

## 新カリキュラムにおける 2013 年臨海実習の報告

椿本昇三\*・仙石泰雄\*・村瀬陽介\*・酒井 紳\*\*・高木英樹\*・  
本間三和子\*・大高敏弘\*・武政 徹\*・渡部厚一\*・宮川俊平\*

### Report on the New Curriculum Intensive Swimming Course at Beach in 2013 Summer

TSUBAKIMOTO Shozo\*, SENGOKU Yasuo\*, MURASE Yousuke\*,  
SAKAI Shin\*\*, TAKAGI Hideki\*, HOMMA Miwako\*, OTAKA Toshihiro\*,  
TAKEMASA Tohru\*, WATANABE Koichi\* and MIYAKAWA Syumpei\*

#### 1. はじめに

筑波大学では、2013 年 4 月の新学期から、開学以来の大幅なカリキュラム改革が行われました。体育専門学群においては、臨海実習は平成元年からスキーと選択する選択必修科目として行ってきました。今回 4 月の改革で、臨海実習は、1 年生全員の必修科目となりました。四半世紀ぶりの実習変更です。1902 年（明治 35 年）東京高等師範学校から現在に至るまで、今年で 111 年の歴史ある授業なので、これからも安全で、時代のニーズや社会環境の変化に対応する必要があります。水泳教育の意義は、「水中で人の命を守る」ことです。これは、昔から普遍の内容であり、水中での自己保全能力の向上をはかることで、水中での事故を未然に防ぐことです。

本実習の意義は、以下の大きな 4 本柱で構成されています。

「(1) 自然の海での水泳能力の向上」、

「(2) 水中安全教育を理解し、また、救助・救急法を学ぶ」、

「(3) 海を通して自然環境への理解を深める」、

「(4) 集団生活を通して社会性・協調性・自主独立・リーダーシップ・フォロアーシップなどを学習し、また仲間作りや友好を深める体験をすること」、

最後に、学外での集団共同生活は、本実習の大きな特徴である。キャンパスを離れて、普段経験できない貴重な体験をし、より多くの実習成果をあげら

れるように、実習生各自が自覚し、筑波大学生としてふさわしい行動で実習に取り組むことを目的としています。

#### 2. 授業概要

自然活動（海）の水泳（遠泳・水辺活動）を集中授業で行なう。その実習を通して、水泳の理論と実技について理解を深める。また、日本泳法・救助法の実習を行なう。実習は、千葉県館山市見物海岸一帯で行なう。

#### 3. 授業期日ならびに受講該当学生

前半：7 月 9 日（火）～ 11 日（木）2 泊 3 日間  
体育専門学群 1 年生の学生 131 名

後半：7 月 11 日（木）～ 13 日（金）2 泊 3 日間  
体育専門学群 1 年生の学生 114 名

#### 4. 宿 舎

鳩山荘（受講該当学生、教員、医師、看護師、補助員）  
〒 294-0305 千葉県館山市見物 787-2  
(TEL 0470-29-2311)

筑波大学館山研修所（教員、非常勤講師、補助員）

#### 5. 実習運営担当

##### 5.1. 実習指導教員

5.1.1. 学内教員：椿本昇三（実習責任者）、高木英樹、

\* 筑波大学体育系  
Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba

\*\* 筑波大学大学院人間総合科学研究科博士後期課程  
Doctoral Program in Physical Education, Health and Sport Sciences, Graduate School of Comprehensive Human Sciences,  
University of Tsukuba

