

熊本県立大学共通教育センター開設の観点から

熊本県立大学 副学長・共通教育センター長 堤 裕 昭

1. はじめに

日本では満7歳になる年に小学校における義務教育が始まり、その教育のカリキュラムでの1つとして、「体育」という科目を履修する。義務教育を受ける小学生としては、何の疑いもなく、何か運動場や体育館で体を動かす授業と生徒には受け取られて、机に座って受ける授業とは異なり、遊びで駆け回ることの延長線上のような異質さと楽しさを感じながら授業を受けているものと推察される。駆けっこが遅かった私自身の幼少時代の記憶でも、単純に走るような徒競走の時になるとネガティブな心理的圧迫を受けつつも、総じて体を動かすことは楽しく感じたことを覚えている。

ところで、この体育とはどのように定義されたものなのか？高等教育を行う大学のカリキュラムにおいても、共通（教養）教育科目の中の必須の科目群の1つとしての位置を今日においても確保されている。大学を新設する際には、体育の授業を実施できるグラウンドや体育館を用意することが必須要件として求められる。そこにどのような価値が置かれているのであろうか。きわめて、根本的なことであり、体育を専門とされる教員の方々には「釈迦に説法」のように感じられることであるが、大学で教養科目の教育に係わる教員の1人としては、一度立ち止まって考えてみる価値のあることであるとを感じる。特に、近年の共通（教養）教育科目の実施・運営に関しては、1991年の大学設置基準等の関連法案の改正、いわゆる大綱化に従って、多くの大学で教養部が廃止されて全教員が学部所属することとなったため、体育科目を担当する教員も各学部の組織に所属して授業を実施することとなった。この大綱化から30年余りの時を経るとともに、体育科目の内容の質的な維持や更新に対する責任体制が曖昧になりつつある。大学における体育科目とはどのような必要性や意義があるのかについて再考し、この科目の位置づけを再確認する必要があると感じる。

2. 学校における「体育」とは

米津（2017）によれば、体育は義務教育における教

科の1つとして、明治時代初期において、「強兵」実現のために子どもの身体を鍛えることを目的とした「体術科」という「身体の教育」に端を発し、後に「体操科」に変更された。このような体育教育の基盤には、Spencer（1880）が唱えた「知育、徳育、体育」に示される「三育論」が強く影響したことが指摘されている。ある意味において、この教育概念は日本における学校教育を支える基盤として今日まで脈々と継承されてきたものではないかとも感じられる。ただし、この「体育」とは、学校教育全体で目指すべき「身体・からだの教育」に関する領域を指していると言われている（荒木、1987）。

3. 「スポーツ」とは

ここで、「体育」に対して、もっとも類似した用語として用いられるものに「スポーツ」が挙げられ、その意味については混用されている場合も少なくないと思われる。「スポーツ」の語源はラテン語（deportare）にあり、「気分転換」というような意味を源としていとされる。現代社会で用いる「スポーツ」については、19世紀後半までは、ヨーロッパの貴族階級の遊びであった野外での狩猟を指す言葉で、その後、英国のパブリックスクールにおいて、陸上や水泳、ラグビー、ヨット、ボクシング、テニス、バドミントンにフェンシングなどのスポーツ種目のルールが確立され、それが明治以降に日本に持ち込まれることによって、「スポーツ」が社会で確立してきたものと考えられる（JSPOplus, 2021）。また、日本では、各スポーツ種目が学校教育に取り込まれることを通して社会に普及していったという背景もある。したがって、スポーツというと、学校の体育の時間に学習した具体的な運動競技の種目や放課後に行ったクラブ活動の種目をイメージする人も少なくないと思う。ここに、日本における「体育」と「スポーツ」の密接な関係性が生じている。私自身、中学時代は部活動で競技スポーツとしての卓球に熱中していた。そして、現在は、生涯スポーツとして、毎週、卓球教室に通っていることから、「体育」

