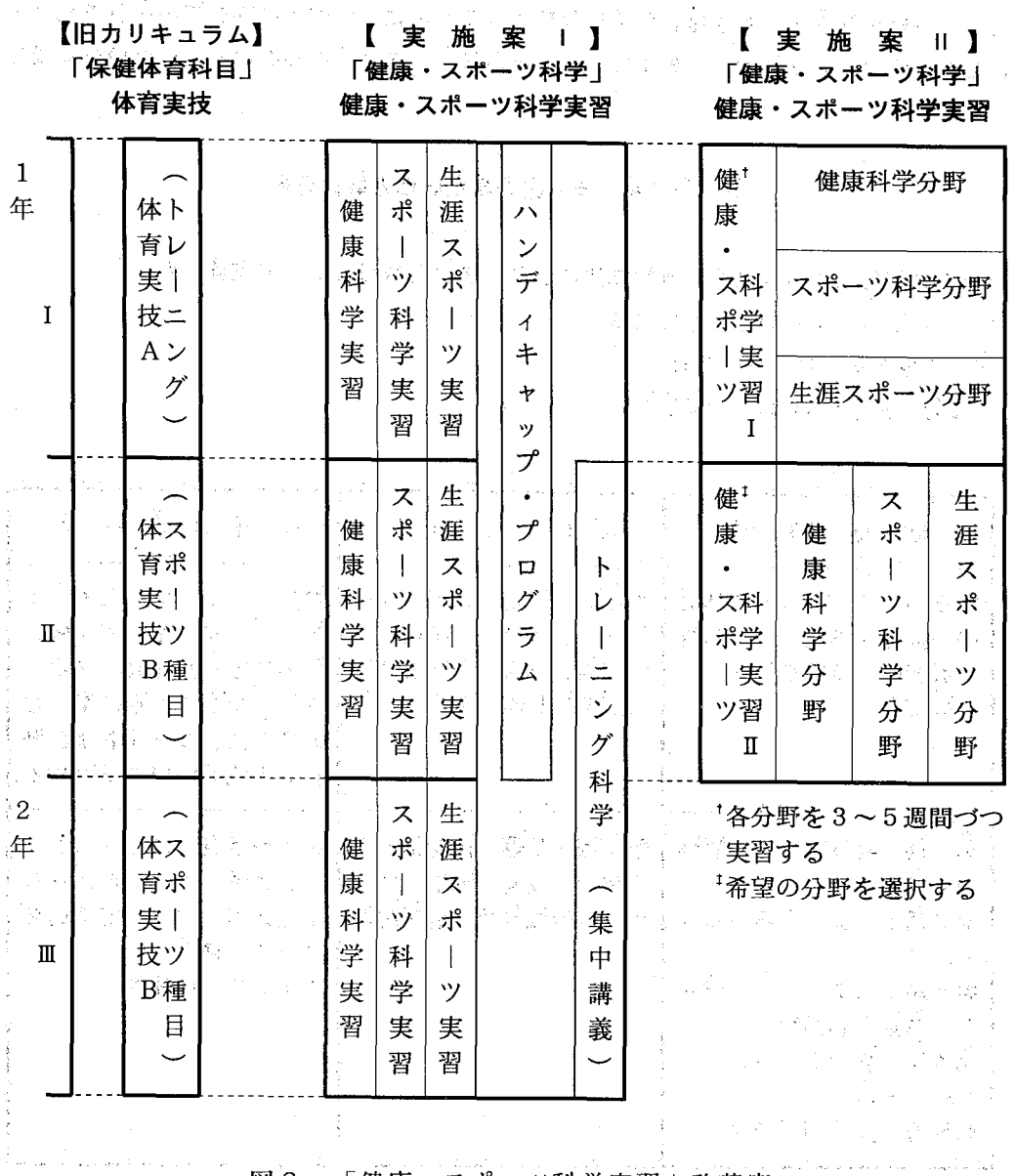

図２　「健康・スポーツ科学実習」改革案

きないことになり、我々は理念に基づいた授業を展開するためにすべての学生に３分野の全てを実習させるための新カリキュラム案の作成を行った（実施案Ⅱ）。この実施案では、健康・スポーツ科学実習を前期に開講する「健康・スポーツ科学実習Ⅰ（実習Ⅰ）」と後期に開講する「健康・スポーツ科学実習Ⅱ（実習Ⅱ）」に分けて行うこととした。

実習Ⅰでは４～５週間単位で３分野の授業を展開し、それぞれの理念について実習できるようにした（図３）。また、実習Ⅱでは３分野のいずれかの分野についてより深い知識を得るための実習を展開することとした。1993年度では実習Ⅰを一人の教員が担当し各分野の理念に基づいた授業を行ったが、1994年度からは各教員の専門性をより生かし、３分野の理念をより明確に学生に理解させるために、実習Ⅰの各分野をそれぞれ一人の教員が担当することにした。すなわち学生は、実習Ⅰでは３人の教員から各分野の理念に基づいた授業を受けることになった。

