

## 大学と行政の協働による地域の 健康スポーツ指導者養成プログラムの開発

齊藤 恭平<sup>\*1)</sup>      鈴木 哲郎<sup>\*</sup>      神野 宏司<sup>\*</sup>  
古川 覚<sup>\*</sup>      岩本 紗由美<sup>\*</sup>      金子 元彦<sup>\*</sup>  
鈴木 智子<sup>\*</sup>      嶋崎 博嗣<sup>\*\*</sup>

### 要旨

本研究は朝霞市スポーツ行政事情を鑑み、東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科と朝霞市教育委員会スポーツ課との協働による健康スポーツ指導者の養成プログラムを開発し実施することを目的とした。朝霞市教育委員会の協力によるアンケートで得られた学習ニーズに基づき3日間で90分×8回のプログラムを提供した。参加者(22名)の評価は肯定的であり、指導者のスポーツ指導能力の向上が期待される。また、今後の行政との協働によるこの種の講習会が期待できる。

### 1、研究背景

東京オリンピック以降の国内のスポーツ振興においては、学校教育における体育や運動部を基本とした学校スポーツが個人のスポーツ中心主体であり、その延長線上にある企業スポーツやプロスポーツがスポーツ振興の主役として機能してきた。しかし昨今の少子化現象は学校スポーツにおける単一学校単位の他種目の運動部経営を困難にし、子どもたちの多様なスポーツの選択性を狭めている。また経日本経済の不況は企業スポーツにも大きく影響しており、企業のスポーツ離れやプロスポーツのスポンサーシップの弱体化など、国内のスポーツ振興の発展にマイナスの影響を及ぼしている実態にある。

このような中、政府は昭和36年に制定されたスポーツ振興法を基本として地域のスポーツ振興に力を注ぎ、平成12年からはスポーツ振興基本計画のもとに「子どもたちの体力向上」と「生涯スポーツ社会の実現」「国際競技力の向上」の3つを目標に「スポーツ施設の整備充実」「優れたスポーツ指導者の養成確保」「多彩なスポーツ振興事業の展開」「スポーツ団体の育成・支援」を柱とした更なるスポーツ振興を推し進めている現状にある。

東洋大学ライフデザイン学部の存在する朝霞市のスポーツや運動に関する事情を概観すると、スポーツ少年団の登録者率は埼玉県内でもトップレベル、中学校や高校の陸上競技などでは全国的な成績を収めており、スポーツ振興に関する一定の成果が見られるものの、一方で小中学生の体力レベルは埼玉県の中でも下位に属するなど、問題点も指摘される。行政としては近年、新たにスポーツ振興計画を策定し、新たなスポーツ振興のチャンスを模索中であり、その中でも特に大学との連携や協働によるスポーツ事業を検討している。

<sup>1)</sup> 研究代表者

<sup>\*</sup> 東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科

<sup>\*\*</sup> 東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科子ども支援専攻

## 2、研究の特徴

本研究はこのような朝霞市行政の事情も鑑み、東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科と朝霞市教育委員会スポーツ課との協働による健康スポーツ指導者の養成プログラムを開発し実施することを目的とした。また将来的には現在は朝霞市が単発で開催している指導者養成講座と連動し朝霞市独自の市民スポーツ指導者養成プログラムへと発展させていくことを期待した。

行政が開催するスポーツ指導者向けの学習会や講座の内容は、一般的には取り組む行政側の担当者レベルの判断によって決定される場合や、日本体育協会が規定しているスポーツ指導者養成のカリキュラムなどに沿って実施されるものが多い。しかし本研究ではスポーツ現場で指導に携わっている市民指導者を対象にアンケートを実施し、その結果からプログラムを作ることを特徴とした。

## 3、研究結果

### (1) アンケート結果

アンケートは朝霞市教育委員会の協力により朝霞市体育指導員および体育協会加盟の団体指導者79名を対象として、自由記入形式により指導歴、指導対象、指導種目、指導に関する悩み、スポーツ指導に関する学習ニーズについて回答していただいた。アンケートの回収は67名分(84.8%)、回答者の平均年齢は54.5歳、平均の指導歴は22.8年であり、サッカー、テニス、バスケットボール、野球、バレーボール、卓球、陸上、ソフトボール、合気道、ラグビー、バドミントンなどの競技スポーツをはじめ、健康体操やエアロビクス、ユニカールなど多様な種目であった。

指導に関する悩みとしては「指導方法に関すること」「組織の維持管理に関すること」「成長発達とスポーツの関連」「参加者のモチベーション向上に関すること」「最新知識の不足」「ケガへの対応に関すること」「施設や場の確保、用具不足に関すること」「対象者とのコミュニケーションに関すること」などが多かった。

学習ニーズに関しては、ストレッチ、最新のトレーニング、体幹トレーニングなどの「運動方法に関すること」、また、安全確保、楽しい指導、会話力、子ども・高齢者・多世代指導などの「指導方法に関すること」、他には「自身の競技種目スキルアップに関すること」「体力測定や運動処方(プログラミング)に関すること」「ケガの処置やスポーツ栄養、サプリメントに関すること」「組織の維持管理・マーケティングに関すること」が多かった。

### (2) 養成講座プログラム

アンケートで得られた学習ニーズに関する個人データや、まとめた結果を学内の専門教員で閲覧し、それぞれの専門分野から提供できる学習プログラムを提示することにより、日程表に示したような講座のプログラムを設定した。ただし、昨年は3月11日の震災により中止延期となり、後日5月28日から6月11日に日程を変更して実施した。

