

海外だより

## ドイツ・ライプツィヒ大学における研究・実践・普及活動を通して

福岡大学スポーツ科学部・非常勤講師 泉原嘉郎

2006年、ドイツ・ライプツィヒ大学でコーディネーション理論をテーマとする「日独・研究プロジェクト」を立ち上げ、以来、2012年まではライプツィヒ大学博士課程において研究を行ってきました。

ドクターコース修了後の2013年以降は、教育・研究活動の場福岡大学スポーツ科学部へと移し、日本とドイツを行き来しながら、博士号取得者を対象とした、教授資格博士号を取得するための研究活動（プロフェッサーシップ取得過程《独：Habilitationarbeit》）を継続しています。

本稿では、かつての東ドイツ時代からの伝統であるコーディネーション研究で有名な、ドイツ・ライプツィヒ大学（旧ドイツ体育大学/DHfK）スポーツ科学部の運動・トレーニング科学研究室を拠点に行っている調査・実践活動について、これまでの経緯も含めながら、報告させていただきます。

学術的な「海外だより」とは趣を異にするかもしれませんが、海外における研究・実践活動の一端として、暖かい目でご覧いただければ幸いです。

### 1. これまでの経緯

私がコーディネーショントレーニングに出会ったのは、2000年の夏のことでした。千葉県サッカー協会の指導者研修会で講師として来日されていたアントニオ・ディ・ムッシアーノ氏（イタリアサッカー協会ナショナルトレセンコーチ）より、イタリア流の指導理論を学ぶことができました。その時のキーワードがコーディネーショントレーニングだったのです。それまで体力トレーニング一辺倒で選手時代を過ごしてきた私にとって、全くもって経験したことのない類のトレーニング法でした。

あまりにも衝撃的だったことから、その後も数回にわたり、イタリアに住むアントニオ氏のもとを訪ねて勉強を続けました。ムッシアーノ氏がくれたイタリアサッカーのコーディネーショントレーニングの教科書に記載された文献を辿ってみたところ、その多くがドイツ語の論文や書籍であり、その総本山はかつての東

ドイツ・ライプツィヒであることが分かりました。こうした経緯により、ドイツのコーディネーショントレーニング事情について、そのルーツも含めて、さらに深く調べてみようと思うようになった私は、福島大学の恩師である白石豊先生より、長年のご友人であったユルゲン・クルーク教授（ライプツィヒ大学スポーツ科学部教授）をご紹介いただき、白石先生に教えていただいたドイツ語をひっさげて、2001年の2月に初めてライプツィヒ大学を訪ねました。

その後、ドイツ留学へと至るなかで、2002年10月からの1年間は、ケルン体育大学に在籍しました。しかしながら、コーディネーション研究の本場であるライプツィヒ大学で、かつてのスポーツ王国東ドイツを牽引してきた先生方から直に学んでみたいという想いから、2003年10月からは、生活の拠点をライプツィヒへと移し、ライプツィヒ大学での研究・調査・実践活動を本格的にスタートさせることとなりました。

### 2. スポーツ現場の監督／コーチとしての実践・研究・調査活動

大学での研究・調査活動と並行して、2003年から2010年まで、旧東ドイツ時代からの伝統サッカークラブである1.FC ロコモティブ・ライプツィヒで、U-8カテゴリー監督（写真①）、及びコーディネーショントレーナーとして、育成年代（U-6～U-18）及び女子トップチーム（ドイツブンデスリーグ1部）を対象に、指導実践を行ってきました（写真②）。



写真①



写真②



写真③：ドルトムントのトレーニングの様子

ドイツの選手たちと過ごして驚かされたのは、たとえ6歳の選手であっても、しっかりと自分の意見を持ったうえでプレーできている点や、監督やコーチの問いかけに対しても、論理的な対話ができることでした。日本では、監督が試合中に「もっと声を出せ」と指示する場面がありますが、ドイツの選手たちが、常日頃から高いコミュニケーションスキルを備えたうえで試合に臨んでいることを考えると、日本の子どもたちのロジカルなコミュニケーション力を伸ばしていく必要があると感じました。

一方、ライプツィヒ大学の博士課程では、研究活動のほかにも、毎週木曜日の午後に、研究室全体の研究報告会議（3時間ほど）が行われていました。指導教授や大学院生のほかに、研究室所属の先生方（教授・准教授・助教）や、IAT（ライプツィヒ・スポーツ科学研究所）の博士研究者の先生方など、毎回20名前後の参加者で、熱い議論が交わされていました。最初の頃は話についていくのが精一杯で、なかなか議論の話に加わることができずにいましたが、ある時、指導教授のクルーク先生より、「自分なりの意見を発しないと、その場にいないのと同じこと。間違えてもいいから、積極的に議論に加わってほしい。それが参加している、ということだからね」というアドバイスをもらい、目が覚めたこともありました。