５．カリキュラム案の学生評価と教員評価

カリキュラム案の試行による評価を、質問紙法により、学生と教員に対して実施した。
調査時期とサンプル数は、下記のとおりである。

(1)学生調査：平成６年７月４日～８日

サンプル数　男子1,300名　女子548名

健康科学	スポーツ科学	生涯スポーツ
ねらい：個人の基本的体力の把握と身体活動による身体機能の一時的な変化を主に観察する。	**ねらい**：特定のスポーツを通じて、スポーツを構成する技術、体力、先述とはなにかを少し深く考える。	**ねらい**：生涯にわたるライフステージにおいて年齢、体力に応じた運動、スポーツを安全かつ柔軟に楽しむ競技方法、ルールおよび歴史的文化的価値を学習する
第１週：身体組成・基礎体力を探る。 **第２週**：運動によるカロリー消費。 **第３週**：スタミナを科学する（運動と心拍数） **第４週**：筋力トレーニングを科学する。 **第５週**：12分間走テスト	**第１週～５週**：技能構造と学習者、技術、戦術、体力ゲームの観察及び情報解析	**第１～５週**：ニュースポーツ、スポーツと変形ルール 生涯スポーツとして適切なスポーツ種目 （テニス・卓球等）

図３　健康・スポーツ科学実習Ⅰシラバス（授業計画）例

(2)教員調査：平成６年９月12日～16日

サンプル数　28名（専任教員12名、非常勤教員16名）

[1]学生調査の結果と考察

学生調査の質問紙は、５段階尺度による授業評価に関して４項目、多肢選択法による授業への不満足理由に関して１項目、そして自由記述法による授業に対する感想・意見に関して１項目の計６項目から構成した。

図４～７は、実習（健康・スポーツ科学実習）に対する評価を示したものである。実習Ｉ全体についてみると、「大変満足」と「満足」と答えた満足群が男性では全体の６割弱、女性では７割であった。男性より女性の評価がやや高く、全体では３人に２人が授業に満足している。

健康・スポーツ科学実習Ｉは、「健康科学」「スポーツ科学」「生涯スポーツ」の３分野から構成されているが、それぞれの分野の満足度をたずねた。健康科学分野に関しては、満足群が男子48.4%、女子62.5%であった。スポーツ科学分野に関しては、満足群が男子57.4%、女子64.1%、そして、生涯スポーツ分野に関しては男子62.3%、女子73.0%であった。

３分野の評価をみると、２つの傾向が読み取れる。ひとつは、３分野に共通して、男子より女子の満足度が高いことである。もうひとつは、男女とも、満足度が高かったのは生涯スポーツで、次いでスポーツ科学、健康科学の順であった。これらの要因に関しては、多肢選択法による不満足の理由、および自由記述が参考になる。

図８は、実習Ｉに対する不満理由を示している。性別に不満理由をみると、男子では１位が「３週ないし４週で分野が変わったため、ひとつの分野が中途半端になった」、２位が「３分野の区別が困難であった」、３位が「施設・設備が貧弱である」、４位が「３分野の実習場所の移動に戸惑った」、そして５位が「実習内容が理解できなかった」の順である。

女子では、男子に比べて不満が少なくなるが、１位「ひとつの分野が中途半端になった」、２位「３分野の区別が困難であった」、４位「実習の内容が理解できなかった」、４位「実習場所の移動に戸惑った」、そして５位「施設・設備が貧弱である」の順であった。

表１-1～表２-2は、自由記述法による感想・意見を「満足群」「不満群」「要求群」に分け、性別に示したものである。満足群の感想では、「今までに経験したことのないようないろいろなスポーツができた」(女子42名,男子5名)、「高校までの体育と違い楽しかった」(男子8名,女子3名)、「エアロビクスが楽しかった」(女子7名)、「体力測定がおもしろかった」(女子4名)、「生涯スポーツが楽しみながらできた」(男子3名)などである。

「不満群」の感想において、男子では、「ひとつの分野の時間が短い」(13名)「先生により講義内容が違う」(7名)「移動場所がわかりにくい」(6名)などが多い。女子では、「ひとつの分野が短い」(13名)、「12分間走がきつい」(8名)、「場所がわかりにくい」(6名)、「更衣室が狭い」(4名)などである。

「要望群」の意見では、男子では、球技、水泳、いろいろなスポーツ、サッカー、バスケット、バレーなどのスポーツをしたいという希望が圧倒的に多かった。また、「男女混合にしてほしい」(3名)「試合を多くして欲しい」(3名)「選択制にして欲しい」(3名)という意見もみられた。女子においては、「選択制にしてほしい」(8名)「球技がしたい」(6名)「通年でいろいろな種目がしたい」(6名)などである。