や学校の部活動と「スポーツ」の密接な関係性を日々、実感している。

一方、「スポーツ」については、昨今、その意味が拡大し、語源である“deportare, 気分転換”という意味に回帰しつつある動きが見える。例えば、スポーツ庁の見解では、スポーツの本質について、「人生を楽しく、健康的で生き生きとしたものにするために、より楽しむために勝利を追及するもよし、自分ペースで楽しむもよし、誰もが自由に身体を動かし、自由に観戦し、楽しめるものであるべきなのです。」と述べている（スポーツ庁、2018）。注目すべき点は、スポーツという自ら体が動かす運動を行うことという固定概念から、見て楽しむことまでに解釈を広げていることであり、そのことによって気分転換が行われることを期待するものになっていることである。ストレスを感じる機会が増した現代社会では、健康の維持に対して“deportare, 気分転換”の価値と必要性が高まっていることを反映した変化ではないかと考える。

4. リベラルアーツにおける「大学体育」とは

1991年の大学設置基準等の関連法案の改正、いわゆる大綱化に従って、全国の大学で教養部が廃止され、全教員が学部にも所属することとなった。確かに大綱化前の教養部における教養教育は、その後続く専門教育に対して独立性が高すぎることが多く、4年間の大学教育の体系的編成という点で問題が少なくなかった。一方、大綱化後には、大学生としての基礎教育を含む教養教育に関する運営の責任体制が弱体化し、社会の教養教育に対するニーズならびに学生の基礎学力や志向の変化に対応したカリキュラムの改変・更新を計画的に進めていくことが難しくなった。近年では、多くの大学で共通教育の重要性が見直され、かつての教養部ではない4年間の教育カリキュラムの体系的な編成を前提した共通教育の体制が整備されつつある。

本学においても、本年4月に共通教育センターを開設し、共通教育を主務とする教員を配属することとなった。私自身、この共通教育センター長として新しい組織とカリキュラムの始動にあたってきた。この組織では、本学のスローガンである「地域に生き、世界に伸びる」の前半部分に直結する地域の諸課題を考える「もやいすと育成科目」の内容をさらに充実させたり、社会背景や学生の変化の変化に対応して、4年間の学習過程ならびに卒業後を見据えた自己形成の計画的なデザインを促す「キャリアデザイン教育」の見直しを行っている。さらに、従来の情報教育の枠を超え

て、情報社会の進展に伴って社会的ニーズが急増する「データサイエンス科目」を必修科目として開設することとなった。これらのカリキュラムについて、本学の特色のある教育の一環としてさらに発展させていく必要がある。

このような共通教育を取り巻く近年の状況の変化の中で、共通教育の主要な科目群の1つとして変わらない位置を占める「体育」に関する科目群を、今後どのように展開していくのかということを考えていく必要がある。本学では、この科目群に「健康スポーツ科学」という名称を付している。この科目群は、Spencer (1880) が唱えた「三育論」の「体育」が学校教育全体で目指すべきとして「身体・からだの教育」に関する領域の知識を学修する科目として位置づけられる。講義「健康の科学」（前期開講、2単位）では、健康の維持・増進にとって、生涯にわたり運動を行うことがいかに大切かを解説し、学生自身に実感してもらうことを目指している。体育実技科目「生涯スポーツ実習Ⅰ」（前期開講、1単位）では、バドミントン、卓球、バレーボール、テニス、サッカーの5種目中から1種目を選択する（現在は新型コロナウイルスの影響で、コンタクトの多いサッカーは実施していない）。「生涯スポーツ実習Ⅱ」（後期開講、1単位）では、バドミントン、卓球、バレーボール、テニス、サッカー（3限のみ開講）、バスケットボール（4限のみ開講）の6種目中から1種目を選択する（現在は新型コロナウイルスの影響で、コンタクトの多いサッカーとバスケットボールは実施していない）。

