

## 資料

## スノー・スポーツ指導の留意点を考える ～指導者への手記～

新井野洋一\*

このたびは、ご多忙の中、「スキー&スノーボード実習」の指導をお引き受けいただき、本当にありがとうございます。私どもの誇りは、25年間のスノー・スポーツ指導で1度も事故を発生させたことがないことです。毎年、「そろそろ…」という悪い予感を自覚して企画・運営・指導するよう心掛けてきた結果かもしれません。以下に実習の概要を説明させていただきますとともに、責任者として、若干のお願いを申し上げます。優秀なる先生方に対して、誠に失礼なこととは存じますが、ご一読いただき教育、指導のご参考にしていただきたいと思います。

### A. 愛知大学と本学体育の概要

愛知大学は、豊橋校舎（経済学部、文学部、国際コミュニケーション学部、経済学部2部、短期大学部）、名古屋校舎（法学部、経営学部、現代中国学部）、車道校舎（法学部2部）の3キャンパスからなっています。体育の授業は、豊橋校舎の豊橋体育担当者会議（専任教員3名）、名古屋校舎と車道校舎の名古屋体育担当者会議（専任教員4名）が設置され、かなり独立した責任組織として体育カリキュラム、授業計画、実践を行っています。なお、研究組織としては、豊橋体育研究室と名古屋体育研究室を持っています。したがって、キャンパスごとに体育科目の名称や教材、単位の認定方法などに相違があります。今回は、豊橋校舎の体育実技を中心に紹介します。

豊橋校舎の体育実技は、①心身ともに健全な社会人、②文化としての体育・スポーツの良き理解者、③生涯スポーツ実践者、の育成をねらいとして、「体育実技Ⅰ」（2セメ配当、必修1単位）と「体育実技Ⅱ」（3セメおよび4セメ配当、

必修1単位）から構成されています。「体育実技Ⅰ」は、班分けされた学生が1～4週間ごとに異なったプログラム（教員はプログラムごとに固定）を半年間かけて消化していくという授業形態です。さまざまなプログラムを平等な形で学習することができるというメリットがありますが、担当者が半年間固定するやり方によって人間関係が希薄になりやすいというデメリットもあります。一方、「体育実技Ⅱ」は、生涯スポーツの探究をテーマとして、一つのスポーツ種目を選択して学習するものです。学内での通常授業（3セメ配当、1時限90分、バスケットボール、バドミントン、バレーボール、サッカー、ゴルフ、中国武術など）と、学外での集中（合宿）授業＝集中実技があります。

上記のような体育カリキュラムを実施して5年目です。2002年度からは、以上の体育カリキュラムに加えて、名古屋校舎では3.4年次生を対象とする「選択実技」を実施します。また、豊橋校舎の体育教員2名は、経済学部経済学科に新設する「人間環境コース」において健康・スポーツ情報論、スポーツ経済・社会学、健康行動論などの科目とゼミを担当することになっています。なお、名古屋校舎では必修の講義科目として「体育科学」が設置されていますが、豊橋校舎では選択科目です。

豊橋校舎の集中実技として設置しているプログラムは、ウインドサーフィン（奥浜名湖、30名）、ゴルフ&テニス（野沢温泉、50名）、そしてスキー&スノーボード（90名）です。名古屋校舎で実施している集中実技は、カヌー（愛知池、40名）、ゴルフ（新城本宮山、20名）、スキーorスノーボード（白樺湖、45名）です。互いのキャンパスの種目を選択できるようになっています。

\* 愛知大学経済学部教授・共通科目運営委員長・体育担当者会議責任者

## B. スキー&スノーボード実習（他大学への紹介文から）

【目的】スキーとスノーボードというスノー・スポーツ種目を、生涯スポーツとして実践するために必要な知識、技術、マナーを習得することです。

【内容】4泊5日の合宿形式（3食とも宿舎）で実施しています。受講生を、「前半にスキー・後半にスノーボードを実習するグループ」と「その逆のグループ」の2つに分け、どの学生もスキーとスノーボードの両方の実習に参加する授業形態をとっています。このことが本学の実習の特徴と言えます。