これらをまとめると、

(1)実習全体では、男子の52%、女子の66%が満足している。

(2)授業の満足度が高いのは、「生涯スポーツ」、「スポーツ科学」、「健康科学」の順である。

(3)実習全体およびすべての分野において、男子より女子の満足度の方が高い。

(4)自由記述では、男女とも「高校までの体育と違い、いろいろなスポーツができて楽しかった」「健康科学などに関する知識を得ることができた」などの評価が多くみられた。これは、生涯スポーツ分野におけるニュース

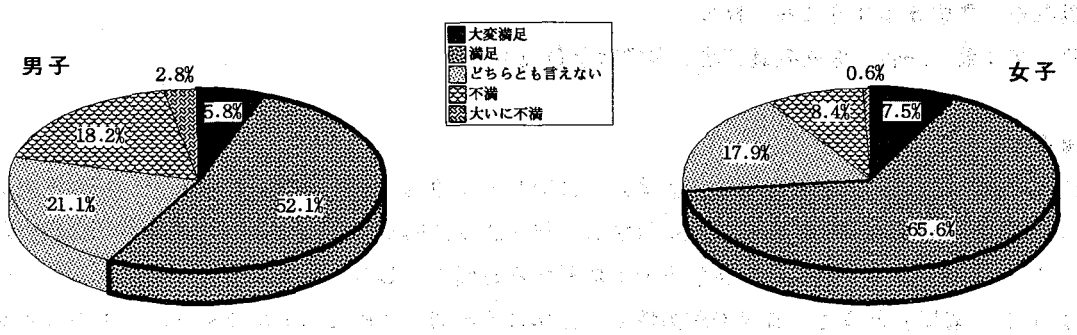

図４　学生の実習Ｉ全体に関する評価

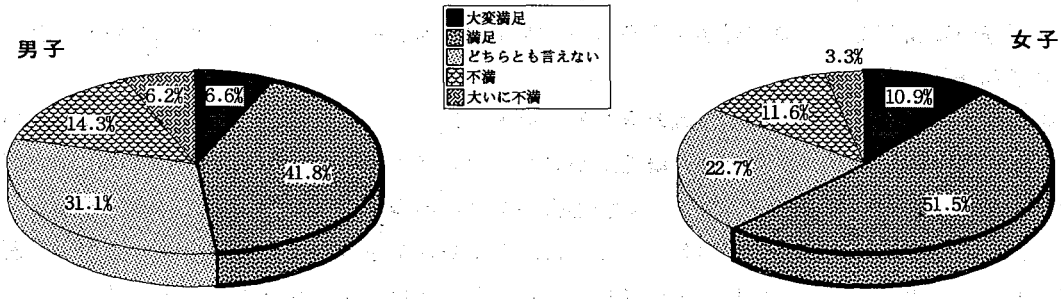

図５　学生の「健康科学」分野に関する評価

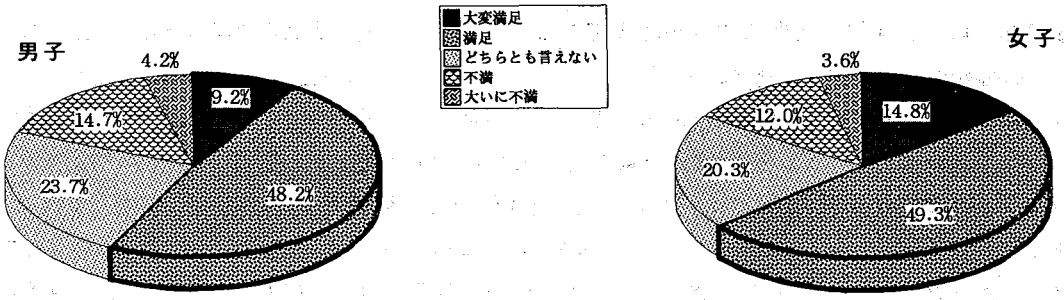

図６　学生の「スポーツ科学」分野に関する評価

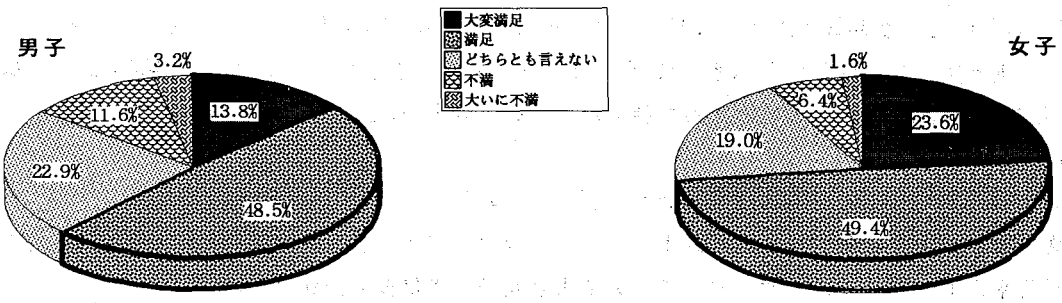

図７　学生の「生涯スポーツ」分野に関する評価

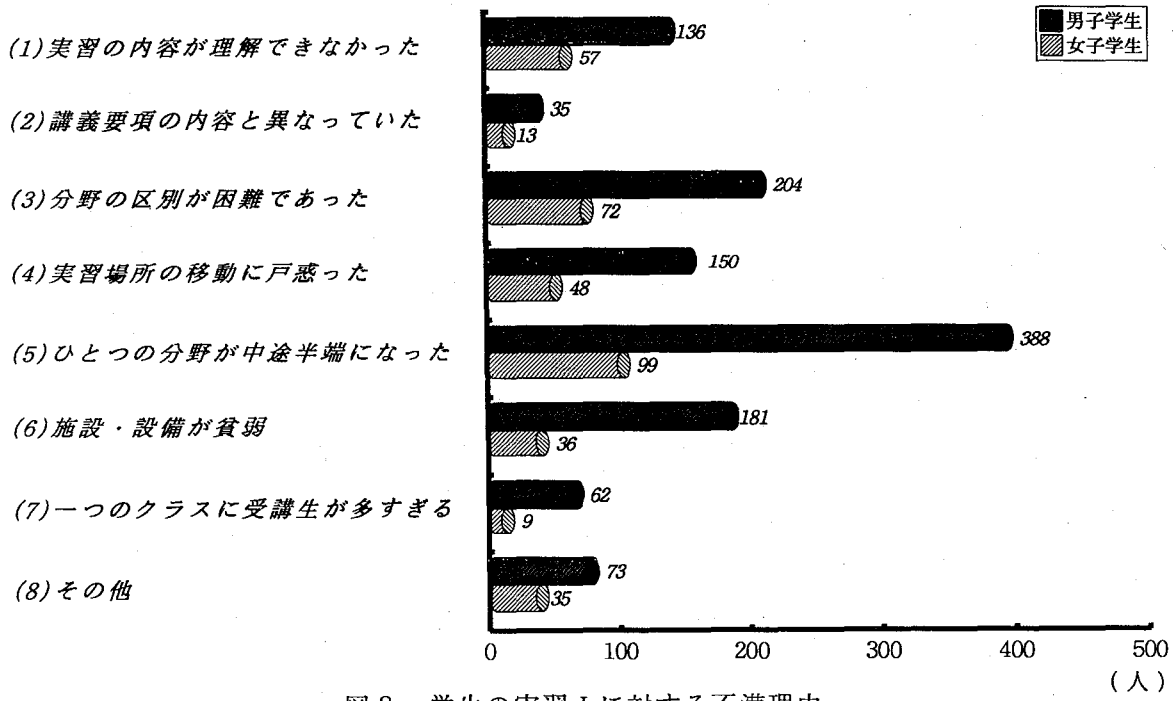

図８　学生の実習Ｉに対する不満理由

表１-1　学生調査における「不満に関する自由記述」の集計結果〈男子〉

・授業が面白くない（内容，授業そのもの）	（９名）
・ゲーム性のある授業が少なく楽しくない	（８名）
・話が長くて体を動かす時間が少ない	（５名）
・体育が嫌い	（４名）
・自分で選択できない	（４名）
・卓球が面白くない	（３名）
・スポーツらしいことをしたかった	（３名）
・授業がよくわからなかった（内容，意図）	（２名）
・授業回数が少ない	（２名）
