

本校クラブ合宿の実態と問題点

筑波大学附属駒場中・高等学校 生徒部

入江 友生・大道 明・小澤富士男・合田 浩二
佐藤 和孝・鹽谷 健・曾根 睦子

本校クラブ合宿の実態と問題点

筑波大学附属駒場中・高等学校 生徒部

入江 友生・大道 明・小澤富士男・合田 浩二
佐藤 和孝・鹽谷 健・曾根 睦子

1. 本校におけるクラブ合宿の形態の変遷

(1) 校内合宿から校外・合同合宿へ

本校における運動クラブ合宿は、昭和45年までは、主として校内合宿という形をとっていた。練習のための施設は学校のものを利用し、宿泊も、最初は教室に畳をしき、食事は近所のそば屋を利用した。当然、健康管理の面で改善の必要に迫られ、宿泊場所のみ、校外の宿泊施設を利用するようになった。しだいに、夏の東京の気候や、大気汚染、加えて、目先をかえることによる練習効果を考えて、校外での合宿が検討された。ところが、単独のクラブでは、引率教官の数が少なく、緊急の場合の対応に問題が生じる恐れがあるばかりでなく、せっかく宿泊施設は確保しても、適切な練習場所の確保という点でトラブルが絶えなかった。

昭和46年には、長野県竜王高原、黒姫高原の2か所で、それぞれ合同合宿が実施された。各クラブにつき最低1名の卒業生コーチをつけ、引率教官は4～5名で、役割を分担した。その後、合宿地は、群馬県武尊高原に落ち着き、「林間学校」という形式で国費の補助を得て、昭和51年ごろには7～8のクラブ、250名以上の生徒が参加する大規模な合同合宿となった。この形態は、研究出張費等の増加により国費からの補助が打ち切られる昭和58年まで続いた。

(2) 合同合宿からクラブ単位の合宿へ

「林間学校」打ち切りの機会として、各合宿の顧問教官が、学校からの交通の便、試合日程との折り合い、よりよい練習環境を求めたため、武尊高原での合同合宿に参加するクラブは減少していった。昭和62年以降、武尊高原において合宿を実施しているのは中・高サッカー部ただ一つで、他のクラブはすべて武尊高原を離れ、合宿の形態をみても、軟式庭球部と硬式庭球部が合同で実施しているほかはすべて単独で合宿を実施している。

ところが、宿舎が確保できても、練習場所までバスで移動する必要があったり、練習の施設そのものに不満が生じたりして、合宿地を度々変更するクラブが続出した。また、日程についても、それまでの5泊6日から4泊5日に短縮するクラブも表われた。

クラブ顧問の立場からは、生徒にとってよりよい合宿を実施したいが、日程、場所、費用などの条件をどう満たしていくかが課題となっている。また、顧問教官、卒業生コーチ、生徒の合宿に対する意識のズレも生じていることは否めない。

2. 合宿場所の変更について

それまで実施していた場所を変更するからには、以前の場所が持つ欠点を補うか、またはよりすぐれた点がなければならぬ。新たな場所を選定するにあたっては、次に挙げるような条件に照らし合わせて候補地を絞り込む必要がある。

(1) 練習場の条件

目的とする練習ができるだけの広さ、用器具、安全性
屋内練習場においては、照度、フロアの硬度
休憩所、トイレ、水飲み場の有無
貸し切りか、共同使用かの別
練習場と宿舍との距離、移動手段
施設使用料

(2) 宿泊施設の条件

学校からの距離（移動時間）
宿泊料
宿泊可能な人数（部屋数、広さ、生徒1人当たりの広さ）
衛生条件（布団、食堂、浴場、洗面所、トイレ）
食事（栄養のバランス、熱量）
他の団体の有無
付近の環境（風紀面、治安面、自然環境、騒音等）

(3) 医療施設の条件

総合病院までの距離
夜間救急病院の有無

上記の条件のほかに、合宿の主たる目的や、実施時期、そして何よりも生徒の体力、運動能力、意識の水準といった要素が加わり、候補地は選定される。ところが、条件の良いところは既に別の団体が使用していて、すべての条件を満たす場所を新たに見つけ出すことは困難である。現在の合宿地で満足しているクラブは別にして、多少の不満はあっても我慢して同じ場所に留まるか、

