

共通体育集中授業「キャンピング」の授業概要及びその成果

向後佑香¹⁾, 坂本昭裕¹⁾

1. はじめに

体育センターでは、本年度より新たに集中授業「キャンピング」を開設した。かねてより当センターでは、共通体育の履修方法について検討されてきているが、中でも応用体育（3年次対象）における3単位目の履修については、柔軟で科目選択に幅を持たせることが課題として指摘されていた。特に集中授業では、開設時期が限られていることや日程が長い事、参加費の負担が大きい事などから、ここ数年履修者が減少傾向にあり、開設科目、開設形態などの工夫が求められていた。そこで、身近な学内において履修できる集中授業の科目を充実させる一環として、集中授業「キャンピング」が開設された。そこで本稿では、新設科目であるキャンピングの授業概要（学習目標、プログラム等）とその成果について報告することとした。

ところで、授業としてのキャンピングは、単に野外スポーツの実践や野外活動の技術の獲得だけを目的とするのではなく、見知らぬ仲間との共同生活、不便な環境における生活技術の獲得、自然環境との接触、困難な状況を克服するというキャンプの特性を活かして、参加者の自己概念の向上や人間関係の改善など、心理的成長が期待できるものである。特に携帯電話やインターネットが普及し、人間関係の希薄化や青少年の体験活動の不足が指摘されている現代社会においては、ことさら大きな意義を持つことのように感じる。このような社会的背景及び

キャンプの特性を踏まえ、授業の成果について主に自己・他者・自然の3つの観点からH24年度の授業を受講した学生20名のレポートを中心に報告する。

2. 授業概要

1) 授業の目的

本授業では、“キャンプを通して自己の主体的能力を開発し、発展させること”が目的であった。特に授業のねらいとして以下の5つが掲げられた。

- ①キャンプを「安全」に自分たちの力で楽しむ。
- ②キャンプに関する知識や技術を自分で求め、深め、高めていくことができる。
- ③キャンプを通して人間関係を豊かに広めていくことができる。
- ④キャンプを通じて自然について考えを深めることができる。
- ⑤キャンプを通して自分を豊かにしていける。

2) 実習期間および実習場所

実習は2012年7月10日（火）～7月13日（金）の3泊4日の日程で、筑波大学野性の森及び筑波山周辺で行われた。1日目と4日目は野性の森を中心に活動し、2日目は筑波山周辺、3日目はグループ別活動となるため、班ごとに大学周辺で実習を行った。実習3日目からは雨天となったが、場所は変更せず雨具を着用しそ

1) 筑波大学体育系

のまま野性の森周辺で活動を行った。

3) 学生募集と事前講習

大学の備品数（テント・マウンテンバイク等）の関係上、定員は20名とし、オリエンテーションを平成24年6月7日（木）の17:00から体育センター会議室で行った。当日、20名をはるかに超える人数（約50名程度）が集まってしまったため、必修科目として受講する学生を優先とし、その後抽選とした。実習費は1人8,000円を収集し、後日3,000円の返金を行った。実習費の内訳は主に食費や保険代、消耗品等であった。

オリエンテーション後に活動班と役割分担を決定し（男女混合3班編成）、その班ごとに実習3日目に行うグループ別活動の計画を立てることを事前の課題とした。

4) 実習内容

キャンププログラムに関しては以下の表1に示す通りであった。

1日目

1日目は主にテント設営、火起こし、刃物の使い方、野外炊事などの基本的な野外生活技術について、実際体験を通して学習した。特にテント設営では、設営場所や安全についての最小限の情報だけを与え、具体的な設営の仕方は提示せずに学生たちだけで説明書を見ながら設営を行わせた。グループ内で試行錯誤することによって、必然的に会話や共同作業が生まれることとなり、アイスブレイクの意味を持たせる事をねらいとした。なお、テントは各班2張ずつ設営した（男性用・女性用として）。その後、次の日のマウンテンバイク（以後MTB）遠征のためのフィッティング作業を行い、野外炊事のための安全な刃物の使い方、火のおこし方についてレクチャーを行い班ごとに野外炊事に取り組んだ。