実習内容は、スキーについては、簡単な実技テストにより能力別班編成を行い、初心者班は用具に慣れる段階からブルークボゲンで中級コースの滑走ができる程度の発展を目指しています。スノーボードの普及によって受講生の約半分以上がスキーの初心者という現象を示しています。多くのゲレンデと滑走状況を経験する機会をつくっていただくよう指導者をお願いしています。スノーボードの実習内容は、スキーと同様に能力別の班編成を行い、日本スノーボード協会「スノーボード講座」(<http://www.so-net.ne.jp/jsba/outline/index.html>)の内容にほぼ従う形で展開しています。

なお、夕食後の講義プログラムとしては、講習中に撮影したビデオテープによる技術指導と指導者全員のスノースポーツに関する3分間スピーチを行っている程度です。各班担当者の許可を前提としてナイター滑走を認めているからです（もちろんパトロール担当指導者を決めています）。

【会場】実施時期（1月下旬～2月上旬）に十分に雪があること、多様な技術に対応できる地形を持っていること、近距離に宿泊所を設置できること、事故防止体制が整っていること、あまり混雑しない練習場所が確保できること、生涯スポーツとして卒業後に利用しやすいことなどの観点から、長野県梅池高原スキー場を利用させていただいています。宿舎は、

ゲレンデ近くのロッジを貸切という形で使用しています。交通機関は、貸切バスです。

【スタッフ】受講生は約80名前後で変動するので、それに対応させて指導者数を指導者一人あたり学生9人未満を厳守して決定しています。スキーの指導者は、全員がスキー技術と指導歴に優れた大学専任教員です。スノーボードの指導者は、日本スノーボード協会から派遣していただいています。全員が、トップ・デモンストレーターです。早い時期からスノーボードを教材にしたため、優秀な指導者を探すことが困難だったことが、お願いした動機です。

さらに、本学の実習には、総責任者（いわば校長先生としての専任教員1名）と専任職員1名が同行します。総責任者は、緊急時の本部長として指揮をとるのが最大の任務です。職員は、緊急時の本部事務、予算執行、決算、単位認定の準備など事務を担っています。しかし、日常的には、携帯電話、トランシーバーの発達を最大限に利用して、総責任者は各担当者からの依頼にしたがって特殊な学生に対する指導を補助し、職員は実習風景のビデオ・写真撮影、リフト券購入などついでに学生たちの相談役として機能してもらっています。

【予算】学生から徴収する実習参加費の内訳は、宿泊費（全食事付）、交通費（貸切バス往復）、傷害保険代金、腕章代（大学名が入った蛍光色の腕章にネームを記入しゼッケン代わりに使用）です。学生は、これ以外にリフト券代、用具をレンタルする場合の代金を全額自己負担します。指導者にかかわる費用については、他の講義、実習と同様に教学費用として大学が負担しています。なお、スキーの指導者は非常勤教員として正式任用し、スノーボード指導者はインストラクターという身分で予算化しています。

\*日程、指導体制、技術指導メモ、用語解説、宿泊施設、スキー場案内などを冊子として学生に配布しています。

### C. 実習で心掛けていただきたいこと 学生と指導者の関係は？

この実習は紛れもなく大学の授業です。そして、技術指導の時間、生活時間のすべてが授業と考えています。だからこそ、通常の半年分の単位を認定しているのです。まず、学生とは対等な大人の付き合いをして下さい。しかし、指導時間中は、技術向上に燃えているが何も知らない子供だと考えて下さい。したがって、指導中のあらゆる事柄についての責任は、原則的にはすべて指導者にあるのです。指導者は、実技がうまいだけではダメなことはお分かりでしょう。難しいことですが、人格者であることを終始心に留めておいて下さい。

