

[ 研究ノート ]

## シーカヤック実習記録ノート

西 村 千 尋

キーワード：体育科目，シーカヤック，記録ノート，教育効果

### 1. はじめに

長崎県立大学佐世保校では、2000年度より地域特性を活かした体育科目のひとつとしてシーカヤックを採用している。その効果や課題については、大学体育科目としてのシーカヤック実習だけでなく、地元の民間業者の催行しているツアーも含め検証を行ってきた<sup>1-10)</sup>。一方、シーカヤックやキャンプなどのアウトドア・スポーツを野外教育として大学体育に活用し、検証を行っている報告も見られる<sup>11-16)</sup>。さらに、一般愛好家を対象とした報告ではあるが、アウトドア・スポーツ実施者の環境問題に対する関心、取り組み、ライフスタイルに関連した報告もある<sup>17)</sup>。このような活動で得られる効果が大きいことは一致するところであるが、財団法人日本キャンプ協会が野外教育活動を評価するための尺度集として「キャンプのものさし」<sup>18)</sup>を発行するなど、その評価法については様々な角度から検討が試みられているのが現状である。

このような観点から、本研究では、評価のひとつの資料として活用可能な大学体育科目シーカヤックのために独自に作成した実習記録ノートを明示するとともに、その意図するところについて解説を加えるものである。

## 2. 実習記録ノートの概要

### (1) 授業の概要

2000年度より開講したシーカヤックは、海辺での各種活動も含まれていたため、当初マリン(シーカヤック)実習として実施していた。その際は30時間2単位の6日間で実施されていたが、カリキュラム改革や担当教員の持ちコマ数、さらに専門演習をはじめとする演習科目へのシーカヤックの活用などの事情により、15時間1単位の3日間で実施されている。実施時期は、一部の例外を除き、いずれも夏季休業中に集中授業形式で行ってきた。

2000年度の開始から数年は終了後に自由筆記形式のレポートを課していたが、その後記録ノートを作成し、授業に用いていた。初期の頃は、実施場所、実習内容、技術ポイント(留意点)、技術到達度、自己評価、感想・質問・課題・要望などを、半日ごとに記録、および自由筆記形式のレポートを作成し、提出するものであった。さらに、シーカヤックの心理的效果や教育効果の検証を行ったことを契機に見直しを行い、現在用いている実習記録ノートに至っている。

### (2) 実習記録ノートの構成

現在用いている実習記録ノートは、表1および末尾の資料に示すとおり、表紙、概要やテーマなど授業についての各種情報、半日ごとの記録、実習終了時の自由筆記形式のレポート、身につけたいシーカヤック技術の一覧の計10ページで構成されている。

8ページの実習終了時の自由筆記形式のレポートは、初期の頃から設定していたものである。その後、改訂を行った箇所は、1ページへの授業概要とテーマ等の追加、2～7ページの活動記録の修正、および9ページへの身につけたいシーカヤックの技術の一覧の追加である。1ページに示した授業についての各種情報には、シラバスで示した内容に加え、事前説明

表 1 . シーカヤック実習記録ノートの構成

ページ	内 容
表 紙	記入欄：学籍番号，氏名，カヤックネーム
1	授業概要とテーマ，到達目標，成績評価の方法， 授業予定，グループ編成
2～7	活動記録：月日，天気，実施場所，今日の体調， 実習内容，技術ポイント（留意点） チェック項目とその具体的内容 親和・協調性，邂逅，自律・自発性， 自己拡大，自然認識・環境意識，自己客観視， 野外生活の不便さ ふり返り
8	レポート「シーカヤック実習をふり返って」（自由筆記）
9	身につけたいシーカヤックの技術の一覧

会の内容と班編制を明示するようにしている。また，8ページには授業終了時のレポート「シーカヤック実習をふり返って」の記入スペースを設けている。

以下では，主に2～7ページの活動記録に追加したチェック項目について解説を加える。

ここで設定したチェック項目は，野口らの評価方法<sup>12)</sup>を参考に，初期段階の自由筆記形式のレポートを用いてシーカヤック実習の教育効果検証を行った際の結果を基にしている。すなわち，レポートの評定を，親和・協調性，邂逅（思いがけなく出会うこと，めぐりあうこと），自律・自発性，己拡大，自然認識・環境意識，自己客観視，野外生活の不便さ（日常生活の便利さ）の視点から行い，シーカヤック実習の終了直後としばらく時間がたってからの2段階で検討を行い報告した<sup>3,8,9)</sup>。図1に示すように，5日間のシーカヤックの授業により得られた効果として，授業直後には「親和・協調性」「邂逅」「自然認識・環境」の順に効果が認められた。また，授業後しばらく経ってからは「邂逅」は消失したものの，「自然認識・環