2日目

2日目はメインプログラムであるMTB遠征であった。グループごとに渡された地図を読みながら筑波山のつつじヶ丘までMTBで行き、

表1 プログラム

	第1日	第2日	第3日	第4日
	7月10日（火）	7月11日（水）	7月12日（木）	7月13日（金）
7:00		朝食（お弁当作り）	朝食（お弁当作り）	朝食
8:00				創作活動（中止）
9:00		MTB 遠征	グループ別活動	撤収
10:00		（グループ走）	（自然体験活動）	閉講式
11:00		&		
12:00		登 山		
13:00	集合（野性の森）	（筑波山）		
14:00	開講式			
15:00	テント設営		グループ別活動	
16:00	サイクリング準備	帰着（16:00 厳守）	報告会	
17:00	夕食作り	クリーンアップ	夕食作り	
18:00		夕食作り	生還パーティー	
19:00	シャワー	シャワー	キャンプファイヤー	
20:00	ボンファイヤー		シャワー	
21:00				

筑波山に登り、再びMTBで大学まで戻ってくるというプログラムであった。朝食と昼食のお弁当を作った後、グループごとに設定した時間に出発していった。途中地図を読み間違え、3グループとも筑波山とは反対方向に進んでしまうアクシデントもあったが、全班つつじヶ丘まで無事到着することができた。しかしながら帰着時間の制限もあり、筑波山登山は行われず野性の森へと戻る事となった。途中暑さの為、体調を崩してしまう学生が1名出てしまったが、伴走車に乗せ大学に戻り休んだところ、夕方の活動からは問題なく参加する事ができた。野性の森へと戻った後は、MTBのクリーンアップを行い、夕食の野外炊事に取り組んだ。

3日目

3日目は班ごとに事前学習として課題を与えていたグループ別活動を行った。これは事前の

オリエンテーション時に課題を与え、班ごとに興味のある野外活動の企画・運営・準備を行うものであった。当日は班ごとに自分たちの立てた計画に従い準備を行い活動に取り組んだ。ある班は竹を用いて釣竿を作り、さらに餌となるミミズを捕獲し、天久保池でブラックバスやブ



写真1 MTBグループ走の様子1



図1 MTBグループ走コース詳細



写真2 MTBグループ走の様子2



図2 走行距離及び標高差 (走行距離 47.8km, 最大標高差 520m)

表2 コースタイム

場所	コースタイム		
野性の森出発	1班 9:00	2班 9:00	3班 8:20
平沢官衛遺跡到着	1班 10:00	2班 10:30	3班 9:30
不動峠到着	1班 11:00	2班 11:15	3班 10:30
～反対方向へ進み再度不動峠へ戻る～			
つつじヶ丘到着	1班 13:00	2班 13:30	3班 12:40
つつじヶ丘出発	1班 13:45	2班 14:00	3班 13:30
野性の森到着	1班 16:00	2班 16:00	3班 15:20

ルーギルなど計8匹を釣り上げていた。また別の班は大学周辺の久松農園へブルーベリー狩りに行き、そこで採ってきたブルーベリーでジャムを作成したり、ダッチオーブンを用いてパンを焼いたり、草木を用いて染物を行う等、各班の興味関心に沿って多彩な活動に取り組んでいた。15時までにグループ別活動を終え、その後グループ活動の報告会を行い、班ごとに取り組んだ活動の内容や感想を発表した。報告会後は生還パーティーとして、パエリアやスタッフドチキン等のパーティー形式の野外料理メニューを作り、夕食後はキャンプファイヤーを行った。



写真3 班別活動（釣り）の様子

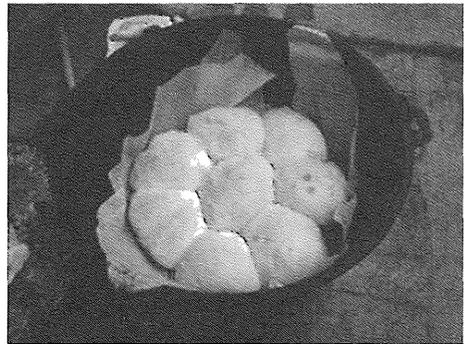


写真4 班別活動（パン作り）の様子

4日目

4日目は当初、創作活動の予定であったが、雨天により撤収作業に時間がかかることが予測されたため、創作活動を中止し、テントサイトの撤収や、清掃作業を行った。撤収作業を終えた後、閉講式を行い、実習を終えた。