本学は3学部から構成されるが、定員90名の文学部と定員110名の環境共生学部では、講義2単位、体育実技1単位が必修となっている。280名と他学部比べて定員が多い総合管理学部では、3つの科目から合計2単位を取得することが卒業要件となっている。そのため、総合管理学部の学生は、講義のみ、あるいは体育実技のみを履修することも可能であるが、実際には、講義と体育実技の両方を履修する学生が大半である。つまり、どの学部の学生も実質的に講義と体育実技の両方を履修するカリキュラムとなっている（熊本県立大学、2021）。

熊本県は部活動が盛んであり、本学でも高校時代まで競技スポーツに真剣に取り組んでいた学生も多い。体育実技では、それぞれの種目の初心者と熟練者が一緒に授業を受講することになるが、その両者に、競技スポーツと生涯スポーツの違いを理解してもらえることを念頭に授業を実施している。体育実技では、ス



図1 「生涯スポーツ実習Ⅰ(バドミントンクラス)」の授業風景

スポーツの楽しさ、運動することの爽快感、生涯にわたって運動を継続することの大切さを実感できることに重点を置いている。そのため、実技の習熟度を評価するような期末試験は実施していない。また、コミュニケーション能力を養うことも考慮し、用具の準備やゲームのマネージメント、用具の後片づけなどは学生に実施させるようにしている。本学の体育実技の特徴として、前期も後期も木曜日の3限および4限に体育実技を実施し、その時限の時間割には1年生が履修する科目を入れないことが時間割作成部会で定められている。そのため、体育実技では、3学部の学生が1クラスに混在することになり、座学ではできない学生同士の会話が生まれ、体育実技の授業を通して、他学部の学生と友人になることも多いようである。また、講義「健康の科学(文学部・環境共生学部用)」および「健康の科学(総合管理学部用)」は前期の火曜日の1限に実施し、この時限も1年生が履修する他の科目を入れないことが定められている。このように、本学では、必修科目でない場合にも「健康スポーツ科学科目」を1年生が履修しやすい時間割編成になっている。

2年生以降に履修できる「健康スポーツ科学科目」は開講されていない(再履修を除く)が、本学では、授業や部活動以外の時間は、一般の学生も体育館やグラウンド、テニスコートなどの体育施設やボールやラケットなどの体育用具を使用できるようにしている。「健康スポーツ科学科目」のサポートや体育施設、体育用具の貸し出しなどの業務を行っている「健康スポーツ科学準備室」には1名の嘱託職員が平日の日中に在中している。そのため、どの学年の学生も空きコマなどに運動できる機会を提供しており、実際、かなりの頻度で利用されている。このように、本学では「大学体育」に非常に重きが置かれており、その結果、

学生の満足度も高いと考えられる。

本学において、あらためて共通教育を担当する専門組織としての「共通教育センター」を開設した利点として、「健康スポーツ科学科目」を担当する2名の常勤講師のうちの1名を共通教育センターに主務として配属した(もう1名は学部主務・共通教育センター兼務)ため、その教員が責任をもって全体の運営を行えることがある。さらに、時と共に変化していく学生の状態をモニターし、ならびに社会背景を考慮しつつ、その内容をよりタイムリーなものに更新していく上で、大学全体を見渡した視点から共通教育センターで共通(教養)教育科目を担当する他の教員らとともに検討していくことが可能となることである。このような共通(教養)科目を本務として担当する教育組織がない状態が続くと、専門教育を担当する学部の価値観が優先されてしまい、その専門分野の知識や技術の学修に直接的な関係性を有しない分野の科目が軽視されがちになってしまう。しかしながら、学生が大学を卒業した後、各個人がその能力を社会で遺憾なく発揮していくことができることを視野に入れて教育ならびに自己形成を図っていくためには、教養教育はむしろ専門教育を上回る価値を有すると言っても過言でない。その意味において、高校までの「体育」とは違った視点を持つリベラルアーツにおける「大学体育」の意義と価値が存在すると思われる。

