

大学正課体育水泳授業における達成課題

—1500 m クロール泳—の意味論的研究

坂田 勇夫, 高橋 伍郎, 椿本 昇三

Pedagogical meanings of the achievement goal in regular physical education swimming class of the University of Tsukuba

—with an example of 1500m swim crawl stroke—

Isao Sakata, Goro TaKahashi, and Shozo Tsubakimoto

Abstract

The purpose of this study was to ascertain the pedagogical meanings of the achievement goal “1500m swim crawl stroke” in swimming class of University of Tsukuba. The subjects were 121 students (men-89, women-32) of University of Tsukuba. The surveys on verbal and nonverbal behavior in swimming, swimming performance, and the impressions through 1500m swim crawl stroke were conducted on the 1st semester (April to June, 1981, 9-10 school hours; one school hour = 75 minutes) and the 2nd semester (Sept. to Nov., 1981, 8-10 school hours).

The results were as followings:

1. In order to continue 1500m swim crawl stroke in 8-10 school hours, the following swimming abilities were considered:
 - a. ability to swim more than 100m crawl stroke and take swimming class for 8-10 school hours;
 - b. ability to swim 200m crawl stroke within 5'30", or to swim more than 350m for 10 minutes;
 - c. ability to swim 300m crawl stroke continuously.
2. Unsuccessful 1500m swim crawl stroke in 8-10 school hours, the following conditions were seen:

- a. those who thought/believed they could not swim 25m, or could not swim 50m although they attended to 8-10 school hours ;
- b. those who took more than 7 minutes for 200m crawl stroke ;
- c. those who swam less than 200m for 10 minutes swim.

3. It was suggested that 1500m swim crawl stroke was an useful and effective pedagogical goal for the development of swimming skill, safe ability in water, motivation of swimming class, and making a good image of swimming.

はじめに

教師は、常によりよい授業の創造を希求して、試行錯誤をくりかえしながら、誠意努力を積み重ねているが、それを実現するためには、「教師自身の自己変革」^(1.3.4.6.8.10.15.16.19.22.28)が非常に重要な要件であると考えられる。

しかし授業は、「目標や対象に応じてほとんど無限とっていい多様な形態」⁽⁷⁾がとられるものであるし、「人間の教育というものの本質がまったく同一の授業過程の再現を不可能」⁽¹⁷⁾にしているという特性から、教師は自己の授業を学習者のパフォーマンスと内的学習状況等を通して、ありのままを把握し、吟味するなかで、教育実践知を求めていくことが肝要であると思われる。

そして、経験によって獲得した教育実践知やすでに明らかにされている教授学的原則を援用して授業を実践し、茅野がいうように「経験から獲得された知であるならば、経験へ置きもどし、新しく経験に向き合って既知を訂正」⁽¹²⁾したり、湯浅がいうように「真の知というものは、単なる論理的思考によって得られるものではなく、自己の身心の全体をもって「体得」し「体認」してゆくことによって」⁽³¹⁾豊かな教育実践知を形成しながら、自己を高めていく努力をはかる必要がある。

著者らは、大学正課体育の水泳授業で、水泳技能目標を楽に続けて長い距離を泳ぐことをねらいとしてきたが、受講学生の多くが、クロールで長い距離を泳げないことに気がついた。そこで、1500mをクロールで泳ぐこと

を達成課題に設定し、水泳授業を実践した。

本研究では、達成課題である1500mクロール泳が、学習者にとってどういう意味をもっているのかを学習者のパフォーマンスと内的学習状況から明らかにしようとするものである。

研究方法

(1) 方法

水泳授業(表-1に示すように、クロールで楽に続けて長い距離を泳ぐことを達成するため、浮くこと、呼吸法、姿勢と動作を内容とした教授-学習プログラム)で実施した10分間泳、200mクロール泳、1500mクロール泳(以下1500泳と略称)や1500m泳の感想文等から、達成課題である1500m泳が学習者にとってどのような意味をもっているかを検討する。

(2) 対象

昭和56年度正課体育水泳授業受講学生121人(うち女子学生32人)。(表-1)

受講学生の所属学群・学類は、表-1に示すように、自然・農林・生物学類1年、3年、4年、情報・基礎工・社会学類2年、医学・芸術専門学群1年と2年である。

(3) 対象授業期間

昭和56年4~6月(1学期9~10校時)、9~11月(2学期8~10校時)(表-1)であった。1校時は、75分間である。

(4) 場所

屋内プール、50m7コース、水深1.3m

表-1 昭和56年度水泳授業対象者、授業時数、測定項目と期日、授業のねらいと内容

学類又は学群	学年	人数(女子)	1学期 授業時数		200M	1500H	2学期 授業時数		200M	1500H
					測定日	測定日			測定日	測定日
情報・基工・社工	2年	21(1)	9時	(オリエンテーション 1 体力測定 1 含む)	6/3	6/17	8時	11/4	11/11	
自然・農林・生物	1年	25(8)	10	〃	6/4	6/18	9	11/5	11/12	
自然・農林・生物	4年	30(11)	9	〃	6/4	6/18	9	10/29	11/12	
医学・芸術	1年 2年	20(8)	9	〃	6/5	6/19	10	10/30	11/13	
自然・農林・生物	3年	25(4)	9	〃	6/5	6/19	10	10/30	11/13	
水泳授業のねらい	案に続けて長い距離を泳ぐこと	授業内容	1 限	泳力チェック 浮くことと呼吸法			10分間泳	クロールグライドストローク 水球 (ボール遊び)		
			2	10分間泳 呼吸法と水平姿勢 片手かきと姿勢			10分間泳	クロール復習 背泳ぎ(キック中心)		
			3	10分間泳 かき(ハイエルボー、ストローク長さ)			10分間泳	VTR(クロール)		
			4	10分間泳 かき(手掌の向き、加速的)			10分間泳	VTR(背泳ぎ)		
			5	10分間泳 腕の動作(両腕のゴンビ 入水とリカバリ)			10分間泳	水球(ポートボール)		
			6	10分間泳 200mクロール測定			10分間泳	VTR(クロール 背泳ぎ)		
			7	1500mクロール測定			10分間泳	200m測定		
			8				1500mクロール測定			