武政徹、村瀬陽介

学内協力教員（フレッシュマンセミナー担当教員 12 名）

5.1.2. 非常勤講師：富樫泰一（茨城大学）、渡辺将司（茨城大学）、安藤邦彬（明治大学）

5.1.3. TA（ティーチング・アシスタント）：酒井紳、成田健造  
 補助員（本学大学院生）：下門洋文、武田紘平、角川隆明、小林啓介、佐々木洋輔、橋富達也、山下健人、横山祐太、山口真弥、長岡裕里子、佐野公英

5.2. 医療関係

5.2.1. 世話役（医師・看護師の手配等）： 宮川俊平（スポーツ医学）

5.2.2. 医師：渡部厚一（スポーツ医学）、辰村正紀（いちほら病院）

5.2.3. 看護師：黒田梨絵、江見静穂

5.2.4. 健康診断および医薬品準備（保健管理センター）

<平成 25 年度体育専門学群臨海実習報告書>

平成 26 年 3 月上旬予定

体育専門学群長 殿

1. 今年度の実習参加人数は、245 名（前期 131 名、後期 114 名）である。

班別人数は、以下の通りである。

<前期：131 名、男子 99 名；女子 32 名>

<後期：114 名、男子 78 名；女子 36 名>

以上の図表から、泳げる学生の泳力は、例年とほぼ同じであるが、初心者はいくつか見られた（昨年は 6 名、本年度は 15 名）。中には、小学校で一度も水泳の授業を受けていない学生が 1 名おり、非常に驚かされた。しかし、短い期間の特訓で、見事 2 時間完泳できた。全員必修になったことで、今まで把握できていなかった初心者の対応がこれからの課題になる。

参考として、以下の表 3 に昨年度の泳力チェックの結果を示す。

表 1 臨海実習における班分けと各班の人数および泳力（前半）

	A(上級班)				B(中級班)				C(初級班)			
	1班		2班		1班		2班		1班		2班	
人数 (人)	30		22		20		19		19		18	
男女 (人)	男:26 女:4	男:18 女:4	男:13 女:7	男:15 女:4	男:12 女:7	男:12 女:6						
平泳 (s)	51.5 ± 3.4		60.2 ± 2.3		67.9 ± 3.0		75.8 ± 4.6		50m完泳できない人がいるため			
クロール (s)	39.6 ± 5.3		47.6 ± 6.7		51.8 ± 7.7		53.2 ± 7.2		計算不可			

(注) 平泳・クロールは平均値±標準偏差および、C班においては 25m 未満の泳力者が 7 名

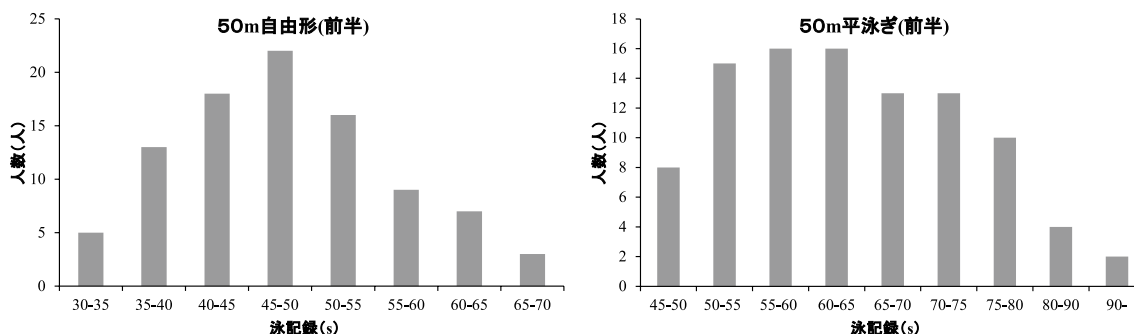


図 1 クロール（左）、平泳（右）における泳力レベルの分布（前半）

表 2 臨海実習における班分けと各班の人数および泳力（前半）

	A(上級班)				B(中級班)				C(初級班)			
	1班		2班		1班		2班		1班		2班	
人数 (人)	30		18		17		17		14		16	
男女 (人)	男子:26 女子:4	男子:12 女子:6	男子:9 女子:8	男子:13 女子:4	男子:8 女子:6	男子:8 女子:8						
平泳 (s)	50.8 ± 3.4		58.4 ± 2.9		65.1 ± 3.3		74.6 ± 6.8		50m完泳できない人がいるため			
クロール (s)	41.0 ± 5.4		49.5 ± 4.5		49.5 ± 7.4		47.8 ± 5.7		計算不可			