よりよい場所を求めて場所を変えるのかは、クラブ顧問の悩みの種となる。

3. 合宿の現状、合宿に対する意識調査

各クラブ顧問教官を対象としてアンケート調査、卒業生コーチを対象として懇談会形式の聞き取り調査と感想文の提出、生徒には感想文を提出させた。

(1) クラブ顧問教官

①合宿の目的

生徒個人の運動技能の向上、集団としての運動技能の向上を第1位に挙げた回答が最も多く、次いで、体力向上が挙げられた。運動クラブの合宿は、通常は、その運動種目の練習を目的として実施されるが、普段の学校生活の中で、施設使用の都合上、週3回の練習を余儀なくされるクラブが殆どであるため、合宿によってまとまった練習時間を確保することの意味は大きい。

②練習場の条件

広さについては、ほぼ全クラブが満足している。水道、トイレ、休憩場所についても不満は出ていない。ところが、3割のクラブが、宿舍と練習場が離れているため、宿舍の送迎バスや、乗用車で移動している。

③宿泊施設の条件

宿泊料は、1泊2700円から7000円まで様々であるが、平均すると5200円程度となる。生徒1人当たりの畳数は、1.5～2畳で、寝る場所、休憩する場所に不自由はしていないものと思われる。衛生面、付近の環境でも特に不都合はないようである。食事では、栄養、熱量の不足を感じた場合は、何らかの補給手段を講じている。

④合宿までの準備

すべてのクラブが、合宿前のミーティング、学校医による健康診断を実施し、7割のクラブが、合宿への準備として強化練習を実施している。競技指向の高いクラブほど、通常の練習への参加率は高い傾向が見られた。

⑤合宿中の健康管理

通常、週3回、約2時間半の練習量から、合宿では1日に3～4回、5～8時間に増加する。練習の内容が体力トレーニングよりも戦術、技術練習に重きを置いているとはいえ、体調の維持には細心の注意を払わねばならない。半数のクラブが、練習日誌をつけさせて、それを点検する形をとっている。練習日誌の様式は、各クラブ独自のものを使用しているが、養護教諭と

連絡を取りながら調査票を作成したクラブもあった。

また、現職の看護婦が同行したクラブもあった。

⑥問題点、改善すべき点

この5年間で、生徒一人当たりの費用は、各クラブ平均して約10000円ずつ増加している。費用に関する設問では、

「できかぎり費用は押えたいが、内容を重視すれば止むなし。」

といった回答が寄せられた。各クラブが単独で合宿を行なえば、小回りはきくものの、引率教官1人当たりの役割は増し、また、洗剤や薬品などの共益費も割り増しになる。

顧問としてはそれを覚悟のうえで合宿地を変更したわけだが、なかなか自分の考える条件を満たすところは見つからない。

「参加人数によって交通費（貸し切りバス）の負担額が異なり、会計処理が不安定」

「引率教官数が少なく、負担が大きい。教官内で役割分担がしたい。」

「合宿地が遠い。移動に時間がかかりすぎる。」

「宿泊の経費の面で4泊にしたが、5泊で実施できないだろうか。5泊6日にすると生徒1人あたりの費用が50000円近くになるが。」

企画する側としては、苦勞して合宿場所を確保しているので、何とかいい合宿を行ないたいという意見が大半を占めた。合同合宿から単独での合宿に変更したクラブで、「引率教官1人当たりの負担が大きすぎるので、練習場所さえ確保できるなら、再び合同合宿を行ないたい。」という回答もあった。