・スポーツにあるべき楽しさがない	（２名）
・時間の使い方に無駄がありすぎる	（１名）
・雨のため、内容が変わることが多かった	（１名）
・運動テストだけの授業は好きでない	（１名）
・連絡場所が遠い	（１名）
・盛り上がりに欠けていた	（１名）
・先生の態度が気に入らない	（１名）
・生涯スポーツで卓球しかやらなかった	（１名）
・スポーツ科学の授業が雨で殆ど無くなった	（１名）
・更衣室は衛生的によくない	（１名）
・休講が多い	（１名）
・種目が多すぎる	（１名）
・ジムを強化すべきである	（１名）
・週１回の筋トレは意味がない	（１名）
・テニスコートの整備やネット張りでほとんど時間を使ってしまった	（１名）
・体が不調のときでも体力測定をやらされた	（１名）

表１-2　学生の実習Ｉ全体に対する感想，意見（男子）

＜満足群＞
- 特定のスポーツ種目が楽しかった　（11名）
  （長距離走　３名，サッカー　２名，テニス，ユニホック，ソフトボール，ハンドボール，ペタンク　各１名）
- 高校までの体育と違い楽しかった　（８名）
- いろいろなスポーツができてよかった　（５名）
- 生涯スポーツは非常に興味深く楽しみながらできた　（３名）
- 授業全体が楽しかった　（３名）
- ただ体を動かすだけでなく知識も得ることができ新鮮だった　（３名）
- 体脂肪率を測ったのが役立った　（２名）
- 健康科学で自分の体力や消費運動カロリーが認識できてよかった　（２名）
- スポーツ科学，健康科学はためになった　（１名）
- それぞれのスポーツに専門的に先生がつくのはよい　（１名）
- ３分野に分かれているのはよかった　（１名）
- 先生がよかった　（１名）
- 頑張るというより楽しむことが重視されているようでよかった　（１名）

