

学外コース（乗馬）の生涯スポーツ化に関する授業の取り組みについて

○上野直紀（いわき明星大学）

鈴木秀雄（関東学院大学）

五十嵐幸一（いわき明星大学）

生涯スポーツ化、馬さばき、余暇活動動機、学外コース

I はじめに

『レジャー白書'96』⁽¹⁾の平成7年における余暇活動からみると、経済不況によりレジャーへの関心はやや低下の傾向にあるが、年齢別にとらえてみると、若い層では男女とも非日常空間でのスポーツやアウトドア型のレジャーへの潜在需要が高い。高年齢層になると全体的にこの潜在需要の数値は低くなり、創作活動や文化的活動への潜在需要が高くなる。高年齢層の余暇活動へのニーズも文化的な側面が重点を占め、多様化していることがわかる。

余暇活動におけるスポーツ部門の活動種目は、昭和50年代の前半から半ばにかけて急速に参加率を伸ばし、昭和62、63年あたりから再び上昇傾向を示した。いわゆるバブル景気と消費好調のもとで、参加率を伸ばし、そのバブル崩壊後は、多くの種目で参加率は減少傾向にある。ただ、余暇意識は“仕事よりむしろ余暇の中に生きがいを求める”人が全体の10.6%と前年より2.1ポイント増え、“仕事は要領よくかたづけて、できるだけ余暇を楽しむ”の23.9%と合わせた“余暇重視派”が減少傾向にあることがわかる。

日本人の余暇動機（余暇に求める楽しみや目的）では“友人や知人との交流を楽しむこと”が第1位を占め、以下、“心のやすらぎを得ること”が8年間（1987年～1995年）で常に上位を占め“自然に触れること”という余暇活動動機が増えている。⁽²⁾

前出の白書によれば、余暇活動への参加、消費の実態は、乗馬の参加人口は60万人であり、余暇活動に占める乗馬活動の参加希望率は全体の5.7%であり、前年（40万人）より増加していることがわかる。

近年、リゾート地などで自然の中でのスポーツ活動が目立つようになってきた。日常生活は、ともすれば見失いがちな自然の潤いや自身を取り戻したいという人間性回復の動きの中で乗馬活動への志向もその一つと考えられる。

大学での学外コース（乗馬）は、1994年より体育実技Ⅱ（学外集中コース）に設置され、地域の特性を生かし、学生のニーズに合わせた形態でのコースの一つとして実施されている。

道具を利用して行うスポーツの場合、ほとんどは自身の意志を持って行うものであるが、乗馬は、生命ある動物を利用するところに特徴があるのはいうまでもない。大自然の中で走り、跳び、自由に動き回る馬の本能を発揮させ、人馬一体で喜び、楽しむスポーツである。馬場での訓練後（常足、速足、軽速足、駈足）、野外騎乗として連馬で指導者の指揮通りに活動するスポーツとして何ものにも代えがたい価値を有するものである。

乗馬は、性別、年齢、体格、体力、運動能力等に依存することなく、生涯スポーツ⁽³⁾として誰もが楽しむことができる可能性をもっている。それだからこそ、運動の日常生活化及び運動の世代を越え、あるいは世代をまたがった形態で実行することができる生涯スポーツ化を実現できるスポーツ活動の一形態ともいえるのである。

Ⅱ、本研究の目的

本研究では、学外コースとして各選択種目が設置されている中で、大学卒業後も身体活動を続けることができる種目（生涯スポーツ化活動）の一つとして“乗馬”が開講されており、授業への取り組みにあたっての実践カリキュラム（乗馬プログラム）のよりよい方策を模索する中で、季節の風に吹かれ、心ゆくまで自然との一体感を体験し、自然の懐に飛び込む楽しさ、きびしさを知り、馬の背に揺られながら自然景観に恵まれた場所での授業展開をさらに生涯スポーツ化にするための要因を明らかにすることにある。

また、馬の特性を知り、人馬一体となってさまざまな活動を合宿（4泊5日）によって各自が意図的、計画的に目的、目標をバランスよく達成させる重要な実践の場としての学外コース（乗馬）となっている。まさに受講生が乗馬を通して体験するさまざまな要因を確認し、生涯スポーツ化を意識した学外コース（乗馬）により個人の生活や行動にどのような変化を与えることができるか、また、乗馬の体験という活動の広がりから、生涯スポーツ⁽⁴⁾の実践という深まりのある活動へ、すなわち生涯スポーツ化への具体的提供を図る為の一つの地域特性を生かした活動に意義づけ（要因の明確化）を目的としたものでもある。

Ⅲ、研究の方法

本研究は、平成6～7年度に実施された授業（学外コース：乗馬）の実態分析と授業への取り組みに総括的な検討を加え、生涯スポーツ化への要因の明確化を図る視点から質問紙法を用いて分析した。

検討対象：いわき明星大学体育実技Ⅱ：学外コース（乗馬）受講生

調査期間：平成6年～平成7年（2ヶ年）

検討方法：質問紙法による調査

- ①各年度毎の課題（2ヶ年、4コース、4泊5日）
- ②実習帳、各個人別日誌（100名）
- ③課題聞き取り調査（実施期間中：100名）
- ④事前授業提出レポート（100名）