～3.8m(浅い方から10mの地点で深さ1.5mとなるため、ほとんどが背の立たないプールである。すなわち、学習者は深さに対する恐さを克服するために、進歩が若干遅延される傾向がある。また安全管理に対し十分な配慮を必要とする。), 水温26～27℃。

(5) 記録収集

① 10分間泳

毎水泳授業時に、準備運動、ウォームアップをしたあと、10分間に泳げる距離を測定した。10分間泳の実施方法および記録の収集方法は高橋ら⁽²¹⁾が実施したとおりであり、測定は、衝突を防ぐため泳ぐ方向と泳ぐコースを決めた後、笛の合図で一斉にスタートし、10分間経過した時、笛の合図で停止させた。そ

の間に泳いだ総泳距離を自己申告により、毎回報告させ記録した。

② 200mクロール泳

1・2学期の最終授業前週(表-1に示す期日)に測定した。測定には、100分の1表示のセイコーストップウォッチを使用した。

③ 1500mクロール泳

1・2学期の最終授業時(表-1に示す期日)に測定した。測定者は、教官と見学者および受講学生が分担して、100mごとにコールし、ラップタイムを測った。

但し、75分授業のため、泳ぎ続ける最高時間を60分間とし、それ以上かかる学習者は、途中であるのにかかわらずストップさせ、その距離を、表-3に()内に示した。尚、こ

これらの者は1500 m泳完泳者にも、途中棄権者にも加えなかった。

④ 1500 m 泳の感想文

1・2学期終了後、1500 m 泳の感想文を自由記述方式によってレポート提出させた。途中棄権者および欠席者には、その理由の記述を求めた。

(6) 1500 m 泳の選定理由

① 水泳技能の向上がはかれる。

宮下⁽²⁹⁾の「長い距離を泳げるという能力は、結果的には持久力や水泳の技能の向上がもたらされる」ことに示唆されるところであり、特に、クロールで長い距離を泳ぐには、呼吸法とリラックスした姿勢・動作等学習するのに至適である。

② 水中における安全能力が高められる。

水中において自分の生命を安全に保持できる能力として、ラヌー⁽³²⁾は10分間浮漂や1マイル泳を、フランツ・クレムは15分間泳を、イギリス水泳協会⁽⁹⁾は、440ヤード泳等を、潜水する人⁽²⁾では足ひれなしで300ヤード泳を基準としている。すなわち1500 m 泳は、水中における安全能力として必要かつ十分である。

③ 水泳に対する考え方・行動様式の変容に有効である。

クロールは短かい距離を速く泳ぐことはできても長い距離を泳げないという文化をゆっくり長い距離を泳ぐという文化に拡大できるし、1500 m 泳という競泳で最長種目を体験することによって、競泳に対する理解を深めるのに適当である。

(7) 受講学生の申告水泳能力

最初の水泳授業時(正課体育全体オリエンテーション)に、水泳能力を泳法とその泳げる距離で、自己申告させた。表-2に示すように、水泳受講学生は、比較的泳げると推定することができるが、泳げる泳法についてみると、クロールより平泳ぎが得意としていることがうかがえる。100 m 泳げない学生は、10

人に1人強存在していると推定できる。

自己申告は、実際泳げる距離とは、若干相異すると思われるが、授業に先立ち学習者の水泳能力を予測し、教授一学習プログラムを考えていく際、非常に有効な資料となる。

表-2 自己申告による水泳能力(56.4)

自己申告水泳能力 \ 泳法	クロール	平泳ぎ	背泳ぎ	横泳ぎ
泳げない	(3)			
25 M 未満	2	3		
25 M ~	5	4		
50 M ~	5	5	1	
100 M ~	12	22	4	
200 M ~	3	15	2	1
300 M ~	2	7		
400 M ~	8	13		1
1000 M ~	12	13	3	
計	49(人)	83(人)	10(人)	2(人)

結果および考察

(1) “1500 m 泳” と課題達成状況について

受講学生は、表-1に示した教授一学習プログラムの水泳授業によって、1学期(9~10校時)に、93人中63人の65.6%、3人に2人弱が完泳できることが示唆された。

学期はじめに調べた自己申告による水泳能力と1500 m 泳を完泳できるかどうかの関係をみると、表-4に示すとおりで、25 m 泳げないと申告した者は、完泳できる可能性が認められないが、25 m 以上と申告した者は、完泳できる可能性が示唆され、25 m 以上で28.6%、50 m 以上で42.8%、100 m 以上で68%と泳げると申告した距離の増加にともなって完泳できる可能性が高くなる傾向がうかがえた。

しかし100 m 以上になると、完泳できる可能性は、同じ割合になり、10人中7~8人が完泳できた。

2学期における課題達成状況をみると、表-3に示すように、92人中77人の83.7%、5

表-3 1500Mクロール泳分布

クロー ル m	0~49	50~99	100~	200~	300~	400~	500~	600~	700~	800~	900~	1000~	1100~	1200~	1300~	1400~	1500m	欠席	見学
I 学期	3	7	11	4	3	0	0	0	1	1	0	0	0	(1)	(2)	(2)	63	21	2
II 学期	1	2	2	2	0	0	0	0	0	1	0	①	0	0	(1)	1	77 ⑤	21	6
計	4	9	13	6	3	0	0	0	1	2	0	①	0	(1)	(3)	1 (2)	140 ⑤	42	8