ねらい(目標値や効果)を追究し続ける勇気を！

この実習のねらいは、先述したとおり「スキーとスノーボードというスノー・スポーツ種目を生涯スポーツとして実践するために必要な知識、技術、マナーを習得すること」です。しかし、それだけではありません。合宿形式の授業を通じて集団社会における行動の仕方を学習してほしい。また、冬季の自然をみつめて自然環境の恩恵を理解し、スノー・スポーツ文化や環境保全について学んでほしいというねらいもあります。その出発点として、この実習を成立させてくれる「自然」が、いかなる手段を使っても、私たちの手で制御することが不可能な対象であることを認識しなければなりません。楽しさの追求や技術の上達に走りすぎて、「自然」とのかかわりに求めたねらいを見失わないようにしましょう。

何よりも大切なことは、ねらいを明らかにし、公表する習慣を持つこと。そしてそれを読み返して悩みつづける勇気を持つことです。ねらいを具体化した「到達すべき目標値」や「期待される効果」の科学性を求め続ける努力も怠ってはいけません。指導者のこのような姿勢があつてこそ、ねらいと実際の教育指導内容との整合性をチェックすることができるのです。初回の講習時に、学生に対して、自己紹介にとどまらず、指導上のねらいとそれをめぐ

る現在の悩みを指導者それぞれの表現で示して下さい。

スキーとスノーボードを教材にする意味を問い続けましょう！

わが国の大学体育が、スキーやスケートといった冬季スポーツを教材にした歴史は決して古くはありませんが、最近教材化されているニュースポーツに比べれば、一定の実績を示してきたことも事実です。問題は、いかなるスポーツ種目を教材として選定しプログラムを組むか、その基本姿勢というか理由付けを明確にしておくことです。ことに、「生涯スポーツ」という新たな概念の登場は、体育教材の選定作業において、あたかもスポーツ実施人口に対応するのが必然であるような理解を深化させています。つまり、スノーボードを例にすれば、スノーボード人口は刻々と伸長し、実際のゲレンデにおけるスノーボード実施人口は総数の40%を上回っているといったデータから、「スノーボードには生涯スポーツにつながる歴然とした見通しがある」「だから大学体育の教材にすべきだ」という判断になっているようです。

このような論理は、横断的なデータによる短絡的な組み立てに過ぎないのです。実施人口が多いとか潜在的な人気が高いといったことで教材化することは、体育教育の本質や将来性の論議から逃避することだと言えましょう。生涯スポーツの概念が、人生やそこにおけるスポーツのあり方について縦断的視点を強調するものであることを熟考しつつ、なぜ今スキーやスノーボードを体育教材にすべきかを問い続けたいものです。

needs と wants の違いを認識しましょう

教育は、社会的責任をもつ活動です。それがゆえに、ひとたび実習をめぐって事故など社会病理が起きると、教育者側の管理責任が追及されるわけです。学生たちの欲求(wants)は、必ずしも社会的要請(needs)と一致するものではありません。生物学を学ばずして医学の領域に、また数学的な思考なしで経済学に踏み入る

学生の問題と類似しているようにも思えます。要は、「楽しくて、安くて、自由時間があって、練習が厳しくなくて、とにかく上手になれて……」という声に、無意識的に翻弄されていないか振り返るべきだということです。時間やコスト、効率性、学生の自由性などを熟慮しながら最大限の効果を期待して授業運営を行うあまり、知らず知らず狭い範囲の学習内容に執着していないか再検討したいものです。学生に対して、「やってあげたいこと」と「やってもらわねば困ること」を区別して指導しなければならないということです。