引用文献

- 荒木豊身. 体形成とは何か. 中村敏雄・高橋健夫編著, 体育原理講義. 大修館書店. 1987: 62.
- JSPOplus. 「スポーツ」の語源や由来とは? 定義における「体育」との違いも解説. 公益財団法人日本スポーツ協会 (2021年2月26日更新), 2021. (<https://media.japan-sports.or.jp/news/41>, accessed on 3 December 2021)
- 熊本県立大学. 共通教育センター 共通科目群, 2021. (<https://www.pu-kumamoto.ac.jp/education/undergraduate/common/center.php>, accessed on 4 December 2021)
- スポーツ庁. スポーツ庁が考える「スポーツ」とは? Deportare の意味すること. スポーツ庁 Web 広報マガジン DEPORTARE 2018年3月15日, 2018(<https://sports.go.jp/special/policy/meaning-of-sport-and-deportare.html>, accessed on 3 December 2021)
- 米津光治. 日本の学校体育の変遷と課題. 生活科学研究, 39, : 173-182, 2017.

健康教育の観点から

西南学院大学 田原亮二

キーワード：健康教育，ヘルスプロモーション，ヘルスリテラシー

1. 健康に関する社会的背景

九体連会員の皆様の多くが所属されていると思われる日本体育学会が2021年4月に名称変更を行い、日本体育・スポーツ・健康学会となった。この名称については様々な思いをお持ちだと思うが、これまで「体育」という概念の中で包括的に扱われていた「スポーツ」、 「健康」の2つの概念が学会名称として個別に表記されたことは、この2つの概念が学会において重要な位置づけを占めていると考えられる。さらに、そこには社会的な需要が反映されていると考えられ、このことから「健康」に対する社会的関心度の高さが窺える。

健康に対する関心度が高まる理由の一つとして社会の高齢化があると考えられる。厚生労働省介護等施設の在り方委員会資料(2006)によれば、2015年に「ベビーブーム世代」が前期高齢者(65～74歳)に到達し、その10年後となる2025年には高齢者人口が約3500万人に到達すると推測されているが、2020年9月20日に総務省が公表したデータでは65歳以上の高齢者数は3617万人であった(総務省, 2020)。総人口に占める割合は28.7%となっており過去の予測を上回るスピードで我が国の高齢化は進んでいることが明らかとなっている。

高齢者の割合が増える一方で、高齢者を支える役割を担う生産年齢人口(15歳以上64歳未満)は少子化の影響によって減少傾向が続いており、社会保障制度のバランス崩壊の深刻化が懸念される。我が国では2000年に介護保険法が施行されたが、要介護・要支援認定者数は制度施行から年々増え続けており、2018年度の認定者数は658万人であり、制度が施行された2000年度と比較して約2.6倍(256万人)に増えている(厚生労働省, 2018)。要介護・要支援認定者の増加に伴う介護費の増加は顕著であり2018年度の介護費は純粋な保険給付のみで10兆1129億円となっており(厚生労働省, 2018)、医療費と合わせた社会保障費の暴騰は、社会的な問題といえ、差し当たって負担する側となる学生にとっても他人事とは言えないであろう。

2. 大学生の健康問題

大学生が現代において抱える健康問題としては、将来の健康と極めて関連が深い栄養、喫煙、身体活動、休養等についての知識や関心が極めて薄弱で、望ましくない健康行動等のライフスタイルの問題があること。そして、そのことがストレスの蓄積等、こころの健康にも影響を及ぼしていることが兵頭ら(2013)のレビューによって指摘されている。とりわけ、こころの健康、メンタルヘルスについては社会的にも大学としても顕在化が著しい問題であるため、今後ますます保健体育科目に対する要請が多くなる領域であると思われる。

関連して、学生の健康状況については多くの報告がなされており、九州地区に設置されている大学の学生を対象とした測定の結果、生活習慣病発症と関連する有酸素性能力が全国平均と比較して低いことが報告されている(森村ら, 2015)。また、この結果から判定される健康度に関しては、男女合わせて3割以上の学生が健康度に問題があることが示されている。一方で学生自身による主観的な健康観においては、自身の健康状態に不安を抱いている学生が1割程度であったことから、実際の健康度と学生の健康観(自身の健康状態についての不安)とが乖離していることが危惧される。