(注) 表中の()の数値は時間切れ途中ストップ者、○の数値は体調が悪く
ストップした者、①の数値は1500mを2つの泳法で泳いだ者の数

人に4人強が完泳できることが示唆された。

つぎに、1学期完泳できなかった22人について、2学期(8~10校時)の水泳学習による上達状況は、表-5に示すとおり、22人中14人の63.6%の者が完泳できるようになった。

さらに学期はじめにどれくらいクロールで泳げれば、2学期(8~10校時)の水泳授業によって、1500m泳が完泳できるかどうかは、表-5に示すとおり、50m泳げなければ、完泳の可能性がないが、泳げる距離が、50m以上、100m以上、200m以上と増すにつれ、50%、75%、100%と完泳できる可能性が高くなる傾向がうかがえた。

しかし、300m台泳げた者のうち2人は、クロールと平泳ぎの2つの泳法を使って、1500m泳いだ。換言すれば、彼等はクロールで1500mは泳げなかったことを意味している。すなわち、クロールである程度の距離を泳げるけれど他の泳法が得意なため、慣れた泳法へすぐ逃避してしまう傾向の強い者は、1500m泳を完泳できる可能性が低いことが示唆された。中根⁽²³⁾のいう「日本人が異なる文化に接したとき、自分たちのシステムへ逃避する」というカルチャー・ショック的現象を示していると推察できる。指導過程上、上記該当者を如何にして見出し、如何にして指導していくかは今後明らかにしていく必要があるだろう。

なお、2学期に1人(1学期は完泳している男子学生)が、1485m地点で両脚ケイレンを起こし、途中棄権した。全く稀な突発的現

象と考えられるが、1000m以上泳げても完泳できない可能性が存在することを示唆している。安全管理上、極めて重要な留意点で、ある程度長い距離泳げるといっても監視の必要性が要求される実例である。

(2) 1500m泳の分布状況について

どれくらいの距離をクロールで泳げば、1500mをクロールで完泳できるかについては、表-3に示した。

1学期についてみると、50m以上、100m以上、200m以上、300m以上、400m以上と泳げた距離が増すにつれて、完泳できる割合が、70%、75.9%、87.5%、92.6%、96.9%と次第に増加する傾向がうかがえた。

2学期についてみると、1500m泳を完泳した者のうち6人(表-3で□内の数)は、クロールと他の泳法を混ぜて泳いだ。換言すれば1500mをクロールで泳げなかったことを意味している。彼等を泳げない者として考えると、50m以上泳げば、84.6%の高い割合で完泳しており、100m以上、200m以上、300m以上と泳げる距離がふえるにつれて、僅かずつ完泳できる割合いが、86.5%、88.5%、90.6%とふえる傾向であった。

1学期に比べて2学期の方が、50m以上、100m以上で完泳できる比率が高く、200m以上、300m以上では同様な比率を示した。以上のことから、距離泳能力に対する泳げる距離による予測は、指導時数や対象者の水泳能力やその人数等関係する要因であると思われる。

表-4 1学期初の自己申告距離泳能力とクロール泳能力との相関表(56.4~6)

1学期初 自己申告	1学期末	~ 24M	25M ~	50M ~	100M ~	200M ~	300M ~	400M ~	1000M ~	1500M クロール	計
25未満		2		1	1						4
25M~			1	1	3				(1)	2	7
50M~					3	1				3	7
100M~				3	1	2	1	1	(2)	17	25
200M~				1			1		(2)	10	12
300M~				1	1					5	7
400M~					1	1		1		8	11
1000M~							1			5	6
1500M					1					13	14
計		2	1	7	11	4	3	2	(5)	63	93

※ () 内の数は、60分でストップした学生、右側計より除外した

表-5 1学期、2学期クロール泳能力相関表(56.4~11)

1学期	2学期	25M 未満	25M ~	50M ~	100M ~	200M ~	300M ~	400M ~	1000M ~	1500M クロール	計
25M未満			1								1
25M~				1							1
50M~					1	1				2	4
~						1		1		6	8
~										3	3
~										1(2)	3
~										2	2
計	~		1	1	1	2		1		14(2)	22

※ () 内の数は、クロールと平泳ぎで1500m泳いだ学生

高橋⁽²⁰⁾は、昭和35年~44年の10年間にわたって、中学男子144名について、距離泳能力を調査研究した結果、「10年間で平均してみると200m泳げば、75.4%(最高95.0%、最低64.0%、標準偏差値11.9%)の割合いで1000m完泳できる可能性のある」ことを報告している。また「昭和42年、43年、44年は、

88.5%、92.6%、95.0%とその割合は著しく高い」と報告している。

小沢らは、同様に、距離泳能力を調査研究し、「小学生から大学生および青年の男女1673人を対象に行い、200m以上泳げば80.0%、300m泳げば88.8%、400m以上泳げば92.9%の割合いで1000m完泳できる可能性

のあること」⁽¹¹⁾を報告している。これら高橋、小沢らの測定における泳法は自由とされた。

以上のことから、1000 mあるいは1500 m泳げるには、泳法に関係なく400 m泳げれば、完泳できる可能性が非常に高いといえる。指導の観点からいえば、長い距離を続けて泳ぐ教授—学習プログラムの小目標に、400 m泳を導入することは、1500 m泳ができるか否かを推定するのに役に立つことを示唆している。

また、300 m泳げるということは、宮畑が、「水泳仲間では300 m休まずに泳げたら泳げるといってよい。」⁽³⁰⁾やフランツ・クレムがドイツの初心者修了の基準としてあげる「15分間泳」⁽¹⁴⁾やアメリカスポーツ潜水協議会が