＜不満群＞
- １つの分野の時間を長くすれば充実したと思う　（13名）
- 同じ分野でも先生によって講習内容が違う　（７名）
- 移動場所を分かりやすくしてほしい　（６名）
- 分野を分けるのは反対　（４名）
- 全体的にあまり面白くない　（３名）
- 高校までの授業と変わらない　（３名）
- 授業時間が少なすぎる　（３名）
- 生涯スポーツは面白いけれど１回しかできなかった　（２名）
- 雨の日でもいろいろな事がしたい　（内容が貧弱）　（２名）
- あまり体を動かしてない　（２名）
- 生涯スポーツをもう少ししっかり教えて欲しい　（１名）
- 休講が多い　（１名）
- 男子が少なすぎてもの足りなかった　（１名）
- 設備が良くない　（１名）
- 分野，目的，そのスポーツを取り上げた理由をはっきりさせて欲しい　（１名）
- 分野の区別がつかない　（１名）
- もっとスポーツらしいものがしたかった　（１名）
- 男女混合のメリットがあまりなかった　（１名）
- 実践が少なすぎる　（１名）
- 走るばかりの授業の際は休憩をとって欲しい　（１名）
- スポーツ科学の時間数が少なかった　（１名）
- スポーツ科学ではトレーニングのhow to等を教えてほしかった　（１名）
- 生涯スポーツの内容の差が大きい（ソフト、サッカーとペタンク等）　（１名）

＜要求群＞
- 特定種目がしたい　（48名）
  （球技　11名，水泳　10名，サッカー　６名，バスケット，バレー　各４名，野球　３名，陸上競技，ソフトボール，テニス　各２名，バドミントン，卓球，トランポリン，クリケット　各１名）
- いろいろなスポーツをもっと体験してみたい　（７名）
- 男女混合のクラスにして欲しい　（３名）
- 試合を多くして欲しい　（３名）
- 選択制にしてほしい　（３名）

・男女別にして欲しい	（２名）
・12分間走を増やして欲しい	（１名）
・外での授業を増やして欲しい	（１名）
・レクリエーションのようなものを増やして欲しい	（１名）
・通年のカリキュラムにしてほしい	（１名）
・もう少し少人数でやって欲しい	（１名）
・運動場の更衣室を終日開放して欲しい	（１名）
・２年生になっても授業をして欲しい	（１名）
・もっとハードな運動をさせて欲しい	（１名）
・12分間走のデータを個人に配布して欲しい	（１名）
・日本でなじみのないスポーツをもっと加えて欲しい	（１名）
・ロッカーがほしい	（１名）
・１２分間走を秋or冬にやってほしい	（１名）
・トレーニング的な部分や各分野の技術的な部分を増やしてほしい	（１名）
・体操＆ストレッチを教えて欲しい	（１名）
・新しいスポーツを沢山取り入れてほしい	（１名）
・疲れることはせずに楽しいことをしたい	（１名）
・健康に対する意識を高めるために健康科学に力を入れてほしい	（１名）

ポーツ種目に対する満足度が高いことと、測定を取り入れた健康科学に対する肯定的な評価と考えられる。

(5)特に男子においては、球技を中心にしたスポーツ種目を、もっと時間をかけて実施したいという希望が強い。

(6)不満理由では、ひとつの分野が授業時間数の少なさから、中途半端になったことが最も多い。

[2]教員調査の結果と考察

図９～11は、健康科学、スポーツ科学、生涯スポーツの各分野を担当した教員による評価を示している。満足度が高かったのは、順に「健康科学」「スポーツ科学」「生涯スポーツ」である。

「健康科学」の満足度が高いのは、運動生理学やバイオメカニクスを専門分野とする教員が担当しており、専門知識を活かした授業展開がなされたからと推察される。

「スポーツ科学」と「生涯スポーツ」の２分野においては、教員の評価が満足群、中間群、不満足群の３極分化を示している。この理由のひとつは、施設の不足である。各分野とも、２クラスずつの授業が展開されている

表２-1　学生調査における「不満に関する自由記述」の集計結果〈女子〉

・授業内容が面白くない	（７名）
・持久走がいや	（３名）
・女子でも球技や陸上etc…　体育らしいものがしたかった	（３名）
・「体育」なのにあまり体を動かしていない	（２名）
・体力的にキツかった　（健康科学　１名）	（３名）
・測定しただけでその分析などをする時間がなかった	（１名）
・だらだらした一時間で何を得たのか分からなかった	（１名）
・名前のわりには普通の体育と変わらなかった	（１名）
・体育館が工事の時、場所の移動にとまっどった	（１名）
・授業回数があまり無かったのでよく分からなかった	（１名）
・一時間しかできない授業があった	（１名）
・女子をかためてほしかった（男女混合はいや）	（１名）
・女子でも出来るような種目にしてほしかった	（１名）
・自分のやりたい事ができなかった	（１名）