同様に、九州地区に設置されている大学の学生を対象とした調査報告では、朝食の摂取状況および睡眠時間が体力レベルに及ぼす影響についても検討している(田原ら, 2011; 飛奈ら, 2013)。朝食の摂取状況については、有意差を認めたのは女子学生のみではあるものの、朝食を欠食する群の体力レベルが有意に低い結果を示していた。朝食を毎日食べる群は、全身持久力がその他の群と比較して優れているという別の報告もあり、授業の内容として検討する際には、栄養摂取という観点以外に食習慣、生活リズムといった観点からも検討が必要であることが窺える。一方、睡眠時間と体力レベルに関しては、睡眠時間の多寡によって体力

レベルが異なるという結果は得られなかったものの、睡眠時間が長時間になるほど朝食欠食率が高まることで示唆されていた。睡眠に関しては、短くなることで疾病リスクが高まることも示唆されており (Nakanishi et al., 2012)、一方で睡眠の質が低い若年者において健康関連体力が低い (Lee et al., 2007) という報告もあることから、時間という観点だけでなく、質や学生のライフスタイルを考慮した生活習慣をも包括した概念として取り扱う必要がある。

さらに熊原ら (2009) によると、総合大学に在学する学生において、週に少なくとも 1 回以上の運動・スポーツを実施している者は 3 割程度であることが報告されており、種々の調査においても同傾向の結果が示されていることから、大学生の不活動化は学生に対する健康教育を考える上で看過できない問題と言えよう。以上のように将来だけでなく、大学生の時点においても解決すべき健康問題が山積していることが多くの報告から見て取れる。

3. 大学体育における健康教育の取り組みと課題

このような背景を受け、早い段階から健康関連体力を高め将来的な健康リスクを軽減させる予防行動の確立やそれを支持する予防意識の醸成をねらいとして、大学生を対象とした様々な取り組みがなされており、それらの研究成果は本機関紙にも数多く掲載されている (田原ら, 2007; 正野, 2007; 中山ら, 2009 など多数)。また、これらの研究成果の情報を現在開講中の保健体育科目に応用し、授業を展開している大学も少なくないと思われる。これらの研究成果をベースとした取り組みは、体力・運動能力の向上や運動実施状況の改善、意識の向上などについて再現性を認めるものであり、授業・取り組みとしての有効性は認められるものの、一方で期間が限定される効果である点から本来の目的である「将来に向けた」「生涯に亘る」といった観点で考えた場合、十分に目的が達せられていないことが懸念される。このような授業に関して追跡調査を実施している研究は数が少ないが、中山ら (2014) によると、意図的な介入を行わなかった授業と比較すれば、運動実施状況等に対する効果を認めるものの、経時的な低下は介入群においても生じていたことが報告されている。しかしながら、研究ベースでの調査を実施していないとしても、大学に所属し保健体育科目の授業を担当している教員であれば、大学内外で見聞きする学生の生活実態に対峙した際に、自身が

行った授業のみならず、これまでに受けてきたであろう保健体育が理想的な形で実践されていないことは直感的に理解されているものと思われる。

この問題が生じる原因の一つに特定することは難しいが、学生はこれまで挙げてきた問題について理解はしつつも、自分ごととして捉えられていないので興味・関心を持つことができず、結果として取り組み方が希薄になり、結果として活用できるレベルでの知識の修得に至らず、継続的な実践にも繋がらないということが一つの要因として考えられる。文部科学省による大学スポーツの振興に関する検討会議の中間とりまとめによれば、「大学は体系的に体育を学ぶ最後の機会と言える。体育の授業を通してスポーツと健康について学生に教授することは、大学生生活を健康で有意義に過ごすためだけでなく、学生の運動習慣の定着や豊かな人生の実現に資するものであり、健康長寿社会を築く上でも重要である。」とされており、大学で実施されている保健体育科目の多くはこの理念を内包しながら展開されているものと思われる。この理念自体は全く否定するものではなく、大学体育の意義を考える上でも極めて重要な概念ではあるものの、抽象度の高いこの理念を、いかにして学生が自分ごとと感じられるようなものに置き換えていけるかが、大学における健康教育を実現していく上で重要なポイントであると考えられる。