潜水者に必要な基本条件としておける「足ひれなしで、330ヤード泳ぐ」⁽²⁾やイギリスのASA（水泳連盟）が少年少女のためのサバイバルスイミング技術としてあげる「Swim 440 yards surface diving once during the swim and swimming at least 5 yards completely submerged」⁽⁹⁾等に示唆されるように真に泳げるということの意味していると考えられ、換言すれば水中において安全な技能を身につけていることを意味しているといえる。

(3) 200 mクロール泳との関係

どれくらいの速さで200 mクロール泳を泳げれば、1500 m泳を完泳できるか否かについての関係は、図-1に示した。

クロールで200 mを5分以内で泳いだ者

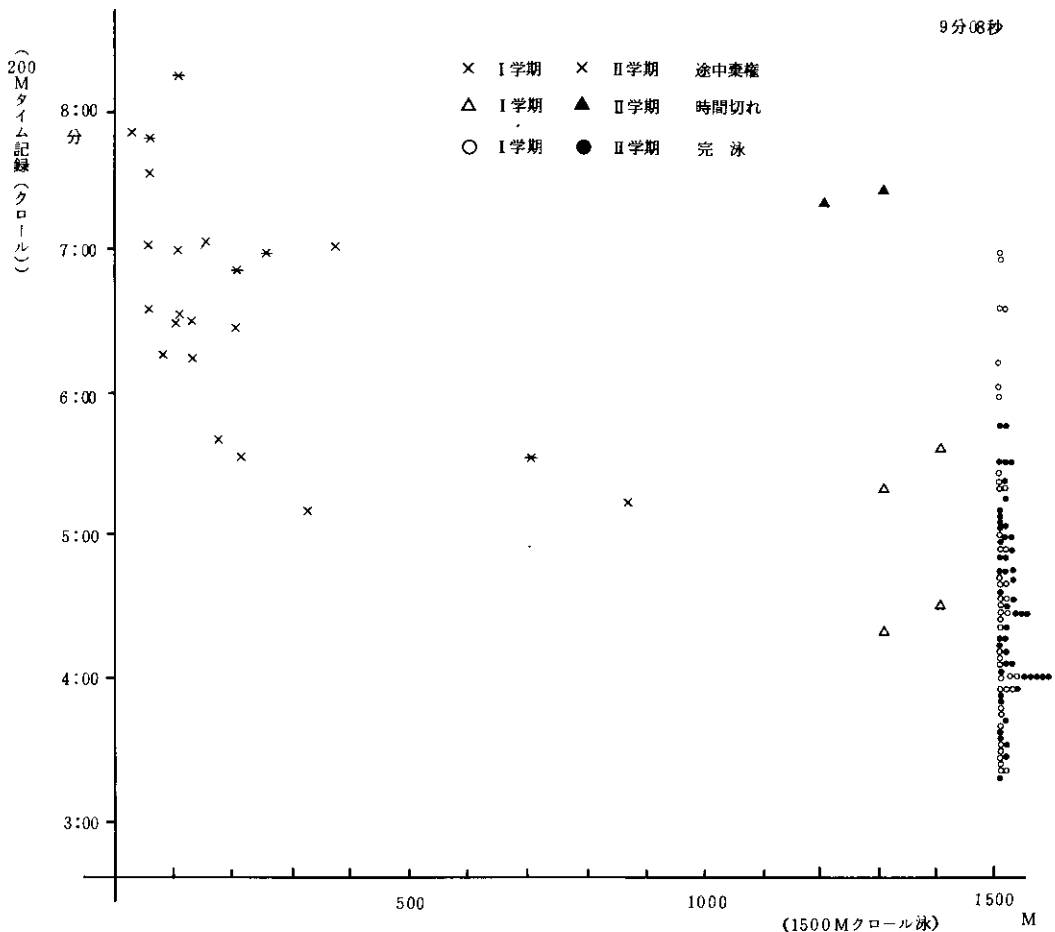


図-1 1500Mクロール泳と200Mクロールタイムとの関係

は、100%、5分01秒～30秒台の者は85.7%、5分31秒～6分00秒の者は70%と泳げる速さが遅くなるにつれて、完泳できる可能性がしだいに低くなる傾向を示した。さらに遅い者はすなわち、6分01秒～30秒の者37.1%、6分31秒～7分00秒の者26.3%、7分以上要する者22.2%と完泳できない割合が高くなる傾向を示している。

しかし、非常に遅い者(9分08秒である女子学生)が、2学期1500mを完泳している事実は特筆すべき現象であると思われる。

一般的には、200mクロール泳タイムの速さによって1500m泳を完泳する割合を、推定することが可能と思われるが、対象者が少ないため、今後さらに継続して研究する必

要があると思われる。

(4) 10分間泳との関係

どんな泳ぎかたでもよいから、10分間にどれくらいの距離を泳げれば、1500m泳を完泳する可能性があるか否かについて、図-2に示した。

泳法に関係なく、10分間に400m以上泳げれば、全員が、350～399m泳げれば、97.0%の者が完泳できることを示しているが、300～349mと泳げる距離が減少すると、68.8%の者しか泳げないことを示した。