境」「親和・協調性」「自己拡大」の効果は残存し、授業直後に最も効果の薄かった「自律・自発性」の効果が顕著であることが認められた（図2）。この結果をもとに、参加学生にシーカヤックの教育効果をより積極的に意識してもらうよう新たにチェック項目として設定した。また、それぞれの項目において、体験した具体的内容を明記するスペースも設けた。このような項目を設けることにより、授業の意図するポイントを教員側から参加学生へ明確なメッセージとして伝えられるとともに、それぞれの項目についてより意識した履修姿勢につながる事が期待できる。今後、継続的な

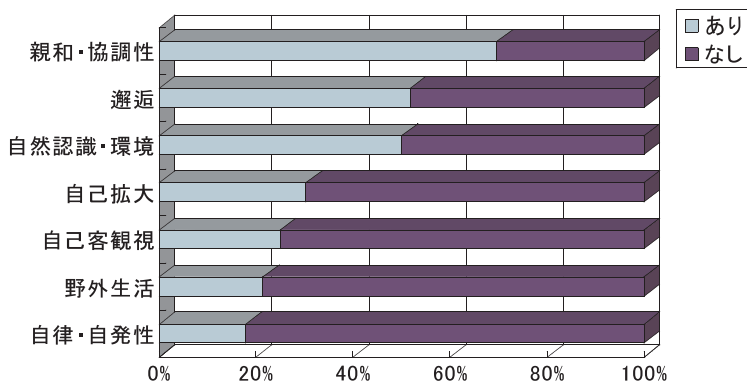


図1．シーカヤック実習直後の効果<sup>3,8,9)</sup>

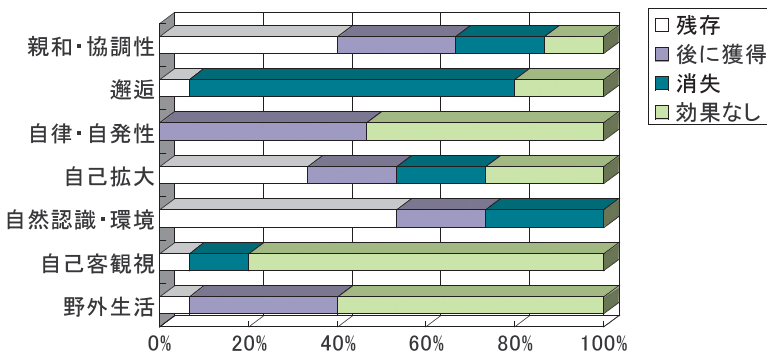


図2．シーカヤック実習後しばらく経ってからの効果<sup>3,8,9)</sup>

見なおしも進めていく必要があることは言うまでもない。

以下に各チェック項目について解説を行う。

### 親和・協調性

グループのメンバーとのコミュニケーション形成は、教育効果のみならず、実習を進めるにおいて安全管理上きわめて重要なポイントである。アイスブレーキング・アクティビティ、イニシアチブゲーム、トラストなどのプログラムを活用し、参加学生の自己開示および他者理解の促進から始め、実習の運営をスムーズに行えるよう配慮している。

### 邂逅

日常生活では味わうことのない思いがけない出来事や出会いを指す。いわゆる非日常の体験について意識を持たせることをねらったものである。

### 自律・自発性

自らの行動についてコントロールできる、すなわち自己統制力を獲得・向上することが主なねらいである。また、自らの意志でグループの一員としての役割を果たすことも求められている。

### 自己拡大

九十九島でのシーカヤックというこれまでに経験したことのない環境下で、自らの新たな可能性に挑戦するとともに、グループのメンバーの視点により、自らの新たな魅力の発見も認識できるよう配慮している。

### 自然認識・環境意識

シーカヤックの技術の習得だけでなく、西海国立公園の一部である九十九島の豊かな自然について認識するとともに、日常生活における環境配慮、さらに健康配慮へとつながることを期待してのものである。

### 自己客観視

グループ内での自分の役割や行動による影響だけでなく、大きくは生態系の一部としての自分の存在について思いをめぐらすことを期待してのものである。

### 野外生活の不便さ・日常生活の便利さ

フィールドとしている九十九島海域は携帯電話の通話可能エリアであるが、実習中の携行は勧めていない。あえて不便な状況下に自らの身を置くことにより、日常生活が以下に恵まれた環境で過ごしているかを認識して欲しいとの思いがある。

## 3. まとめ

大学体育科目であるシーカヤックの実習記録ノートについて、期待できる効果をあらかじめ示したチェック項目とその具体的内容の記入欄を設けた。これにより参加学生のより積極的な履修姿勢につながるとともに、その効果を強化することが期待できるものと思われる。