集中的な授業形態が日常的、継続的な努力を剥奪する危険性を自覚しましょう！

心洗われるような白銀の世界という特殊な自然環境が人工的に制御可能な対象に変質していますが、スノー・スポーツを通常授業として設定し、日常的かつ継続的に実施できる大学は数少ないでしょう。そのため、一定の環境を求めて集中的に学習するシステムを導入しているわけです。また、スポーツ技術の向上という観点から考えると、種目によっては集中的なトレーニングが適切なものがあり、スキーやスノーボードもそのひとつかもしれません。

ところで、健康の維持や体力向上という側面から考えれば、30～40分の運動を一週間に3回以上実施しなければ実質的に意味のないことは周知のとおりです。もちろん、健康という側面とは異なることも期待されています。とにかく、必修の単位であることも手伝って、集中的な授業形態は、学生たちに「その期間我慢すれば単位がもらえる」という意識を醸成する可能性が強いようです。また、身体活動の生活化、習慣化という観点から考える時、集中的な授業形態は、「継続的な努力を剥奪する危険性」と「文化としてのスポーツに対する理解の偏向」をつくりあげる可能性があることも忘れてはなりません。そのような意味から、スノー・スポーツ実習の事前教育、事後教育の充実を強く痛感するものです（現在は不十分です）。

## D. 安全なスキーの楽しみ方

健康管理・安全管理をお願いします

- ・ 毎回、「体調はどうか？」と質問して下さい。（疲労度、寝不足や風邪、便秘等）
- ・ 毎回、準備運動を十分にやって下さい。（ストレッチとジャンプ運動を念入りに）
- ・ 毎回、用具（緩んでいるネジやベルトがあるか？）と服装（防水性？）のチェックをして下さい。（初回講習では特に念入りに）
- ・ 携帯品の危険性について注意（つり下げ式のリフト券ホルダー、腕時計、携帯電話、ブレスレッド、ピアス、ネックレス）して下さい。
- ・ スノーボードのハイバックを倒す習慣を指示して下さい。
- ・ スキー板、ストック、ボードの持ち方、運び方を徹底して下さい。
- ・ 傷害保険に加入させてますが、それはお守りだという認識をもたせて下さい。
- ・ 2時間を越えたら、必ず休憩をとって下さい。
- ・ 講習終了時には、次回の集合時間・場所とともに疲れ具合を把握して下さい。

### 班分けテストの注意点

- ・ 用具（緩んでいるネジやベルトがあるか？）と服装（防水性？）のチェック
- ・ スノーボードの場合、スタンスのチェック（レギュラーかグーフィーが正しいか？）
- ・ 自己申告した経験頻度や技術レベルの変更を確認
- ・ リフトに乗ってすぐに滑ることなどは避けること
- ・ 1回だけでも判断できるでしょうが、いくつかの課題を明示し複数回テスト
- ・ 受講態度に問題があると思われる学生をチェック

### 初回講習の指導について

- ・ 自己紹介と指導のねらいを明示
- ・ 健康管理・安全管理
- ・ 初心者には、転倒法の徹底
- ・ 集団学習であることを徹底

## 事故時の対応は？

- (1) 傷害者の救助を第一に優先すること
- (2) 現場の安全確保
- (3) リフト乗り降り場へ連絡
- (4) 授業担当者、他の指導者へ連絡
- (5) 事故時は以下の事を記録することに留意
  - ・ 事故の日時・場所
  - ・ 相手の氏名・連絡先・宿泊先・携帯番号
  - ・ (必要なら) こちらの氏名・連絡先・宿泊先・携帯番号

## 楽しみ方指導の基本姿勢は？

- ・ 怖がらせない指導 (特に女子には絶対必要) をして下さい。
- ・ スピードを出させる必要はない。ほとんどの技術は、緩・中斜面で十分です。
- ・ 他の指導者の指導内容や他の班の技術進捗状況を見ても、絶対に焦らない。
- ・ マインドコントロールに時間を浪費したり、体力の消耗につながることを避ける。
- ・ 強制しないで自ら進んで技術上達にチャレンジするまで待つ我慢を持ちましょう。
- ・ ルール・マナーを適時、指導することを忘れない。
- ・ 危険な行動をとる学生には毅然として注意。怒るよりも叱る態度が必要。
- ・ チャレンジさせるべき時と、慎重さを要求する時とを区別しましょう。
- ・ 楽しさがわかり、「またやってみたい」という気持ちを起こさせたら大成功。
- ・ グループ行動の楽しさを味あわせて下さい。