すなわち、10分間泳において350m以上泳げれば、1500m泳を完泳できる可能性が非常に高いと推定することができる。

また、10分間泳距離が200～249m、200m

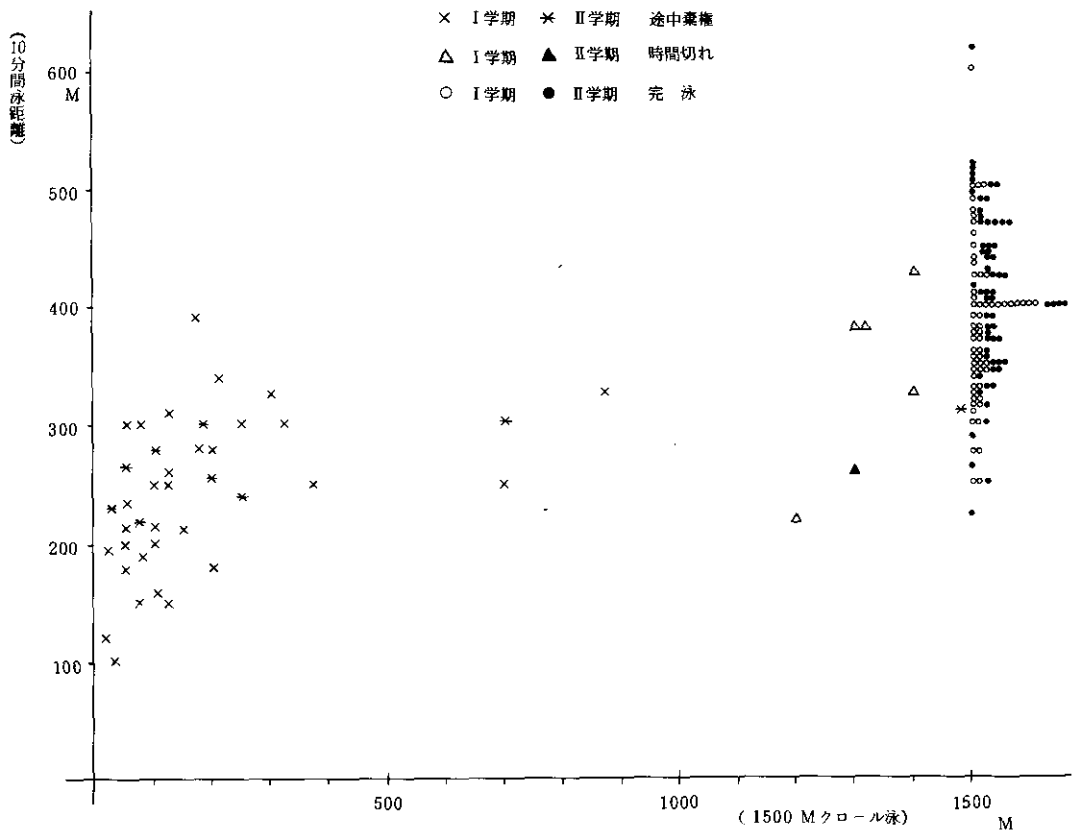


図 - 2 1500Mクロール泳と10分間泳距離との関係

未満とすくなくなると、73.3%、100%と、1500 m 泳を完泳できないことを示している。このことから、10 分間泳で 250 m 未満しか泳げない者は、1500 m 泳を完泳できる可能性が低いと推定することができる。

(5) 1500 m 泳がもつ教育的意味

① 1500 m 泳に対するイメージ

表-6 に示した 1500 m クロール泳を完泳した感想文から、学習者は、1500 m 泳という達成課題に対して、1 学期は 5 人に 2 人が「泳げると思っていない」し、5 人に 1 人が疲れると思っていたのに「意外と疲れなかった」と感じ、「ゆっくりと泳いだ」等に示唆されるように、完泳できるかどうか半信半疑であったと推察できる。

A・シュツが「あらゆる経験は、未来把持と予期、すなわち続いて生じるとされる生起についての未来把持と現在の経験となんらかの関係をもつと思われる時間的にもっと先の出来事についての予期を伴っている」⁽¹⁸⁾とのべていることに示唆されるように、学習者は 1500 m 泳に対し、泳げないのでは……あるいは疲れるというイメージを抱いていたと推察することができる。

そして、完泳することによって、池見がいう「ある人が長い間もってきた信念、思想、態度などのような知的なものであると同時に情動的な体験と密接に結びついたものを……新しい、よりよい考え方を情動的な裏づけをともなって植え直さねば、その人の真の思想とはならない」⁽⁵⁾に示唆されるように、1500 m 泳へのイメージを変容し、新しい思想を形成したと思われる。

イメージは、T・ホール⁽²⁶⁾、星野⁽²⁷⁾、樋口⁽²⁵⁾等が指摘するように、行動体系とイメージ体系とは密接な結びつきがあると考えられるので、イメージの望ましい方向への変容がうかがえたことは、1500 m 泳が水泳学習を促進させるために有効な達成課題と考えることができる。

② 課題達成者の内的学習成果

完泳した結果：表-6 に示すように 1 学期 6 人に 1 人が、2 学期 2 人に 1 人が「うれしかった」と快的感情体験を表現したことがうかがえた。さらに、「泳ぎに自信がついた」や泳ぎ続けるために必要と思われる泳ぎ方（案に呼吸する大切さ、泳ぎ疲れても泳ぎを工夫して続けることや人やロープに衝突しても泳ぎ通すことや水をのんでもうまく処理して泳ぎつづけること等）を習得したり、技術的欠陥に気づいたり、なかにはクロールが上達したり等の諸々の成果があったことがうかがえた。

そして、1500 m 泳は泳げるかどうか半信半疑であったにも拘わらず、完泳によって、1 学期は 2 人に 1 人が、「次回速く泳げるようにしたい」とのべ、4 人に 1 人強が「次回うまく泳げるようにしたい」とのべていることから、積極的な水泳学習意欲を喚起していることが推察できる。

また、記述にあらわれた事例として数少ないが、「速く泳ぐはよいと思っていたが、長い距離泳げることはよい」と泳ぎに対する価値感を変容したり、「他の分野でチャレンジ精神がつかだろう」と生き方の基本的考え方を確認もしくは確立する者が存在することが明示された。