TA（ティーチングアシスタント）として、学部の授業や修士課程の授業に参加する機会も多々ありましたが、ドイツの学生たちの授業を見て感じたのは、とにかく質問の手が頻繁に上がること。それから、白熱した議論が大好きだということです。予習として通読する本（文献）の量も、日本と比べると相当に多いように感じました。

こうした研究・実践活動と並行して、日本代表選手の香川真司選手が所属していたボルシア・ドルトムントや（写真③、④）、長友選手が所属していたイタリアのインテルミラノ（写真⑤）、あるいはベルギーの



写真④：マルティン・ドローベ氏（コーディネーションコーチ）



写真⑤：インテルミラノのトレーニングの様子

強豪クラブ・アンダーレヒト（写真⑥）など、ヨーロッパ各国のサッカーチームで活躍するコーディネーションコーチを訪ね歩く取材活動も行ってきました。

印象的だったのは、世界屈指と謳われるビッククラブが、運動神経系やフィジカル要因の養成を重視して育成コンセプトの柱と掲げるとともに、専任のコーディネーションコーチ、あるいはフィジカルコーチを配置しながら、継続的な一環指導がなされている点でした。

日本サッカー協会の指導者養成コースでも、ようやく、コーディネーショントレーニングの理論と実践をテーマとする普及が定着しつつありますが、実践現場においては、まだまだ浸透しているとは言い難い状況です。さらにはスポーツ競技全般となると、まだまだ情報が不足しているように思われます。



写真⑥：フーベルト・ルメール氏（コーディネーションコーチ）

### 3. ライプツィヒ大学における日独研究プロジェクトの実際

2006年に「日独研究プロジェクト」を立ち上げたことは前述の通りですが、主な内容としては、次の通りです。

- 1) 日本とドイツの子どもたちの運動神経（コーディネーション能力）を測るテストの構築
- 2) 日独における子どもたちの運動神経の比較
- 3) キッズ／ジュニア年代におけるコーディネーション運動プログラムの効果検証
- 4) 年代別コーディネーション運動プログラムの構築

上記の1)、2)は、ライプツィヒ大学博士課程時代における研究テーマでしたが、日本とドイツにおける小学1年生の子どもたちのコーディネーション能力を比較してみたところ、次のような結果が得られました。方向感覚やグレーディング力（力の入れ具合）はドイツの子どもたちの方が優れており、一方でバランス力とリズム感覚は日本人の子どもたちが優れた結果となりました（反応能力に関しては、有意差無し）。

そのほかにも、コーディネーション能力は、身長や体重など身体的要因との相関性がないことや、誕生月による影響をほとんど受けない特性であることなど、非常に興味深い結果が得られました。



写真⑦：クルーク教授と筆者

3)と4)につきましては、ライプツィヒ大学における教授資格博士号（プロフェッサーシップ《独：Habilitationarbeit》）のテーマとして、現在もお定期的に同大学を訪れながら、クルーク教授のもとで在外研究を継続しています（写真⑦）。新たな研究結果が得られた際には、またいずれかの機会でご報告させていただきます。

### 4. まとめおよび今後の方向性について

本稿で紹介させていただいた、ドイツと日本を歩き来しながらの研究活動で得られた成果をもとに、2019年現在、福岡市内の小学校をはじめとする学校教育機関や、地方自治体、さらにはスポーツ競技団体の指導者養成（日本サッカー協会、日本新体操連盟等）において、様々なかたちで、コーディネーショントレーニングの普及・実践活動を行っております。

東京オリンピックの開幕まで、残りわずかとなりましたが、今後の日本スポーツ界の発展という意味においては、2020年以降の、ポスト東京五輪に向けての育成・普及活動も非常に重要ではないかと考えております。

これからも現場の指導者の方々と情報を交わしながら、かつての東ドイツで生まれた「コーディネーショントレーニング」の芯を外すことなく、プログラムの質と実践力の高さを追究しながら、教育・研究・実践活動を継続していきたい所存です。



# 九州大学

九州大学基幹教育院 岸本裕歩

## 1. 伊都キャンパス

新キャンパス（伊都キャンパス）は福岡市西区に所在し、単一では国内最大規模の広さ（272ヘクタール）を有する。現在、学生と教職員を合わせ約18,700人が通う。

伊都キャンパスには東側（イーストゾーン）と西側（ウエストゾーン）に、それぞれ複数の体育関連施設があり、テニスコート、多目的グラウンド、野球場、総合グラウンド、弓道場、洋弓場、小体育館、課外活動施設が設置されている。中央部（センターゾーン）には学部生の体育授業（基幹教育健康・スポーツ科目）を開講する総合体育館および多目的グラウンドがある。