5) 傷害や病気について

2日目のMTBグループ走の途中で、暑さの為体調を崩してしまう学生が1名出てしまった。学生にとっては夏休み期間中という事もあり、実習前に屋外で活動する機会がほとんどなく、急激な温度変化や水分補給の方法など不慣れな状況が要因であると考えられる。学生の体調や体力をしっかり把握し、気象状況等を考慮しながら不安のある学生に対しては常に注視しつつ、無理をさせないような指導を行っていく必要がある。その他、キャンプ4日間を通して

大きな怪我や体調不良などを訴える学生はいなかった。

3. 授業の成果（学生の感想より）

最後の課題として、「キャンピングを通して学んだこと・考えたこと・感じたこと」という題でレポートを課した。そのレポートに記載されている内容から、学生の学びや気づきをまとめた。

【自己に関する気づき】

○僕は自分との戦いに弱いことを自覚している。勉強や研究でも初めに立てた目標が辛くなってくると、だんだん自らハードルを下げていってしまう。本当にそういう自分が嫌いでもうにかしたかった。しかしその反面諦めて自分を変えることから逃げている自分もいた。筑波山の坂を自転車で登ることは想像以上に難儀なもので、登り始めるとすぐ自分の限界を知った。もう辛い、こぎたくないという自分に出会い、初めは何度も自転車を降りて押しながら登った。しかし、自転車を押すと当然登るペースは遅くなり、同じ班のメンバーにも迷惑をかけることになってしまう。しかも僕達の班はコースを間違えてしまい、正規ルートに戻るのに多大な時間をロスしていた。そんな極限状態の中、（僕は研究や勉強でも部活でもいつもこうやってすぐに逃げて諦めてしまう）、とネガティブな事を考え始めた。しかし、同じ班の女の子達が本当に辛いのに一生懸命班員に付いていこうと自転車をこぎ続けているのを見て、僕の中で自転車を押している自分が惨めで恥ずかしく思えてきた。それと同時に僕は「自分に勝ちたい」と強く感じ、辛くなっても「まだこげる」と自分に言い聞かせた。この気持ちになれたことは僕にとってキャンプを通して一番の収穫だったと思う。

○（マウンテンバイクでのグループ走）当日、

みんなと一緒につつじヶ丘まで登ることができた。ここまで周りと同じペースで来られたこと、時間さえあればきっと山頂まで登れる体力がその時残っていたことにととてもびっくりで少し不思議だった。そして今まで自分を信じず、運動能力に上限を作ってしまったことに反省した。きっとこの体験をしなかったらこれからもずっと自分が思っているよりも運動できること、体を動かすことの気持ちよさを知らなかったはずだ。

【他者との関係に関する気づき】

○キャンピングという授業の性質上、学生たちは班ごとの集団行動をとることになる。ほぼすべての活動は同班のメンバーとすることになる。さらに言えば、とても一人ではできない作業ばかりであった。テント設営、毎食の調理、登山、夜のテントでの語り、どれをとっても個人では不可能もしくは困難であったはずである。そして皆で考え、行動するからこそ、目標を達成した時の喜びは大きくなったと感じた。また、終盤には班の枠を超えて、全員が協力し合うようになったのも非常に大きな成長であると感じた。

○今までの私であれば、体を動かしたり足が泥だらけになることなど絶対にやりたくない、と思ったはずである。キャンプを通して「誰かと一緒に体を動かして何かをやりとげること」の楽しさに気づけたことが、一番の収穫であった。

○今回のキャンプでたくさんの初めてに出会った。それらには一人で出来ることもあったが、ほとんどは一人では出来ないことで、協力して何かをやるという事は楽しくまた巨大なパワーをもっているのだと改めて実感できた。

【自然に関する気づき】

○出会ったばかりの人と一緒に作った食事を、出会ったばかりの人と一緒に、外で、汚れた

木の椅子に座って、汚れた木のテーブルで食べる。やや潔癖性のきらいがあった私にとって、それは苦痛でしかないと思っていた。しかし実際にやってみると、意外なことに全く平気であるどころか、とても楽しく気持ちの良いものだった。森のなかであったせいか、それほど暑さも感じず、鳥や虫の声、風の音、青々と生い茂る葉が揺れる音だけに囲まれての食事は、ただのカレーライスでさえもとてもおいしく感じられたのである。ただなんとなく“汚い”と感じ、今までずっと“自然”から距離を置いてしまっていた自分を恨めしく思った。初日にして、これからはもっと“自然”とふれあう機会を多く持ちたいと感じた。