③ 途中棄権者にみられる 1500 m 泳の教育的意味

1500 m 泳において、途中で棄権した者は、表-3 に示すように、1 学期 93 人中 30 人の 30.2%、2 学期 86 人中 9 名の 10.4%であった。彼等は、10 人に 9 人弱が 400 m を、3 人に 2 人が 200 m を泳げないことを示唆している。何故棄権したかその理由は、表-7 に示すように、

- (a)水をのんだり、呼吸ができなかった等呼吸法に問題がある場合
- (b)力んでしまったやリラックスした動作ができず疲れてしまった等泳ぎの姿勢・動

表-6 1500Mクロール泳完泳の感想文要約(56.4~11)

感 想 文 要 約	I 学期	II 学期	計
泳げると思ってなかった。(泳ぐ自信がなかった。ペースを落として泳いだ)	25	6	31
かって泳いだ経験があったが不安	2	4	6
泳げる自信があった	0	3	3
意外と疲れを感じなかった	12	14	26
非常に疲れた(疲れたので体力をつけれ必要、無理だったのかその日寝込んだ)	3	5	8
1学期より楽に泳げた	0	8	8
200m泳より楽だった(10分間泳より換算して速く泳げた)	0	3	3
うれしかった(充実感、満足感、夢のよう、完泳できてうれしい 思ったより速く泳げてうれしい、タイム短縮してうれしい)	11	32	43
くやしかった(抜かれたのがくやしい、タイムがおちたのがくやしい)	1	3	4
時間内で泳げず残念	1	0	1
自信がいった	0	3	9
苦しいポイントがあった $\begin{pmatrix} 200-5 & 500 & -1 \\ 300-5 & \text{中盤まで} & -1 \\ 400-5 & 200\sim 400-1 \end{pmatrix} \begin{pmatrix} 300-2 & 700-5 \\ 400-4 & 1200-1 \\ 600-1 \end{pmatrix}$	13	12	25
目が痛かった	3	3	6
帽子がとれて前が見えず髪に呼吸が邪魔され泳ぎにくかった	1	0	1
水をのみ苦しみをのりこえるのが長距離(水をのんで処理できること)	2	0	2
ペースをつかめず大変だった	0	2	2
水温の違うところがあって泳ぎづかった	0	1	1
途中腹が冷えて困った	0	1	1
他の人とぶつかったり、コースロープに引っかかったり泳ぎづかった	0	1	1
つい力んでしまった	0	1	1
水をのまなかったのでいけると思った	0	1	1
ゆっくり泳いだ(意識的に腕をゆっくり力を抜くように泳いだ)	6	2	8
途中疲れたので泳ぎを工夫(呼吸法に、水に体をあづけた、フォームに注意)	6	5	11
〇〇さんががんばっていたので(やめる人がいなかったで、女子にまけまいと)	3	0	3
400M泳げば1500M泳げるという話をきいていたので	1	0	1
泳ぎつづければ続くと思った	0	1	1
400~500M以後惰性で手足を動かした	0	1	1
楽に呼吸する大切さがわかった	3	0	3
技術的欠陥に気づく	1	0	1
クロールがうまくなったような気がする	4	6	10
速く泳ぐはよいと思っていたが長く泳げることはよい	1	5	6
1500Mは精神力との闘い	1	1	2
他の分野でチャレンジ精神がつくだろう(あきらめずやることの大切さ理解)	2	1	3
次回速く泳げるようにしたい(ペースを守る)	33	5	38
次回うまく泳げるように(楽に泳げるように、腕、呼吸法、ターン等)	18	1	19

表-7 途中棄権の理由 (56.4~11)

やめた理由	I 学期	II 学期
1. 呼吸法の失敗	10 (人)	3 (人)
2. 呼吸と無駄な力 (疲労困ぱい)	12	3
3. ケイレン	1	2
4. 体調不調	2	1
5. その他	1	0

作に問題がある場合 (ケイレンも含む)

(c)風邪がみや睡眠不足等体調に問題がある場合

であった。すなわち、1500 m 泳を完泳するには、教授一学習活動で呼吸法やリラックスした姿勢・動作を取り上げることの必要性を示唆している。

途中棄権者の内的学習情況は、表-8 に示すように、「高校の時より力んでなかった」や「呼吸をゆっくりしたら、やっと無理のない泳ぎができたように思う」や「水に対しての恐怖心が少なくなった」等泳ぎが上達したと判断していることがうかがえた。

また、「200 m 泳げたのはうれしい」や「クロールは 25 m だったので、300 m 泳げるとは思わなかった」や「自分では最高の 250 m でうれしい」や「50 m 泳げた」等パフォーマンスの進歩に対しよろこびと同時に快的感情を体験していることがうかがえた。

さらに、25 m でやめた女子学生は、一旦やめたあと「途中休み休みで 60 分泳ぎ、985 m 泳いだ、深い方へいくうち恐怖心がなくなった」と他の学習者が 1500 m 泳を行っている間、自主的・自発的学習を行うことによって、恐怖心を軽減し、技能向上をはかっていることがうかがえる。

以上のことは、途中棄権者は、波多野・稲

垣がいう「正確なメタ認知にもとづいて、自分にとって「やりがい」のある課題を選び、そこでの努力の有効性を確認して」⁽²⁴⁾いるし、「効力感—自分が努力すれば環境や自分自身に好ましい変化を生じさせえるという見通しや自信をもち—」⁽²⁴⁾を感じていることがうかがえる。すなわち、1500 m 泳は、途中棄権者にとっても有意義な達成課題と考えることができる。

④欠席者にみられる 1500 m 泳の教育的意味

1500 m 泳実施に対し、その授業日に欠席した学習者は、1 学期・2 学期とも 17.4% の 6 人に 1 人の割合であった。

欠席理由としては、

(a)教育実習や病気 (風邪・風疹など) 等不可抗力による場合

(b)「1500 m 完泳できない自分がはがゆい」、「クロールはどうしても呼吸がうまくいかないで長い距離泳げない」、「水泳に取り組む心構えができていない」等完泳できそうにないと自分で判断し、欠席する場合