なお、ここ5年の間に合宿場所を変更した運動クラブは、その理由として、次のような点を挙げている。主として練習所の条件に関する点である。

「400mトラックが使えて、しかも遠くないところに移りたい。」

「試合の日程と重なるため、日程面で融通のきく宿舎を確保したい。」

「広い体育館が使いたい。現状ではとても満足できない。」

「卓球台の数を確保したい。」

「天候によって、プールの水温が大きく左右される。室内プールで、8コース取れるところを確保したい。」

「宿泊施設が改修されるので、別のところに移らざるをえない。」

「他校との合同合宿で、練習成果を挙げたい。」

(2) 卒業生コーチ

聞き取り調査のなかで、さまざまな意見が出されたが、辛口のものが多い。

「選手として指導される立場だったのが、指導する立場になり、練習の組み立ての難しさが分かった。」

「何を目標として合宿を行なっているのかが理解できていない生徒がいて、そのような生徒は、せっかくの合宿がただの時間つぶしにすぎなくなっている。」

「上級生、下級生とのつながりが希薄な学年があって、クラブとして機能していけるのが不安である。」

「何が何でもうまくやろうという気迫が感じられない。」

「練習はそつなくこなし、夜の就寝時刻もきちんと守る。でもすぐに体調を崩すし、身体のあちらこちらの痛みを訴えて練習を休む。」

「普段の練習量や、自分の体力を考えて、無理のない練習をするべきである。」

「目の届きにくいところで練習を怠けて休んでいる生徒をみても、自分自身がそうだったので注意できなかった。」

「もっと礼儀を身につけてほしい。」

「主役は生徒。コーチはその手助けをするだけである。」

合宿における卒業生コーチの役割は、運動種目の指導である。当然、練習に関するコメントが多かったが、まとめると、以上のような内容に落ち着く。

卒業生コーチが多数参加するクラブの合宿では、どうしても同窓会的なムードになりがちで、夜中に騒いで、次の朝に生徒から苦情が出たケースもあった。

ある卒業生コーチの感想文を原文のまま掲載する。

卒業生コーチ感想文（硬式庭球部）

中学1年から高校2年迄、それから大学1、2年とOBとして参加させていただいたため、筑駒硬庭部の合宿は今回で8回目となった。一時のテニスブームもどこへやらといった時勢にもかかわらず、母校のテニス部が多く部の員にあふれている様子を目の当たりにして、うれしい反面、不安になった。これだけの人数がいて、はたして統制がとれた練習が可能なのかということである。

普段、4面のコート、週に2回の練習ですら持て余している彼らに、彼ら自身による彼ら自身のための練習を、この10数面以上のコートで行なうことは容易ではない。案の定、コーチの目の届かないところでは、生徒は自分勝手にボールで遊び、練習ドリルの内容を達成するにはむつか

しい状況であった。

もっとも、通常のクラブ活動にあまり熱心に参加しない生徒をたったの5日間で上達させられるほどテニスは甘いスポーツではないが、やりかたによっては合宿をきっかけに大幅に力が伸びることもありうる。そういう意味で、上下関係もある程度きちっとさせることが望まれる。本校のテニス部では、上級生が下級生を指導することはほとんどなく、うまい生徒は勝手にうまくなっていくが、万年初心者の生徒は技術指導がなされないために自己流に走り、そこから「1発快感型」テニスとなり果てる。

合宿における班編成を、実力別の編成ではなく、上級者と初心者が同じコートで練習できる機会を設ければ、上級者も指導を通じて自分のテニスを見直せるし、また、上級生としての自覚をもつことにつながるであろう。あとは筋力トレーニングの導入、ストレッチの徹底などが必要かと思う。単なる楽しいだけのテニスをするだけなら、それは「レジャー」であり、合宿など必要ない。

(3) 生徒

卒業生コーチからはかなり厳しい目で見られている生徒たちであるが、彼らなりの言い分もあるようで、回収した感想文のなかに、以下のようなコメントが見られた。

「集中して練習できる場であるので、時間を有効に使いたい。」

「練習に対する考え方や、基本的な組み立て方を知ることができてよかった。」

「その種目独特の面白さがわかったような気がした。」

「宿舎が古くてイヤ。食事もまずい。」

「クーラーのついた部屋に泊まれたおかげで、ぐっすりと休むことができた。」

「OBコーチの指導に一貫性がなく、練習に打ち込めない。」

「宿舎と練習場とが離れていて、かったるい。」

「日頃の運動不足を解消するよい機会である。」

「卒業生コーチが夜中に騒いでうるさい。」

競技指向が強く、普段の練習にも積極的に参加している生徒は、合宿によって何かをつかもうとし、実際に効果をあげているという実感を訴えている。特に、秋の試合シーズンを控えて、合宿中に出場メンバーが決定されるようなクラブは、合宿の目的が明確で、生徒の意識も高い。

ところが、普段の練習には顔を出さずに合宿だけ旅行気分で参加する生徒や、そういった部員の多いクラブは、感想文のなかでの話題は宿舎、体育施設、食事に対する不満に集中し、練習そのものに触れることは少なかった。