### 引用・参考文献

- 1) 西村千尋「九十九島のシーカヤックにおける危機管理について - 2006年のインシデント・アクシデントレポートから - 」『長崎県立大学経済学部論集』43(2), 2009.
- 2) 西村千尋「夏季のシーカヤックツアー時の鼓膜温について」『長崎県立大学論集』42(2), 55-62, 2008.
- 3) 西村千尋「特集 自然公園と海の新しい利用法 シーカヤック利用の現状と課題 - 九十九島 - 」『国立公園』665, 11-13, 2008.
- 4) 西村千尋「九十九島体験活動が精神障害を持つ学生の心理状態に及ぼす影響」『長崎県立大学論集』41(3), 187-197, 2007.
- 5) 西村千尋「奄美・沖縄におけるエコツアーの実態調査 - 特にシーカヤックを中心に - 」『佐世保市受託研究 平成17年度中間報告書』39-43, 2006.
- 6) 西村千尋「九十九島におけるシーカヤックツアーの現状と課題」『長崎県立大学論集』40(3), 39-56, 2006.

- 7) 西村千尋「九十九島におけるシーカヤックツアーが参加者の心理状態に及ぼす影響について」『長崎県立大学論集』40(1), 81-90, 2006.
- 8) 西村千尋「シーカヤックとまちづくり」『カヌーライフ』9(3), 通巻45号, 26-29, 2004.
- 9) 西村千尋・下園博信「マリン(シーカヤック)実習が参加学生の心理面と授業評価に及ぼす効果について」『体育・スポーツ教育研究』4(1), 18-23, 2002.
- 10) 西村千尋・下園博信・上濱龍也「マリン(シーカヤック)実習が及ぼす心理的影響について」『長崎県立大学論集』36(3), 95-101, 2002.
- 11) 野口和行「キャンプ経験による自己概念の変容 - 男子高校生を対象として」『慶應義塾大学体育研究所紀要』40(1), 47-55, 2001.
- 12) 野口和行・吉田泰将・佐々木玲子・村山光義「集中授業「アウトドアレクリエーション」における学生による授業評価 - 経年変化及び参加者が意識する効果について」『慶應義塾大学体育研究所紀要』38(1), 67-74, 1999.
- 13) 柳 敏晴「日本の大学体育における野外教育の現状 - 海洋型プログラムへの取り組みを中心に - 」『体育・スポーツ教育研究』1(1), 29-30, 2002.
- 14) 柳 敏晴「大学体育における野外教育の位置づけ」『体育・スポーツ教育研究』1(1), 33-34, 2002.
- 15) 山本教人「大学体育における野外教育の可能性を探る」『体育・スポーツ教育研究』1(1), 31-32, 2002.
- 16) 宇部 一「短期大学での体育科目の現状と野外教育導入の問題点」『体育・スポーツ教育研究』1(1), 35-36, 2002.
- 17) 山本教人「アウトドア・スポーツ実施者の環境問題に対する関心, 取り組みとライフスタイルの関連」『九州体育・スポーツ研究』15(1), 37-46, 2001.
- 18) 財団法人日本キャンプ協会『キャンプのものさし - 野外教育活動を評価するための尺度集』2006.

資料 1 : シーカヤック実習記録ノート表紙

長崎県立大学 経済学部

ライフスポーツ M・生涯スポーツ M

シーカヤック



学籍番号 \_\_\_\_\_ 氏 名 \_\_\_\_\_

カヤックネーム \_\_\_\_\_



資料 2 : シーカヤック実習記録ノート ( 1 ページ )

授業概要とテーマ

海のウォーキング・シーカヤックで西海国立公園の一部である南九十九島をめぐる。シーカヤックの技術・知識の習得はもちろんのこと、海辺での他のアクティビティを通して、心身の健康・自然環境・コミュニケーション・地域などについて考えます。

到達目標

- ・シーカヤックの基本技術の修得
- ・心身の健康に関する「気づき」と「築き」
- ・自然環境に対する「気づき」と「築き」
- ・自己開示、他者理解を含むコミュニケーション能力の向上
- ・地域の理解

成績評価の方法

出席・・・50%      授業への取り組み（態度）・・・20%      技能・技術・・・30%

授業予定（変更の場合もあり）

	9/14（月）	9/15（火）	9/16（水）
午 前	オリエンテーション アイスブレイキング パドリング講習	目標の確認 半日ツアー（島の集島）	目標の確認 1日ツアー （鼠島または牧の島）
午 後	シーカヤックへの乗り降り ショートツアー（元ノ島） 片付け 1日のふり返り	セルフレスキューの体験 片付け 1日のふり返り	片付け 1日のふり返り 3日間のふり返り 授業評価