の二つのケースであった。

前者の場合、欠席は当然の行為であるが、後者の場合は、1500 m 泳に対して学習者が逃避的な行動あるいはアキラメ的態度を示したものと考えられる。

すなわち、星野のいうカルチュア・ショック現象で「個人のもつインフォメーションとコミュニケーション体系に文化的要因によって混乱が生じた」⁽²⁷⁾のであり、中根のいう「異なる文化への拒絶反応 (日本人が異なる文化に接したとき、自分たちのシステムへの逃避という形になる)」を示していると解釈できるし、波多野・稲垣のいうアキラメ的態度 (自分がいくら努力してもそれが現在ある不都合を、解消するのに役立たないと認知されるアキラメ的態度が生まれる)⁽²⁴⁾を示したと解釈することができる。

人は、河合が指摘するように「われわれ人

表-8 1500 M途中棄権者および欠席者の感想文

	泳距離	学期	
途	50 m	I	鼻から水を吸ってしまった。高校の時より力んでなかった
	375 m	I	距離は今まで最高、食後でグップがしばしば出て、泳ぎをやめてしまった。
	200 m	I	グップが出て最後25mはほとんど呼吸ができなかった。200 m泳げたのはうれしい。
	50 m	I	呼吸に無理があるため苦しくなり、無駄な力がいっているためか疲れてしまう。背のとどこかないところになると恐ろしくなるため、かむしゃらに体を動かしてしまう。
	300 m	I	呼吸ができなくてだんだん苦しくなってしまう。下半身が沈んで……おぼれるようなかっこうになる。クロールは25mだったので300 mも泳げるとは思わなかった。
中	80 m	I	止めた原因 足のつり、呼吸をゆっくりしたらやっと無理のない泳ぎができたように思う。
	325 m	I	泳げるような気がしていたが……身体の疲れもあるが呼吸が苦しくなり続かなかった。風邪きみでのどの調子が悪く、たんがからんで仕方がなかった。
棄	870 m	I	帽子がとれた。髪が邪魔になってしまったのは確か。600 mを越えたあたりから呼吸がおかしくなったことも主な原因。
	25 m	II	25 m続けられてもその先足をつくところがないと思うと少し続けられそうでも足をついてしまう。(途中休み休みで60分で985 m泳いだ。深い方へ何度もいくうち恐怖心がなくなった)
	250 m	II	自分では最高の250 mでうれしい。呼吸のタイミングとリズムに慣れ力まなければもっと伸びる。(水に対しての恐怖心が少なくなった。まだ深いところは恐くてプールのふちから離れられない。)
	50 m	II	50 m泳げた。いつも泳ぎ終わったあともう少しがんばれたのではと後悔するのだから泳いでいるときは、もうだめと思ってしまう。
権	1485 m	II	あとほんの10mというところで足にケイレンをしてリタイア。残念、足を使わずに泳ぐのはむずかしいし、どんどん痛くなるのでやめてしまった。
	200 m	II	今回も残念ながら完水できなかった。呼吸もまだ続きそうだったし、体の疲労もそれほどでもなかったが足かっつたので泳げなかった。(1学期は呼吸続かず100 mで断念)
者	欠席	I II	5月下旬からへん頭線炎で3回休んだ、のどは4ヶ月ほどはれている 体力に自信なく……1500 m泳いだら一週間寝込みそう。(春休みにのどの手術予定)
	"	I II	(息つきはうまくなったが息をする時間が短く泳ぎも長続きしない。 10分間泳いでヘトヘトになってしまう。だから情ないが1500といわれても途方にくれるだけ……)
	"	I II	(クロールは手と足と息がバラバラで結局苦しくなって長く続けて泳げなかった。200 mは泳げるようになった都合で休んだ、1500 クロールではとても泳げない、平泳ぎなら泳げるのだが。)
	"	I II	(息つきが完全でない、手や足や首に余計な力が……疲れやすく長く泳ぎつづけれない) (クロールの息つきは全然と達していない、水をのむとすぐやめて、背泳ぎで泳いでしまう)
欠	"	I	教育実習のため欠席、風疹で欠席、風邪で欠席
	"	I	自分の不節制から欠席してしまった。
席	"	II	他にテストがあったので休んでしまった。1500 m完泳できない自分がはがゆい。 (クロールに対して嫌悪感を知らず知らずもっていたように思う。)
	"	II	はっきりいってとてもそんな距離を泳いでられない。クロールはどうしても呼吸がうまくいかないの長い距離泳げない。
	"	II	今回もさぼった。(2学期欠席2。見学2)水泳に取り組む心構えができていない。呼吸がうまくできずだんだん息苦しくなることや心電図の再検査が不安の原因。
	"	II	

間は誰しも影（性格の劣等な傾向やその他の両立しがたい傾向を人格化したもの）をもち、それを認めることをできるだけ避けようとするJ⁽¹³⁾傾性を有しているという知見に基づいて推察すれば、それまで水泳授業に出席し、学習活動を続けていたにも拘わらず、1500 m 泳を欠席したことから、はじめてその個人がクロールで長い距離を続けて泳ぐことに、応答しきれなくなったものと解釈できる。

以上のことから、1500 m 泳という達成課題は、学習者の言語的及び非言語的の行為を正確に理解するきっかけをつくるのに有効な学習内容であることを示唆している。

しかし、欠席という逃避的行為やアキラメの態度を示した学習者に対する指導—援助は、今後さらに検討してゆかねばならない重大な研究課題である。

まとめ

大学正課体育水泳授業で、“楽に続けて長い距離を泳ぐこと”をねらいとして、1500 m クロール泳を達成課題に設定し、授業を展開したところ、次のようなことが明らかになった。