真面目に取り組んでいる生徒のなかでも、とにかくこの数日間を何とか乗りきって、今年の夏

休みのいい思い出を作りたいという考えを持った者がいて、ここ数年で生徒の競技指向が薄れつつある印象を受けた。

また、競技指向の高いクラブでは、普段の練習に出席しないとほかの部員たちからスポイルされたため、当然合宿にも参加することはなく、参加者の仲間意識は高いが、そうでないクラブの場合は、チームとしての意識も低いいため、誰がいても、いなくても、自分が楽しければそれでよい、といった自分本位のコメントもあった。

下は、中学2年生の生徒の感想文である（原文のまま）。

生徒感想文（卓球部）

卓球部の合宿について

我々卓球部は、3台しかない卓球台に対して毎日10数名が集まって練習を行なっている。3台の卓球台では、最高12名の使用が可能だが、スマッシュの練習では、コート片側しか使えないため、実際には6名の使用が限度である。しかも、その3台のなかでも、太陽光線が気になったり、逆に暗すぎたりする位置にある台があって、これでは練習環境は悪いというほかない。

約半数にのぼる台について練習できない生徒は、交替しながら走ったり、筋力トレーニングを行なうことになる。そのため、陸上部よりも走る量は多いかもしれないくらいだ。要するに、走る量と打つ量が同じ位なのである。

ランニングや、筋力トレーニングは大事なのだが、打つ練習時間が短いのは厳しい。このような卓球部にとって、合宿は非常に充実した練習ができる良い機会である。同時に、同じ所に寝泊りして部員同士のつながりも期待できる。

今回の合宿では、1日目の午後、2、3日目は終日を練習として、4日目に個人戦、5日目に団体戦を行なった。昨年までは5泊6日で、練習日が1日多かったのだが、今年は合宿地の変更にとまなう経済的な理由から、泊数が1日へってしまった。そのため、今年の合宿は練習日があったという間に終ってしまった。

当然のことながら、合宿の練習では普段の練習の数日分に当たる量を1日でこなす。何か一つの技術に取り組むには良い機会だと思う。普段の練習ではみにつけるのに何日かかるかわからないようなことでも、1日でできてしまうこともある。また、折角いい感じがつかめても、次の日になると忘れてしまうことだってある。そうしたことから、今回の4泊5日の日程にはいささか不満がある。合宿をする以上は、それなりの効果が望めるものでなければならないだろう。

4. まとめ

ひとくちに合宿といっても、そのとらえ方は実に様々であり、運動クラブの中でもクラブによって合宿の位置付けは異なるし、顧問、コーチ、生徒同士でも違った意識で臨んでいることが多

い。例えば、クラブ顧問が秋のリーグ戦や、新しいチーム作りを柱に合宿を企画しても、肝心の生徒が「強制労働」や、「運動不足の解消」では合宿練習の効果は期待できない。

ところが、そういう生徒たちが卒業生コーチとして参加する頃には、生徒にむかって「何のための合宿なのかよく考えてみる。」と話している。

合宿の効果というと、速効性のある「運動技能向上」という成果に気をとられがちであるが、もっと長期的な視野で生徒の成長を見据える必要があることを上記のコーチの言葉は示唆している。

ところで、この調査は年を追って増加する合宿経費への対応策や、保護者が支出するクラブ顧問の旅費および宿泊費についての意見分布を探ることを目的として始められたが、取材をすすめるうちに、合宿の位置付けによってクラブ毎に異なった対応を模索していることがわかってきた。残念ながら、自力で解決の糸口を見つけられないのが本校の現状である。

施設にこだわれば経費がかさむ。仕方がないので1泊減らす。逆に、泊数を確保したいが費用は押えたいので、練習施設か宿泊施設かのどちらかに不満を持ちながら妥協する。そして引率教官の経費は国費にかわって、「校外指導補助費」という名目で保護者負担となった。また、卒業コーチの旅費、宿泊費は、すべて受益者である生徒の負担となっている。

今後の検討課題としては、①費用、②引率教官の経費、③卒業生コーチの経費および日当、④より条件のいい施設の確保、⑤単独で実施するか合同で実施するか、⑥生徒の健康管理などが挙げられるが、クラブ活動を活性化させるためにも、他校との情報交換を密に行きたい。

(合田浩二)