グループ編成

班	1 班	2 班	3 班
リーダー			
メンバー			

（斜字は女性）

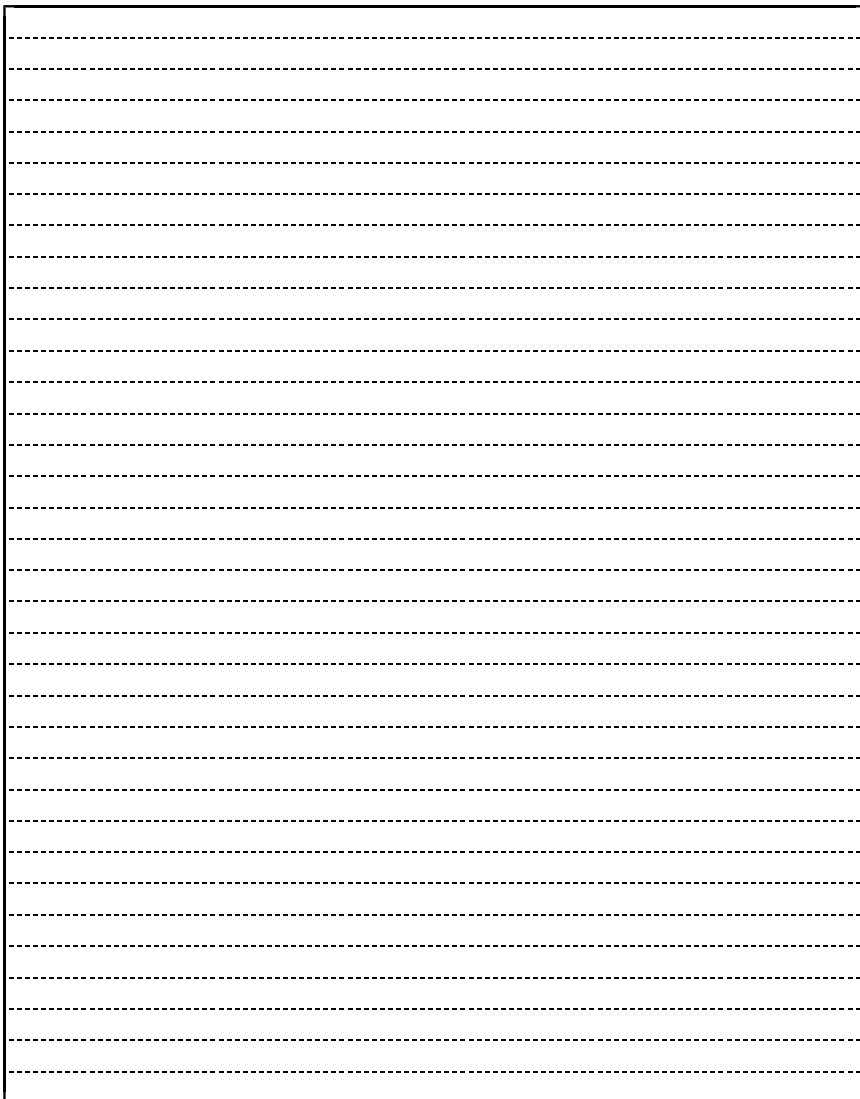
資料3：シーカヤック実習記録ノート(2～7ページ)

No. \_\_\_\_\_

月	日 ( 曜 )	午前・午後	天 候 ( )
実習場所		今日の体調 (該当するものに○をつける) ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×	
実習内容		技術ポイント (留意点)	
チェック項目 (該当するものに○をつける)		内 容	
親和・協調性 ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
思いがけなく出会うこと、めぐりあうこと ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
自律・自発性 ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
自己拡大 ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
自然認識・環境意識 ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
自己客観視 ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
野外生活の不便さ・日常生活の便利さ ◎ ・ ○ ・ △ ・ ▲ ・ ×			
ふり返り			

資料 4 : シーカヤック実習記録ノート ( 8 ページ )

シーカヤック実習をふり返って



資料5：シーカヤック実習記録ノート(9ページ)

## 身につけたいシーカヤックの技術

### 1. 知識

- ・各用具に関する知識がある。
- ・各用具を正しく使うことができる。

### 2. パドリング

#### (1) 基本パドリング

- ・前に進む
- ・曲がる(左右)
- ・ストップする
- ・バックする

#### (2) より動くための技術

- ・ドロー
- ・スカーリング
- ・リーン
- ・パウドロロー

#### (3) さらに応用

- ・ローブレイス
- ・ハイブレイス
- ・C to C ロール

### 3. 救助

- ・沈没
- ・セルフレスキュー
- ・T型レスキュー
- ・H型レスキュー

※ 斜字で示した技術は、この実習で獲得を目指す技術です。