さらに、平成30年7月、総合体育館の1階に屋内プールが完成した。25mの長さのコースが6コース、本学学生や教職員のみならず、高校生以上の学外者にも有料で開放される温水プールとなっており、学内外から多く利用されている。

## 2. 基幹教育における健康・スポーツ科目

九州大学の基幹教育は、2015年4月からスタートした。「自ら問いを立て真理を追求する」ことが求められる大学の学びにおいて、基幹教育では新たな知や技能を創出し、ものの見方・考え方・価値観の異なる人との協働構成による「対話型の学び」や「失敗から学ぶ過程重視の学び」を多くカリキュラムに取り入れている。

この中で健康・スポーツ科目は、心身ともに健やかな人材を育成することを目的とし、主に身体運動やスポーツを媒介として、生活の基本となる健康・体力とそれらを高めるための方法に関する正しい知識を獲得すること、様々な社会的要求に応えるために必要とされる心理社会的な能力、いわゆるライフスキルを修得・向上させることを目標としている。

各科目は、年次進行に伴い知識やスキルが段階的に向上するように配置され、これらの科目の履修によって自律的な健康行動に結びつくような運動スキルある

いはライフスキルの更なる向上を図る。開講科目は、学部1年生の必修科目「健康・スポーツ科学演習」、同学年の選択科目「身体運動科学実習Ⅰ」、講義形式の「健康・スポーツ科学講義ⅠA・ⅠB」、学部2～4年生対象の選択科目「身体運動科学実習Ⅱ～Ⅳ」と「健康・スポーツ科学講義Ⅱ」がある。

## 3. 授業の特色

特色のある授業として、健康・スポーツ科学演習および身体運動科学実習Ⅰと、これらの授業のアダプテッドコースを紹介する。

### 1) 健康・スポーツ科学演習

健康・スポーツ科学演習は、全学部の1年生を対象とした必修科目である。身体運動やスポーツが心身の健康に及ぼす効果を身体的、心理的、社会的な観点から理解するとともに、健康的で充実した学生生活および社会生活を送るために必要な身体的および心理社会的な能力の基礎を身につけることを目的としている。具体的には、学修活動・社会活動の基盤となる健康・体力を向上させるための身体運動あるいは心身トレーニングの原理と実践方法を学修するのみならず、自律的セルフケアスキルであるライフスキル（ストレス対処スキル、目標設定スキル、リーダーシップスキル、コミュニケーションスキルなど）が修得できる。

### 2) 身体運動科学実習Ⅰ

多様な形態の身体運動・スポーツを通して、健康・スポーツ科学演習で修得した、健康・体力の維持・増進あるいは適応的な学生生活・社会生活を送ることに資する運動能力およびライフスキルを一層向上させることを目的としている。重点的に向上を目指す能力やライフスキルは、コースごとに設定され、これらのスキルを向上させることによって、現在および将来出会う様々な社会的課題に対して自律的に対応できるようになるだけでなく、基幹教育における学修活動が活性化することが期待される。

スポーツ種目は、バスケットボール、サッカー、バドミントン、ソフトバレー、卓球、テニス、ソフトボール等の競技スポーツに加え、「伝統&ニュースポーツ」、「ボディメイク&パワーアップ」、「中国武術&太極拳&健身気功」、「ヨガ&ピラティス」、「フィットネス&コンディショニング」、「水泳」といった担当教員の専門性を活かした授業を展開している。

### 3) アダプテッドコース

病気やけが、障害などの理由から、通常の健康・スポーツ科学演習あるいは身体運動科学実習Ⅰを受講することが困難な学生のために「アダプテッドコース」が開講されており、その内容は受講学生の健康状態を勘案して決定される。

現在、8名の専任教員と約13名の外部講師の協力体制で授業を展開している。また、大学院人間環境学府行動システム専攻健康・スポーツ科学コースに所属する大学院生がティーチング・アシスタント（TA）として授業をサポートしている。このコースには、運動生理・生化学、スポーツ心理学、スポーツ社会学、運動疫学といった専門知識を学ぶ修士・博士後期課程の学生が在籍し、TA活動を通して教育現場を経験し、個人の研究活動に活かしている。

## 4. 基幹教育と専攻教育の関わり

基幹教育は本学の総合大学としての機能を活かし、全学的な協力のもとで、すべての部局の教員が授業を分担して行っている。この独自のシステムにより、2年次以降の「専攻教育」と基幹教育は決して分離されるものではなく、むしろ基幹教育と専攻教育は密接に関係しながら、身に付けた学びのスタイルを発展させて、大学院教育まで連続した学びを円滑に進めることを可能にしている。



図2 メインフロア



図3 卓球場



図4 屋内プール



図1 総合体育館の外観