表２-２　学生の実習Ｉ全体に対する感想，意見（女子）

＜満足群＞
- 今までに経験したことのないようないろいろなスポーツができた　（42名）
- 特定の種目がおもしろかった　（21名）
  （エアロビクス　７名，柔道　４名，テニス　２名，サッカー，ジョギング，ニュースポーツ，バドミントン，インディアカ，ペタンク，ユニホック，卓球　各１名）
- 健康科学の測定項目が有意義でよかった　（10名）
  （体力測定　４名，消費カロリー　３名，脂肪率，12分間走，基礎体力全般　各１名）
- 予めコースが決められているのはいろいろなスポーツにふれられてよい　（４名）
- 高校での体育は楽しくなかったが今回のは楽しかった　（３名）
- 一つの分野の期間が３～４週間というのはちょうどよかった　（３名）
- 学生向けにしてはハードな部分もあるが必要なことを学べてよかった　（３名）
- 普通の体育の授業とは違い、きちんと目的があるので大変よかった　（２名）
- 各分野、それぞれもっと受講したかった　（１名）
- 運動が苦手だったにもかかわらず楽しく過ごせた　（１名）
- 生涯スポーツの視点で、楽しく、自分のペースで運動できてよかった　（１名）
- ３分野、経験できよかった　（１名）

＜不満群＞
- 先生がいろいろ変わった為、一つのことを充分にできなかった　（13名）
- 12分間走はキツい　（８名）
- 雨の日など移動の際、場所を分かりやすく書いて欲しい　（６名）
- 更衣室が狭い　（４名）
- ３分野のうち２分野が同じことをしたので違うことがしたかった　（４名）
- 男子と一緒に活動するのはキツい　（２名）
- 皮下脂肪を測るのはやめて欲しい　（２名）
- 同じ分野でも先生が違うとやる内容もちがうので問題あると思う　（２名）
- 健康科学で脂肪率を測る方法に問題がある　（２名）
- スポーツ科学の意味がいま一つよく分からなかった　（２名）
- コートが整備されていない（テニス）　（１名）
- 分野が変わるのはいいが雨のため等で中途半端に終わってしまった　（１名）
- 女子でも親しみやすい種目にして欲しかった　（１名）
- 運動量が多い　（１名）
- 女子の人数が少なすぎてやりにくかった　（１名）
- 健康科学はほとんど毎時間走ってばっかりだった　（１名）

＜要望群＞
- 特定の種目がしたい（球技　６名，バスケット，ダンス，水泳　各１名）　（９名）
- やりたいスポーツのアンケートをとってほしい（選択に）　（８名）
- 通年にして１分野の時間を増やし、もっといろいろな種目がやりたい　（６名）
- 健康科学分野を充実してほしい。　（４名）
  （カロリー消費，骨密度，体内脂肪測定，心拍数測定機器の充実，時間数　各１名）
- サッカー等、試合をする時間を作って欲しい　（３名）
- 通年にしてもっと内容の濃いものにすればよいと思う　（２名）
- 実習を多くして欲しい　（１名）
- 季節的な配慮をもう少しして欲しい　（１名）
- ジムのような機械を使って運動したい　（１名）
- 体育実技をとるかとらないかを選択させて欲しい　（１名）

が、充分なグラウンドや体育館のスペースが確保されていない。また、「生涯スポーツ」では、施設の関係から、ニュースポーツとテニス、卓球などのクラスが展開されているが、4時間程度ではテニスの技術習得は難しい。テニス担当の教員の満足度は低く、逆にニュースポーツの担当教員の満足度は高い。このように、不十分な施設や器具により、教員の評価が割れたことが推察される。

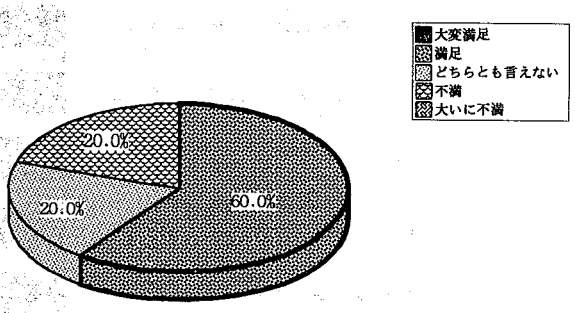

図9　教員の「健康科学」分野に関する評価

図12をみれば、中間群と不満足群の理由が明らかである。不満理由の第1位は「学生とのコミュニケーションが不十分である」ことである。これまでの体育実技においては、単にスポーツの技術指導やルール・戦略の学習だけでなく、学生と教員とのコミュニケーションに力が注がれてきた。それが、これまでの体育実技に対する高い評価のひとつの要因であったとも言える。しかし、今回の4時間程度の授業では、コミュニケーションが充分とれず、教員にとっても不本意であることがわかる。