- (1) 表-1 に示される教授—学習プログラムを展開すると、週一回の授業でかなり高い割合で、1500 m をクロールで泳げることがわかった。
- (2) 次のような水泳能力があれば、
 - ① 自己申告による水泳能力が200 m 以上の者は、8 校時の授業で10 人中7～8 人
 - ② 100 m 以上クロールが泳げれば、8～10 校時の授業で、10 人中7～8 人
 - ③ 200 m クロール泳を5 分以内で泳げば、全員が、5 分30 秒以内で泳げば10 人中8～9 人
 - ④ 10 分間に泳法に関係なく400 m 泳げれば全員が、350 m 以上泳げれば10 人中9～10 人
 - ⑤ クロールで続けて300 m 以上泳げば、10 人中8～9 人

の割合で1500 m クロール泳が完泳できると推定することができる。

また次にあげる水泳能力者は、1500 m クロール泳を完泳できる可能性が低いと推定できる。

- ① 自己申告で25 m 泳げない者あるいはクロールが50 m 泳げない者。(8～10 校時の水泳授業を受ける)
 - ② 200 m クロール泳で7 分以上要する者。
 - ③ 10 分間総泳距離が200 m 未満の者。
- (3) 1500 m クロール泳は、次のような教育的意味を包摂していることが示唆された。
- ① 自己の水泳能力のイメージの変容（泳げない→泳げる、速く泳ぐ→長い距離泳ぐ
 - ② 水泳技能の進歩と安全能力の向上
 - ③ 続けて長い距離泳ぐための泳ぎ方の習得（呼吸法やリラックスした姿勢・動作）
 - ④ 欠席という逃避的行為から、学習者に対する理解の促進。
- 等を生起する。

今後の課題

1500 m クロール泳に対し欠席という逃避的行為や学習者の全員が達成できていない教育成果を直視し、教授—学習プログラムの改善や達成課題を段階的に工夫を加え、今後、さらに授業実践を授業研究と関連させながら継続し、よりよい授業を創造してゆきたい。

引用文献

- 1) 青木真 体育を変える評価を考えよう 体育科教育第29巻第10号 大修館書店 1981 P 60～63
- 2) アメリカスポーツ潜水協議会編 小林庄一・日下部暢訳 スポーツ潜水の科学の実際 日本YMCA 同盟出版部 1971 P 1
- 3) アルドワノ 岸田・久米訳 現代教育論(上) 東大出版会 1970 P 189
- 4) 生田清衛門 体育授業を支える教師の条件

- 前掲書(1) P 22
- 5) 池田酉次郎 続心療内科 中央公論社 1979 P 198
 - 6) 伊東博 人間中心の教育 明治図書 1975 P 270
 - 7) 稲垣忠彦 授業の技術的輪郭 教授学研究 2 斎藤喜博ほか編、国土社 1972 P 6-36
 - 8) 上田薫 ずれによる創造 黎明書房 1978 P 250
 - 9) H・Elington&T. Holmyard Better Swimming for boys and girls Kaye&Ward LTD 1967 P93
 - 10) 小川正 授業創造の理論 明治図書 1971 P 24
 - 11) 小沢茂男ほか 水泳運動能力の研究—距離泳能力に関して— 体育学研究 14-5 日本体育学会 1970 P 298
 - 12) 茅野良男 認識論入門 講談社 1980 P 145
 - 13) 河合隼雄 無意識の構造 中央公論社 1978 P 92~94
 - 14) フランツ・クレム 江橋慎四郎訳 初心者のための水泳指導 ベースボールマガジン社 1970 P 90
 - 15) 小林一久 これまでの反省こそ先決 体育科教育第 28 巻第 27 号 大修館書店 1980
 - 16) 三枝孝弘 人間像と教育その実践(上田薫編) 明治図書 1971 P 81-83
 - 17) 柴田義松 授業技術の分析 教育学研究 3 斎藤喜博ほか編 国土社 1972 P 21
 - 18) A. シュッツ 森川真規雄・浜田日出雄訳 現象学的社会学 紀伊国屋書店 1981 P 111~112
 - 19) 鈴木喜代春 教師の自己変革を求めて 国土社 1977
 - 20) 高橋伍郎・古橋広之進ほか著 図説水泳事典 講談社 1971 P 175
 - 21) 高橋伍郎ほか 運動技能の向上を旨とした授業研究(水泳) 大学体育研究 第 4 号 1982 P 43~54
 - 22) 團琢磨 体育で授業を変えようとはどうすることか 前掲書(1) P 13~15
 - 23) 中根千根 カルチュア・ショック 星野命編 現代のエスプリ NO 161 至文堂 1980 P 31-40
 - 24) 波多野諒余夫・稲垣佳世子 無気力の心理学 中央公論社 1982 P 46~51
 - 25) 樋口伸吾 人間科学への道 平河出版社 1979 P 259
 - 26) T・ホール 岩田慶治・谷泰一訳 文化を超えて TBS プリタニカ 1980 P 98
 - 27) 星野命 前掲書(23)
 - 28) 前田幹夫 運動の喜びと満足感 前掲書(15)
 - 29) 宮下充正 改訂中学校学習指導要領の展開 保健体育科編 編集 佐々木吉蔵・山川岩之助 明治図書 1981 P 98-99
 - 30) 宮畑虎彦 水泳教室 杏林書院 1968 P 138
 - 31) 湯浅泰雄 身体 創文社 1981 P 16
 - 32) フレッド・ラヌー 江橋慎四郎訳 おぼれないための新しい水泳の技術 ベースボールマガジン社 1965 P 77~80