## さらに楽しく滑るために

- ・ 上達のために、ゲレンデ選び、ゲレンデの斜面選び、課題設定を慎重に。
- ・ 急いで次の技術に移る必要はない。
- ・ 口頭説明が長く頭が飽和状態になることを避けて下さい。
- ・ 流し形指導法 (指導者はリフト中央部で待機して指導する) を活用して下さい。
- ・ グループで滑る楽しさを知らせて下さい。

- ・ スポーツの歴史、ターンの科学的メカニズム、自然の美しさと怖さなどを教えて下さい。
- ・ 上級者には、初心者への指導法や思いやりを伝えて下さい。

## 自由滑走についての注意

- ・ 無理なスピードを出さない、無理なゲレンデを滑らない。
- ・ 講習で使用したゲレンデ及びリフトを指定。
- ・ 一人では滑らないで、必ず二人以上で滑る。
- ・ 腕章 (大学と氏名入り) を必ずつけること。
- ・ 必ず指導者の居場所を教えるから開始する。

## 学生の実習評価を紹介します (実習終了後の授業評価アンケート結果の2年分)

- ・ 費用: 55%の者が「高い」、35%が「妥当」、10%が「安い」という評価。
- ・ スキー場: 「広い」という感想がほとんどで、批判はない。
- ・ 宿舍: 「食事がおいしい」と評価は高い。批判はゼロ。
- ・ 指導体制: 95%の学生が「先生たちの指導がわかりやすかった」と評価。
- ・ 授業の全体評価: 「よかった」97%、「普通」3%
- ・ その他: 「単位に関係なくとも受講可能ならば参加したいですか?」という問いでは、59%が「参加したい」、「わからない」が38%、「参加しない」が3%。  
\*「スキーとスノーボードのどちらかだけをやりたかった」という感想を述べた学生は全体の7%に過ぎない。(ガイダンスで、スキーとスノーボードの両方を経験することの意図が徹底されているためであろう)

専任の事務職員が同行し実習事務を処理することやスノーボードの指導をトップ・デモンストレーターにお願いできていることなどは少々珍しいことです。しかし、それらは、決して実習成立の絶対条件ではありません。私たちの生活にかかわるすべての現象は、ある理想的な基

準から照らしてみれば、必ず欠陥や矛盾のひとつくらいは発見されるものです。集中という授業形態、スノー・スポーツという教材、教育者でないスポーツ指導者の登用などには、メリットとデメリットの両面を内在させているのです。ただ、だからと言って闇雲ではまずかろうということ。「完全は不可能」と、改革、改善の論議から逃避するような居直った発言は止めたいものです。要は、メリットを伸ばしデメリットを減らす努力を繰り返すしかないように思います。

人間あるいは人間が考え実践することはすべて不完全でしょうが、だからこそ、私たちは、体育という科目を通じて、「完全を求めつづけ

るプロセスにこそ最大の価値があること」を教育しているのではないのでしょうか。時に、自分たちの教育を他人の前にさらけ出し、お互いに批判しあうことが大事ではないかと考えています。どうぞご指導よろしく願い申し上げますとともに、この機会にご意見、ご鞭撻を賜れることを期待しております。

(参考文献・資料)

- ① 新井野 洋一「スポーツ社会病理～基礎理論の検討とスノー・スポーツ事故防止を事例とした試論～」『愛知大学体育学論叢』第9号、2001.3
- ② 新井野 洋一「スキー&スノーボード実習紹介」『大学スキー研究会2002年会誌』2001.11