

法政大学学術機関リポジトリ

HOSEI UNIVERSITY REPOSITORY

PDF issue: 2024-10-06

共通テーマ「法政大学の体育授業について」 ： 学生たちの学び、気づき

越部, 清美 / KOSHIBE, kiyomi

(出版者 / Publisher)

法政大学体育・スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

法政大学体育・スポーツ研究センター紀要 / 法政大学体育・スポーツ研究センター紀要

(巻 / Volume)

30

(開始ページ / Start Page)

98

(終了ページ / End Page)

99

(発行年 / Year)

2012-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00007817>

学生たちの学び、気づき

越部清美

大学に入学して、体育実技の授業が必修として課せられていることを知り驚く学生は多い。心からうれしく思う学生たちと、反対に困惑した表情でいる学生たちである。

筆者は、その困惑した学生たちにさりげなく寄り添うようにして授業を展開している。すると、「どうして大学生になってまで嫌いな体育の授業を受けないといけないのか」や「正直、大学に入ってまで体育をやるのかと残念に思った」学生たちが、1年後には「運動することが前よりも嫌いではなくなった」や「1年間、授業を受けてつくづく週1回の体を動かす時間が大事だったのだなあと思った」に、学生の意識が変容していくのである。授業担当者として、ほっとする瞬間である。授業を担当してよかったと思う瞬間でもある。

本稿では、2011年度の「スポーツ総合1」の授業を1年間履修した学生たちの生の声を取り上げながら、学生たちの学びや気づきについて記してみたい。

「1年間を振り返って、この授業で何を学んだか」についての質問に、学生たちは自由にのびのびと答えてくれた。学生たちのコメントをからだについて、他者との関わり（コミュニケーション）について、その他に分けて、1部分であるが紹介する。

からだ

- ・体を動かす楽しさを実感することをこの授業で得た
- ・ただ楽しいだけではなく免疫力をつけたり、疲労回復につながったりすごく大切なことを学んだ
- ・体を動かすことで気分がスッキリすることに気がついた
- ・体の喜びに気づき体を動かす大切さを学び、体のためにやるという意識が変わった
- ・体のほぐし方、ケアの仕方、体を癒す面について学べた
- ・有酸素運動の大切さや効果の知識を得た
- ・自分のからだ向き合うことができた
- ・自分の体を知ることによってこれからも体のことを考えてあげよう、そういう考えが生まれた
- ・日常生活の中で運動って体にとって必要不可欠なんだなとしみじみと感じた
- ・体・心・心との関わり・・・運動によってたくさんのいい効果が生まれるということ学んだ
- ・運動は、体の調子を知る最良の方法だと感じたので、これからは積極的に運動したいと思った
- ・脈拍を測るようになった（体調管理の面で成長した）

他者との関わり（コミュニケーション）

（ダブルス）

- ・フォローしあったり、声をかけることの大切さについて学んだ
- ・相棒を思いやりながら動く、という難しさでできた時の喜びを学んだ
- ・息を合わせてプレイすれば良い試合ができ、最後には、全勝チームとして名前を呼ばれた

（3人以上のチーム）

- ・人と一緒に行動することの楽しさ、大切さを学んだ
- ・友達とのチームワークや協力を学んだ
- ・思いやりや信じる気持ち、一緒に考えて喜び合うこと・・・を感じることができた
- ・協力し合い助け合うことの大切さを知った
- ・仲間がいないとスポーツはできない。仲間の大切さを実感した
- ・協調性を学んだ
- ・人間関係やチームワークなどといった人との関わりについてたくさん学んだ
- ・応援やアドバイスをしあって、チームの技術力や結束力を高めたり声をかけあうことで、より楽しく試合ができる事を学んだ
- ・チームの時にもっと積極的に貢献すればよかった、と思ったところがある。これからも少しずつ人見知りを直していきたい
- ・友達と交流しながらスポーツをする楽しみに気づいた
- ・スポーツは人と人をつなぐものであるということ学んだ
- ・友達の新たな一面、意外な一面を見る事ができた。これがスポーツの良さなのではないかと思う
- ・楽しんでスポーツを行えば、段々と知らなかった人とも交流ができるし和が広がるなあと思った
- ・チームで行うスポーツは、この集団で自分はどの役割を果たすかを自分で見極めて動く必要がある。それは、スポーツに限らず、社会の中でも重要である。それを学ぶ役割がスポーツ特に体育の授業にはあると思った

その他

- ・感性力も得た授業だった
- ・スポーツが上手な人だけ楽しめるというのではないと気づいた
- ・運動が苦手な私でも楽しめることが多かった

- ・グループワークでリーダーをまかされ、上にたつ難しさを改めて知った
- ・動きを分析し人に教える難しさを学んだ・・・この作業の中で、運動に対する理解を深める事ができた

ある学生のコメントを紹介する

「人と一緒に行動することの楽しさ、大切さを学びました。卓球などの競技ではいかにペアの人と良い関係になるのかを考えることも身についたし、創作ダンスではみんなと1つの作品を創り上げていくことの難しさ、協調性の大切さ、ダンスをみんなと創り上げたことに対する心地よい達成感も感じられました。運動することを通して友人とより良い関係を築くことができたと思うし、以前よりも相手を思いやる心が芽ばえたと感じます。運動をするときは、みんな普段より素直になれるのだということも感じて、それを通して今まで知り合いではなかった人とも仲良くなれたりしたこともあり、運動することは、ただ単に体のためだけではなく心を養うためでもあるのだということを感じました」

授業の主役は、何といっても学生たちである。その学生たちが、1週間に1回、90分の時間の中で、毎回顔見知りの仲間たちのいる空間の中で、安心してまごとの自己を投じる事ができるように環境を整える事が授業担当者の役目であると思われる。

また、体育実技の授業では、身体活動の必要性を（運動が好きな学生たちだけではなく）すべての学生たちにいかに気づかせるか、が重要であると思われる。そのためのしかけをこれからも創意工夫しながら考えていきたい。教育者としての責任でもある。