(注) 平泳・クロールは平均値±標準偏差および、C班においては 25m 未満の泳力者が 8 名

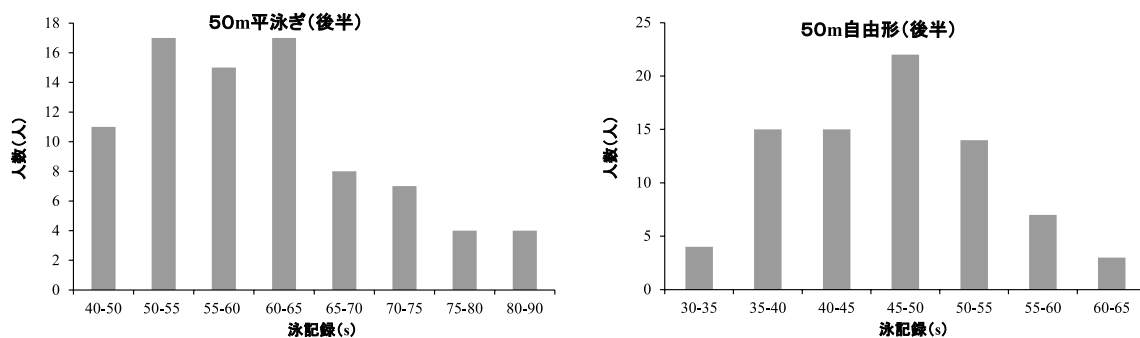


図2 クロール(左)、平泳(右)における泳力レベルの分布(後半)

表3 2012年度臨海実習泳力チェックの結果

2012年度臨海実習泳力チェック結果(前半)

	A			B			C	
	1班	2班	3班	1班	2班	3班	1班	2班
人数(人)	14	13	9	10	10	11	12	10
平泳(s)	50.5±3.1	57.5±2.3	62.3±1.2	66.1±1.5	75.7±4.5	86.8±4.7	50m完泳できないものがあるため	
クロール(s)	39.1±5.1	43.6±3.6	49.4±7.1	47.8±8.8	49.4±8.3	58.4±8.6	測定不可	

2012年度臨海実習泳力チェック結果(後半)

	A	B	C		
	1班	1班	2班	1班 2班	
人数(人)	18	14	11	12 14	
平泳(s)	49.4±4.5	57.5±1.5	65.1±3.5	50m完泳できないものがあるため	
クロール(s)	37.0±4.5	43.2±4.7	46.5±5.1	測定不可	

(注) 平泳・クロールは平均値±標準偏差および、C班においては25m未満の泳力者が4名(前半)、2名(後半)

<臨海実習までの流れ>

泳力チェックは、木曜日1時間目のフレッシュマンセミナーを利用して、

2回に分けて行った。また、事務的な連絡は、全体講義の最後にアナウンスを行った。

- ・5月9日(木):1~6クラス泳力チェック(50mクロール、平泳ぎ)
- ・5月16日(木):7~12クラス泳力チェック(50mクロール、平泳ぎ)
- ・5月29日~6月19日までの毎週水曜日に隊列泳および泳法練習を実施
- ・6月15日(土)午前10時~12時:全体講義

<実習中の気象状況>

<実習の成果>

実習の成果は、以下の通りである。

1. 遠泳(2時間泳)は、参加者全員が完泳できた。特に、プールでは、数メートルしか泳げなかった15名が見事に完泳できたことは、水泳部のマンツーマン指導に寄るところが大きいと言える。また、仲間と一緒に励ましあったチームワークの成果でもある。今年から1年生全員参加の遠泳であったが、前年に比べて、初心者が多く、完泳できるか非常に心配をしたが、初心者全員が完泳できたことは、見事な結果である。これは、実習前の泳力からはとても考えられないような大成果である。隊列によるグループダイナミックスの大きな力に支えられたことと、天候に恵まれたことも、好結果につながったと考えられる。改めて、

表4 実習中の天候・気温・水温・風速

日付	7/9(火)	7/10(水)		7/11(木)		7/12(金)		7/13(土)
午前/午後	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
気温(°C)	26.5	27.5	34.0	27.9	31.8	27.9	31.8	29.8
水温(°C)	29.7	23.5	25.5	22.5	23.5	23.8	25.5	24.3
風速(m/s)	3.2	4.0	4.5	3.5	2.5	0.8	0.1	0.0