- キャンプの前までは自然のもつ空間と私たちが生活している空間は別のところにあるものという認識だったが、わたしたちは自然の中で少し場所を借りることで生活できているのだ、とキャンプを通して感じるようになった。

【その他の気づき】

- 野性の森は大学内と言っても別世界で想像していたよりかなり自然の中にあり、普段の生活とは全く違うものであった。そこから普段の生活の様々なものがありがたみを知ることができた。今回のキャンプではガスと電気も使えなかったため、食事をする際は一回一回かまどに火をおこさなければならず、最初はどうすれば効率的に火を起こせるか分からず大変であった。木の枝を切ったり、薪を割ったりしなければならぬため、ガスのありがたみがよく分かった。最初は火をおこすのにも時間がかかっていたが、キャンプ最終日にはすぐに火も起こすことができるようになった。
- このキャンプで不便な環境に身を置いて普段の当たり前前に感じている生活を相対化して考えることができ、その場にある限られたもの

を使い自分の頭で考えて工夫することを体験でき、自分の中の引き出しを増やすことができたと感じました。

- このような電気もガスもない、日が暮れたら眠り日が登ったら起きるような生活は日常とはかけ離れていて、昔の生活はこのようものだったのかなと思うのと同時に、当たり前前の生活のありがたさを感じました。

4. まとめ

学生のレポートにもあるように、今回の集中ではキャンプにおける共同生活を通して、普段の生活や授業で体験できない経験を提供することができたと感じる。特に、大学生になると日常生活において共同作業や共同生活を行う事は少ない。キャンプではテント設営や野外料理などグループでの協力作業が必要不可欠であり、そのような体験を通して学生が「誰かと一緒に体を動かして何かをやりとげることの楽しさ」に気づけた事は大きな収穫であると思われる。

また、青少年の体験活動の不足が指摘されているように、参加者の学生も、自分たちで火をおこして料理を作ったり、テントに泊まったり、刃物を扱ったり等という経験が初めての学生が多々参加していた。そのような学生にとって、直接自ら体験しながら、試行錯誤を繰り返しながら学びを得るという事は極めて重要な体験である。今回、筑波山へのMTBグループ走では班ごとに地図を渡したが、全ての班が道をロストしてしまった。ある学生は、「地図が読めなくても携帯のGPSで調べれば良いと思っていたけど、電波が入らず使えなかった」と語っており、普段の便利な生活の中とは異なる環境で、いかに行動できるかを体験できる良い機会になったのではないかと感じた。

今回のキャンプは、筑波山登山やテント生活、野外での自炊など、学生が当初思い描いていた「楽しいキャンプ」とはかけ離れたものだったかもしれない。「単位の為」、「楽そうだったか

ら」という受講理由も少なからず存在したが、終わってみるとそれぞれの学生が授業でねらいとしていた、①キャンプを「安全」に自分たちの力で楽しめる。②キャンプに関する知識や技術を自分で求め、深め、高めていくことができる。③キャンプを通して人間関係を豊かに広めていくことができる。④キャンプを通じて自然について考えを深めることができる。⑤キャンプを通して自分を豊かにしていける。以上の5つの目標を概ね達成できたと感じる。共同生活や自然との触れ合い、不便な生活など、現代の大学生にとって非常に意義深い体験のできる授業であると思うので、今年度の実績、反省点等を踏まえ、次年度以降さらに良い授業を提供していけるよう努めていきたい。

5. 今後の課題

来年度からの2学期制に伴い集中授業の実施時期など変更点もあるが、次年度以降に向けて今後の課題や反省点として以下の点を検討して

いく必要がある。

○学生数に応じたテントやMTBの確保

テントの数に限りがあったため、数人は古いテントを使用する事となり、空間的にやや狭かったり、空気が通らずあまり快適ではなかった。今後、実習に関する用具等をさらに充実させていきたい。

○実施時期等の検討

本年度は7月初～中旬にかけて実習を行ったが、最高気温が30度を超える日もあり、非常に暑い中実習を行う事となった。また、今年度は天気恵まれたが、梅雨明け前は天候によってプログラムが左右される可能性もある。気温や天候等を考慮し実施時期を検討していく必要がある。

○キャンピング独自の授業評価の実施

当センターにおける共通の授業評価は実施しているが、キャンピング独自の授業のねらいや目的に対する成果を簡便に評価するため、評価方法の検討を行っていく必要がある。