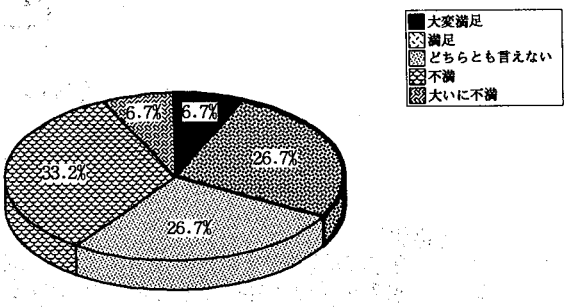

図10　教員の「スポーツ科学」分野に関する評価

第2位は、「充分な内容が展開できなかった」こととである。これも、1分野当たりの時間数が少ないことが原因である。

第3位は、「評価が出席のみになってしまった」ことである。かっての体育実技と同様に、健康・スポーツ科学実習では、実習という性格上、出席を重視している。評価は、出席を中心にして、授業参加態度やパフォーマンス（技術レベルや上達度）を考慮して行われてきた。しかし、これも前述したように、4時間程度の授業では、態度やパフォーマンスの評価は困難で、学生の名前を覚えることも難かしい。

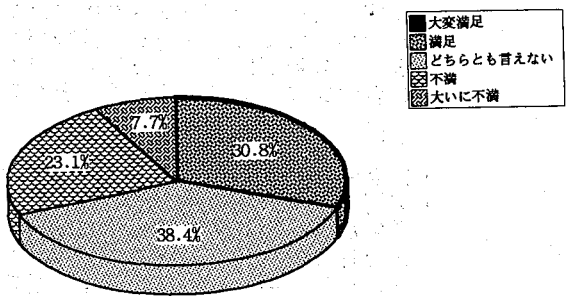

図11　教員の「生涯スポーツ」分野に関する評価

第4位は、「設備や器具が充分でない」ことである。これは、履修学生数の多さに対して、充分な施設や設備・器具が揃っていないことが原因である。「健康科学」の測定においては、予算不足から消費カロリーの測定に用いるカロリーカウンターや、心拍数測定のハートメモリーの、充分な数がそろっていないという問題がある。これらは、今後、より質の高い授業を展開する上で、解決されなければならない課題といえよう。