集団での隊列泳の大きな意義を痛感したしだいである。

2. 実習ノートを用いて教員と学生は、毎日実習の内容についての質疑応答を行なった。学生からはいろいろな質問が出され、教員は丁寧に答えた。このような質疑応答をすることは学生から大きな評価を得た。今年度は授業の必修化に伴い、受講者数が増え例年のように教員と学生が宿泊を共にすることはできなかったが、実習ノートにより疑問や不安を担当教員に伝え、教員の的確なアドバイスにより学生は安心して実習に取り組んでいた。これにより、大学内以上に教員と学生の親交や相互理解が深まったと考えられる。また、今回の遠泳中心の実習は、当初の目的に対して、大きな成果を上げたと言える。さらに、集団生活を通して、規律ある生活態度を養い、さらに多くの友人を作ったことが実習の成果として上げられる。

<まとめ>

今年度は、2年生の臨海実習も行った（前半7月4日～7日、後半8月26日～29日：総数156名）ので、1年生の実習に十分な指導体制（非常勤講師や学内協力教員）がとれなかったが、実習の成果は予想以上の良い結果をあげることができた。来年か



図3 A班（ブルー）、B班（イエロー）、C班（レッド）の集合写真

らは、十分な指導体制がとれ、人数的にゆとりのある班編成が可能になるので、新しいプログラムを工夫したいと考えている。

最後に、本年度の実習の成功は、多くの学内教員の協力による結果であることをここに報告し、また感謝の辞を申し上げます。

<今後の課題（来年以降の実習に向けての改善）>

1. 実習日程の検討（2泊3日と学生参加人数の調整・指導体制の検討）
2. プログラム内容の検討（日本泳法と救助法）
3. 臨海実習用のテキスト作成（4月下旬までに学生へ配布）
4. 学内協力教員の確保（できれば新任の教員に多く参加してもらう）

<付録：実習風景の写真>

今年度から、班ごとにキャップの色分けを行った（A班ブルー、B班イエロー、C班レッド：図3）。その結果、非常に各班の行動が確認しやすくなり、安全確認にも効果があった（図4、5）。また、安全に遠泳を行うための隊列泳表を例示する（図6）。



図4 遠泳隊列泳風景



図5 日本泳法（横泳ぎ）指導風景

### 隊列泳表

本遠泳〔 C 〕班

平成 25 年 7 月 11 日、 午前 9 時 ~ 11 時 ( 2 時間 )				
気象条件(天気: 、 気温 度、 水温 度、 風速 m)				
指導教員: 安藤 邦樹 先生、 利根 隆介 先生、 筒川 隆明 先生				
補助員: 小林 隆介、 山口 真弥、 佐野 公英、				
装備:				
手こぎボート(1 艘)、 レスキューボード(1 本)、 レスキューチューブ(12 本)、				
ブキ本(2 枚)、 水、 水砂箱、 トランス、 メガホン、 隊列泳表、 毛布、				
その他:				
隊列表				
指揮船(安藤 邦樹 先生 )				
(筒川隆明 先生)				
○(佐野 公英)				
○ 筒川隆明 水-ア	A	B	C	D
○ 利根隆介 水-ア	1 (高野 琢也)	(佐野 公英)	(戸田 誠二)	(高田 裕文) ○
	2 (田中 崇亮)	(尾張 詩朗)	(吉田 和輝)	(田中 誠一郎) 山口 絢丞 水-ア
	3 (松下 剛介)	(高柳 昂子)	(伊藤 泰)	(腹巻 康子)
	4 (古谷 優子)	(丸形 匠紀)	(榎本 未来)	(永田 穂子)
	5 (江上 石純)	(藤原 実泉)	(新田 祥基)	(菊池 敏生)
○ 筒川隆介 水-ア	6 (佐藤 博)	(船本 啓人)	(河原 悠)	(今林 史佳) ○
	7 (大平 永貴)	(松本 健太)	(森澤 依太)	(有藤 陽向) 藤井 陽平 水-ア
	8 (川原 誠)	(下條 祐馬)	(成田 恭平)	(永田 衛)
	9 ( )	( )	( <u>河原 悠</u> )	( <u>筒川 隆介</u> )
	10 ( )	( )	( )	( )
○ 安藤 邦樹 水-ア	11 ( )	( )	( )	( ) ○
	12 ( )	( )	( )	( ) 筒川 隆介 水-ア
○ 小林 隆介 水-ア				
○ 山口 真弥 水-ア				

図 6 C 班の隊列泳表の例