参加申し込みは30名以上あったが、震災による日程変更もあり、実際の受講者は22名となった。



写真1



写真2

スポーツ指導者スキルアップセミナー日程表

3月12日(土)

10:00~10:30	開講式(ガイダンス)
10:40~12:10	「多様な対象者を含む場合のコーチングの方法」 初心者から上級者、レク志向から競技志向の方々まで、多様な人びとを含む集団を対象としたコーチングについて解説します。 講師：健康スポーツ学科 准教授 金子元彦 (専門：スポーツ方法学)
13:00~14:30	「スポーツ指導に役立つ栄養学の豆知識」 スポーツを行う際に何を食べ、何を飲むとよいかを簡単に解説したいと思います。 講師：健康スポーツ学科 准教授 古川 寛 (専門：生理学、運動生化学)
14:40~16:10	「体幹トレーニングの基礎」 競技者にとって最も重要な体幹のトレーニング方法に関して、解剖学的な知識を基本に具体的なトレーニング方法を詳しく解説します。 講師：健康スポーツ学科 准教授 岩本紗由美 (専門：リハビリ・リハビリテーション)

3月19日(土)

10:40~12:10	「健康づくり、体力づくりと体力測定」 己(自分)を知り、敵(目標)を知ることが健康維持にもスポーツにも重要です。落とし穴を理解しながら役立つ体力測定をするためのポイントを解説します。 講師：健康スポーツ学科 教授 神野宏司 (専門：体力学、健康増進科学)
13:00~14:30	「ここからからだのダンスエクササイズ “アイダアイダ” を体験しよう」 アイダアイダは文部科学省「子どもの体力向上キャンペーン」の一環でつくられた、誰にでもできるダンスエクササイズです。上下肢の運動に着目した身のこなしを体験しましょう！ 講師：健康スポーツ学科 講師 鈴木智子 (専門：運動学、ダンスエクササイズ)
14:40~16:10	「健康のための運動処方基礎知識」 中高年を対象とした安心・安全・効果的な健康運動の処方に関して詳しく解説します。 講師：健康スポーツ学科 教授 鈴木哲郎 (専門：運動生理学)

3月26日(土)

10:40~12:10	「子どもの“からだ”の問題と運動指導の展開」 今、子どもの身体に何が起きているのかという事実を踏まえ、運動指導を実施していく上での課題を考えていきます。 講師：生活支援学科 教授 嶋崎博嗣 (子ども支援学専攻) (専門：幼児健康学)
13:00~14:30	「地域における健康づくり・スポーツ振興のポイント」 健康づくりやスポーツを通じた地域振興・まちづくりの方法について解説します。行政サービスの受け手としてだけでなく、皆さんが主体となった健康づくり・スポーツ振興を考えましょう。 講師：健康スポーツ学科 教授 齊藤恭平 (専門：健康社会学、リハビリテーション)
14:40~15:10	修了式

### (3) 受講者の評価

各回の講座内容に関する評価を感想の自由記載により実施した。大学での教育や研究に関する専門知識の提供したこともあり、知識内容に関しては一様に満足する内容であるとの評価を得ている。参加者にとって「直接的にほしい情報が得られた」という評価も多く得ている。また「科学的根拠に基づくスポーツ指導の重要性への気づきのきっかけとなった」という評価も多く得られている。「東洋大学（健康スポーツ学科）へ入学したくなった」「有料でもこのような講座は受講したい」「次年度も継続してほしい」など多くの肯定的評価をいただいた。一方で講義が中心のプログラムであったため、「実技を入れてほしかった」という意見や、指導対象を絞った内容を求める意見、参加者募集の広報手段に関する意見など否定的な意見も一部見られた。

## 4、考察と今後に向けて

本研究課題は「大学と行政との協働」を主要なテーマとしたものの、協働の内容が限定された結果となってしまった。本事業の起案から実施にいたるまでのほとんどが大学主導で、一部、アンケートの集約や講座プログラムの中の一部（朝霞市のスポーツ振興について）を朝霞市教育委員会が担当するといった内容に終始してしまった点は残念である。本来であれば起案から事前調査、プログラム内容の決定、実施、評価に至るすべてのプロセスを大学と行政担当課で共有し協働していくことが、今回の研究テーマが本来目指すべき方向であったであろう。しかしながら、今回の取り組みが今後、本学部健康スポーツ学科と朝霞市とのスポーツ振興を通じた協力関係の一つのきっかけであったことは事実である。

また参加者の評価をみたとき、今回の講座プログラムが市内のスポーツ指導者へのアンケート結果を反映させているため、指導者のニーズに呼応する内容となり、朝霞市のスポーツ振興事情に応じた内容が提供できた点は評価されるものであると考えられる。このような内容の講座を今後も継続させていくことにより、適確な知識を持つ市民スポーツ指導者が多く育ち、結果として朝霞市全体のスポーツレベルや環境の向上に貢献できることが期待できる。一方でこのような講座は市民指導者のエンパワメント効果やモチベーション向上の効果が期待できるが、エンパワメントされた市民による総合型地域スポーツクラブの可能性やNPO等の設立も期待したい。

今後もこのようなスポーツ環境づくりの中心として大学が機能することが必要であり、大学と行政、市民との協働による更なるスポーツ環境の創造が継続されることが重要である。