

# 野外運動（雪上）

井村仁

体育専門学群

人間総合科学研究科体育科学系准教授

（いむら ひとし／野外運動）

体育専門学群の野外運動（雪上）についてご紹介します。（野外運動とは、自然を舞台に展開されるスポーツ全般をいい、具体的にはキャンプ、登山、サイクリング、スキンドайビング、スキーなどの活動である。近年、学校教育における自然体験学習の必要性が指摘され、野外運動の果たす役割が増大してきている。）

この授業は、体育専門学群2年次生100名を対象としたもので、以前筑波フォーラム第71号で紹介された「水泳実習（臨海）」との選択必修科目です。この2つの授業は、学内の諸施設を利用して行われる他の実技実習とは異なり、100名以上の学生が、学外で、1週間弱にわたり集団生活をしながら学習する所に特色があります。体育専門学群の学生は、自分の得意とする運動クラブを中心に普段活動しているために、自分の専門外の学生や教員と交流する機会が少ないので、実習を通して学生同士、あるいは学生と教員同士が理解し合い、筑波大学の良さを理解する機会となっています。

それでは、具体的に授業内容をご紹介します。実習場所は、長野県菅平高原スキー場で、学生・スタッフ合わせて約120名が文部科学省体育研究場に宿泊して実習を行っております。菅平には、本学の施設であります筑波大学菅平高原実験センターがありますが、宿泊人数の関係から残念ながら使用していません。しかしながら実習中、クロスカントリースキーを利用した自然観察の場として時々利用させていただいております。

この授業は、「アルペンスキーを中心としたスキーの知識・技術・指導法等を学習する」ことを目的にしており、1) スキー技術の向上、2) 人間関係の深化、3) 自然の理解、を具体的な目標としております。10人以下の能力別班構成でスキー技術の向上を図りながら、菅平の自然について、スキーの安全や技術について毎晩講義があり、幅広くスキーを体験しながら理解するよう配慮しております。また、メインプログラムとしては根子岳（2207m）スキーツアーがあり

ます。以前は多くの大学が実施していましたが、現在では筑波大学だけがやっている活動です。講習で利用しているアルペンスキー板にシールと呼ばれる登高用の用具を装着し約5時間かけて冬山を登ります。山頂に着いたらシールを外し、根子岳の山頂から麓のゲレンデまで一気に滑走する、ほぼ1日がかりの活動です。最近では温暖化、異常気象の影響で、1月に降雨があったり、強風にあたりして、計画を断念しなければならない年が増えてきています。根子岳スキーツアーの他に、クロスカントリース

キーによるゲレンデ外の自然散策やポールを用いた練習、集団で色々な体形を作り滑走するフォーメーションスキーなど、様々な体験を通してスキー文化を理解します。

今年度参加した学生の感想をいくつか紹介したいと思います。

『雪上実習で部活の杵というものが壊せて、とてもよかった。今まで私はなんでもったいないことをしていたんだろうと思う。スキー実習に来ていたメンバーと仲良くなったので、つくばに帰ってきた今、水



講習風景



根子岳山頂



根子岳登山



クロスカントリースキー

辺メンバーたちとも仲良くなってみようと思う。せっかく何かの縁で同じ大学で同じ学群で同じ学年になれたので、この出会いを大切にしていきたいと思う。(中級班女子学生)』

『野外運動が体育教育に及ぼす影響、野外運動の一番の特徴は、身体活動を純粹に楽しむことができる所にあると感じた。良い体育の授業の条件として「雰囲気がい」「勢いがある」といったものがある。明るく暖かな雰囲気の中で、班の仲間たちとの共同作業を促し、絶景の中でゲレンデを移動しながらテンポ良く指導が進む。・・・心技体を向上させる絶好の場となるはずだと思った。・・・これからの体育科教育界に野外運動の重要さを伝えていきたいと思う。(中級班男子学生)』

『生徒に“わたしって天才っ！”と思わせたら指導者の勝ちだ」と何かの授業で聴いた。実習が終わった今、それを思い出し、スキーを教えてくれた先生方は本当に力があるんだな、とつくづく思う。実習前の各自のスキーのレベルに関わらず、6日間の中で“自分天才っ”、“さすがあたしっ”とみんなが何度も思っただろう。1日目、2日目はスキーについて知るにつれて理解できる自分の下手さをひしひしと感じていた私も、終わりが近づいた頃にはゲレンデを自由に滑ることができる自分の力を

喜んだ。そして滑り降りていく、それだけのことだけれど、そのことの気持ち良さを満喫することができた。それは、まだ初心者だからそれより上の世界を知らず、これからやってくる壁を理解していないからとも言えるけれど、それにしたって楽しかった。(中級班女子学生)』

『自然の中でスポーツをすることで、日常生活では感じられないものが得られるし、自然そのものにも関心を持つようになるだろう。そうすることで、今問題となっている環境問題についても考えやすくなるし、親身になって考えるようになると思うからだ。これからの日本を背負っていく子どもたちに、この自然の素晴らしさを伝えることができるのは私たちであり、またそれこそが私たちの義務であると思った。(初級班男子学生)』

現代のわが国では若者のスキー離れが進み、冬季レジャーの多様化もあり、大学で実施されるスキー実習への参加者が減少していく傾向にあります。しかしながら、「スキーを学ぶ」だけではなく、「スキーで学ぶ」ことも含めた授業内容は、非常に価値あるものと考えます。3学期の授業期間中に実施する集中授業のため、学内の授業を欠席しなければなりません、どうかご理解ください。