以上の内容について精査した。

Ⅳ、結果・考察

学生から得られた生涯スポーツ化に対する意義づけ（要因1～要因4）の明確化が以下のよう
に得られた：

○生涯スポーツ化に対する要因1

～現代社会における動物と人間との関係～

- ①動物との共生や共存をはかる精神の涵養
- ②動物との直接接触から生まれる先入観と現実とのギャップの認識（理解）
- ③動物の全体的な世話をすることによる生き物としての特性の理解

○生涯スポーツ化に対する要因 2

～馬の特性に対応した馬さばきの理解による不安（恐怖感）の解消～

- ①馬の特質の理解
- ②馬の特質を理解した上での心理的な準備

○生涯スポーツ化に対する要因 3

～乗馬の初歩技術⁽⁶⁾の分析的理解～

- ①騎乗準備 イ、無口、頭絡をつける
ロ、引き馬
ハ、馬具の装着
ニ、乗馬
ホ、下馬
- ②騎乗技術 イ、基本姿勢、馬上体操
ロ、扶助
ハ、4種類の歩様
a)常足
b)速足
c)軽速足
d)駈足
ニ、歩様の変換

③野外騎乗

④馬の管理

○生涯スポーツ化に対する要因 4

～自然、人間、動物との融合～

- ①乗馬の楽しさ、面白さの充実
- ②多様な交流を実現する
- ③関係する事象との交流を深める

V、まとめ

本学における学外コース（乗馬）に参加した学生の多くに積極的な参加がみられた。特に女子学生に希望が多く、受講希望者全体の8割（120名中96名）を越えており、乗馬といえどもかなり活発化し、生涯スポーツ化しつつあるといえる。学外コース履修後、毎回、乗馬クラブに入会する学生も複数に及んでおり、昨年、受講生25名中9名が乗馬クラブに入会（34%）、その中には現在、馬場馬術競技の選手となっている学生や卒業生もあらわれている。

現代社会におけるスポーツは、ニュースポーツの台頭により多種多様であり、従来の大学体育の領域では計り知れない程の広義にわたる活動範囲となっている。

従来の大学体育は、高校体育の延長といった要素もあり、ある部分では現代の学生のニーズに対応できないままである。現代社会における若年層のスポーツ志向は、与えられた課題に対して自分が努力するスポーツは敬遠され、誰にでもすぐにできて楽しめるスポーツが受け入れられているようである。これは、スポーツが簡単に非日常の世界を体験できる手段として用

いられているためであり、“簡単に、楽しく、かっこよく”ということが、若年層に受け入れられる物事の基本を成しているといえなくもない。

その意味においても乗馬は、馬に触れた瞬間から非日常的な体験ができ、基本的な乗馬技術もそれほど難しいものではないことが、若者のスポーツ志向に合致しているといえよう。また、折しも、自然志向、アウトドア志向が盛んに説かれていて、自然の中で活動することが、一種の流行となっている。馬に乗るという行為とアウトドア（自然）という二つの要因が若者をひきつけ、“するスポーツ”としての乗馬を成立させたといえよう。

乗馬の生涯スポーツ化に対する要因として、

- ①現代社会における動物と人間との関係
- ②馬の特性に対応した馬さばきの理解による不安（恐怖感）の解消
- ③乗馬の初歩的技術の分析的理解
- ④自然、人間、動物との融合

があげられるが、これらの積極的理解を進めることができるカリキュラム（プログラム）を作成することは、乗馬に対する先入観や誤ったイメージを修正し、また、逆に動物を甘く見ることなどによる行動からの事故を未然に防ぐことに有用であろう。

単なる流行としての乗馬ではなく、将来にわたって継続できる“スポーツとしての乗馬”を具現化するためにも、より安全で楽しい生涯スポーツ化としての乗馬が実現されるべきである。

なお、実践活動内容の報告については、スライドプレゼンテーションにより、その実態を明らかにする。

〈引用文献〉

- (1) 駒余暇開発センター編『レジャー白書'96』1996 pp.43-52
- (2) 前掲書 pp.16-17
- (3) 鈴木秀雄「生涯スポーツの意味 (The Meaning of Life Time Sports)」
『日本大学櫻門体育学研究』第25集 1991 pp.26-27
- (4) 前掲書 pp.27-29
- (5) ㈱全国乗馬倶楽部振興協会『Let's Enjoy Riding (初心者のための乗馬テキスト)』
1995 pp.12-56

〈参考文献〉

- 瀬理町芳雄『FIRST RIDING 乗馬をはじめよう』高橋書店 1995年6月
山口佳男『楽しい野外乗馬』北海道新聞社 1995年7月
村上捷治『乗馬ブック』山海堂 1993年
平田 隆『土、日で覚える乗馬』同朋舎出版 1993年8月
鈴木秀雄『セラピューティックレクリエーション』不昧堂 1995年1月