表3は、自由記述法による教員の意見と感想を示している。教員による評価と意見・感想は、以下のようにまとめることができる。

(1)授業の満足度は、健康科学担当者が最も高く、スポーツ科学と生涯スポーツでは、評価が分かれている。

(2)授業の不満理由では、「学生とのコミュニケーション不足」、「充分な内容が展開できない」、「評価が出席のみになったこと」があげられている。

(3)不満の要因は、各分野の授業時間数の少なさと施設や設備・器具が不十分であることである。

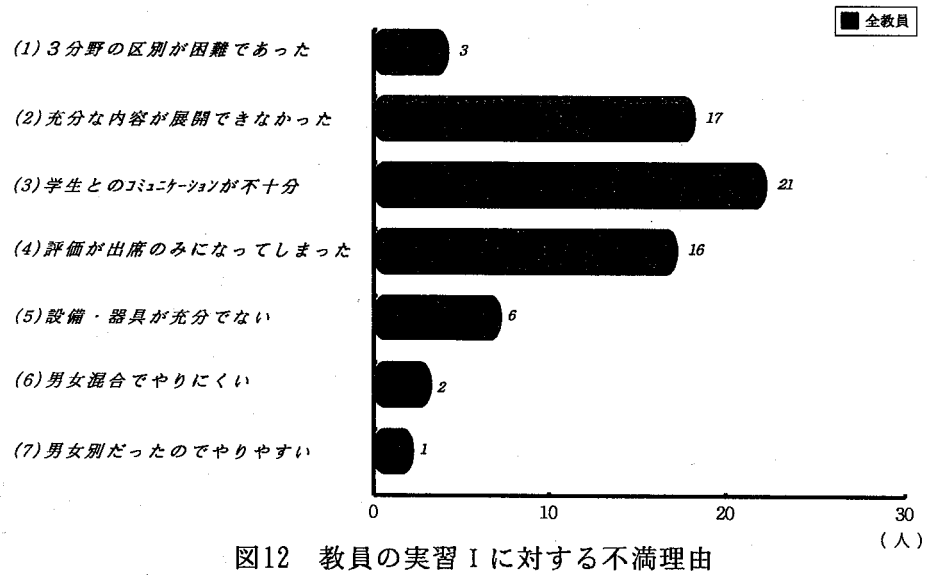

図12　教員の実習Ｉに対する不満理由

表３　教員調査における自由記述の集計結果

〈感想〉
- ３名の教員で評価するので遅刻、欠席が多くてもトータルでＡになることがある
- 他の分野との区別を明確に出来なかった点がある
- 健康科学は目標がはっきりしており内容も充実していてよかった
- ３、４週ではテニスシューズの購入を命じにくい
- 指導に中だるみがなく指導者にとってはよかった
- 学生が自分で選択した種目ではないことから意欲的に取り組めないようだ
- 時間が少ないので名前も顔も覚えられないまま成績がつく　（３名）
- 専門性と言いつつあまり考慮されていない
- メンバーによっては場所、分野が固定されるのでやりたいことができない
- ３コース制では１つの分野の中で十分に授業ができず不十分である　（９名）
- ３名の異なる教員と接することができるので学生は楽しいといった長所もある

〈意見〉
- 男女の組み合わせ等クラス分けを考えるべきでは
- 実習ⅡにＩを受け継ぐコースを考えるべきでは
- 学生が何を求めているのか把握し、学生側から盛り上がるような授業にするべきだ
- 各分野において何を意図してこの授業をしているのか、その伝達方法を考えるべきだ
- 各コースの第１回目に簡単な講義を入れてはどうか
- ３コース制のアイディアをさらに発展させてはどうか
- 各分野で実習ノートを作ってはどうか
- 各分野で非常勤とのミーティングをもってはどうか
- 各個人の評価を学生から受けてはどうか
- スポーツ科学、生涯スポーツを１つの分野にしてしまってはどうか　（３名）
- 健康科学は必修、他のコースを選択制にしてはどうか
- シラバスはそのスポーツを専門としている人が書き、各教員はこれを参考に授業してはどうか
- 最後の担当者が全体のまとめをしたほうがよい

〈その他（希望等）〉
- 視聴覚材器の充実、ハートメモリーなど、十分な数を希望
- 柔道着の数を増やしてほしい

6．新カリキュラムの作成

新カリキュラム案に対する学生と教員の評価を検討した結果、平成７年度より、実習Ⅰにおいては健康科学及びスポーツ科学の２分野について教員の専門性を生かしながら学期を２分する授業展開をとり、実習Ⅱにおいては生涯スポーツとして１学期間展開するという「新カリキュラム」を実施することになった。

以下、再検討した健康・スポーツ科学実習（新カリキュラム）の目標と内容について示す。

[1]健康・スポーツ科学実習Ⅰの目標及び内容

(1)健康科学分野

健康科学実習は、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の知識を実習を通して学ぶことを目的とする。

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有酸素的持久能力と心拍数の科学
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

(2)スポーツ科学分野

スポーツ科学では、特定のスポーツを通じて、スポーツを構成する技術・体力・戦術について考える。また、スポーツ科学に裏づけされた理論と方法を身につけることによって、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標とする。

①スポーツ技術の分析
②スポーツに必要な体力の評価
③スポーツにおける戦術の分析
④ゲームの観察と情報解析
⑤発育発達と加齢による技能構造と学習者の適時性の検討

[2]健康・スポーツ科学実習Ⅱの目標及び内容

(1)目標

実習Ⅱにおいては、生涯スポーツの立場から生涯にわたるライフステージにおいて、個人の年齢・体力・選好に応じたスポーツを行うための知識、技術及び実習Ⅰのスポーツ科学を基にして、適切なスポーツを楽しく行えるような実践能力の開発を目的とする。

(2)内容

以下に示すスポーツコースの中で開講されるコースを一つ選択し学習する。

ニュースポーツ　エアロビクス　ＳＰＳ（Speed•Power•Strength）　テニス　卓球　ハンドボール　バドミントン　バレーボール　バスケットボール　野球・ソフトボール　サッカー　ラグビー＆タッチフットボール　柔道　剣道　合気道

7．おわりに

大学改革の方向を示すキーワードとして、個性化、高度化、活性化などがあげられている（佐藤，1994）。平成５年度から健康・スポーツ科学実習の名のもと、新しいカリキュラムでの授業を行ったところ、前述の通り全学生の６割が授業に対し満足感を抱いていた。その原因のひとつに工夫あるカリキュラムばかりでなく、教員の授業に対しての創造的教授もあげられよう。この教員の活性化につながった今回の授業改革は成功したものと思われる。

２１世紀社会を切り開く学生のために、われわれは自己点検・自己評価を行い、学生にとって魅力ある価値の高い科目になるよう、絶えず創意・工夫・努力を忘れず、より良い健康・スポーツ科学実習の創造を目指していかなければならない。

参考文献

井門富夫(1985)『大学のカリキュラム』 玉川大学出版部.
神戸大学一般教育等改善検討研究会(1986)『一般教育に関するアンケート報告書』.
佐藤禎一(1994)「これからの大学」『大学体育』第51号.