4. 今後の健康教育の展望

学生に健康問題を自分ごととして捉えさせる工夫として、例えば企業において求められる健康が考えられる。大学を含め多くの学生が就職を希望する全ての企業・官公庁では年に 1 回の健康診断が義務化されているのは皆さんご存知のところであり、多くの組織において健康管理が普及している。さらに健康管理が加速化することを予見させる事例としては、欧米企業において健康状態に問題がある者は役職者になれないという文化ができつつあるということが挙げられる。つまり、健康リスクを抱えている者を組織の重要なポストに据えることは、組織の活動を停滞させるリスクを孕んでいるという考え方であり、欧米においては自身のキャリアを構築する上で、健康であることは必須条件となりつつある。こういったことも含め日本企業においても健康に対する意識は徐々に高まり始めており、就職や転職の際の健康診断書の提出が形式的なものではなく、将来のリスクを見通すために細部に渡って評価される時代もそう遠くないかもしれない。多くの学生

にとって就職, キャリアは関心度の高い話題であり, そのような特性を逆手にとったアプローチを好まない方もいらっしゃるかもしれないが, 健康に対する学生の興味・関心を高める導入としては有効な方法と考えられる。

学生の健康に対する興味・関心について, 兵頭ら(2013)は, 学生は将来の健康に不安を持っていることを示しており, それを解消するためには健康に対する関心を高める意識改革が必要であると述べている。前述した就職に関連させた導入は意識改革の一つとして捉えることができよう。一方で, 望ましい健康行動の習慣形成を実現するためには, ヘルスプロモーションの考えが浸透するように繰り返し健康教育を行う必要があることも提案している。ヘルスプロモーションとはWHOが「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし, 改善することができるようにするプロセス」として定義し提唱しているものである。そして近年ではヘルスプロモーションの概念を支えるスキルとしてヘルスリテラシーが定義されている。ヘルスリテラシーの定義は「より良い健康状態を促進し, 維持する方法に関する情報にアクセスし, 理解し, 利用するための個人の意欲や能力を決定する認知的社会的スキルである。」とされている。ネットワーク技術の発展により誰でも簡単に健康関連情報へアクセスできるようになった反面, 理解力の不足もしくは理解することを放棄し, 他人の意見に依存してしまう態度がヘルスプロモーションの浸透を阻んでいると考えられる。したがって今後, 大学において健康教育を展開する際にはヘルスリテラシーの概念を踏まえた上で, 学生が情報を批判的に理解し, 主体的に活用する学習内容を構築し, それを達成するための環境を整えていくことも必要となってくるだろう。

参考文献

兵頭圭介, 鈴木明. 大学生の健康に関する研究成果のレビューと課題. 大学体育学, 10: 3-11, 2013.

厚生労働省. 第1回介護施設等の在り方委員会資料4. 2006. <https://www.mhlw.go.jp/shingi/2006/09/dl/s0927-8e.pdf>

厚生労働省. 要介護認定 認定調査員テキスト 改訂版. 2018. <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000077237.pdf>

熊原秀晃, 田原亮二, 田中守, 田口晴康. 2008年度福岡大学初年次学生の体力水準. 福岡大学スポーツ科学研究, 40 (2) : 43-59, 2010.

Lee AJ, Lin WH. Association between sleep quality and physical fitness in female young adults. J Sports Med Phys Fitness, 47: 462-7, 2007.

森村和浩, 道下竜馬, 桧垣靖樹. 2012年度福岡大学初年次学生の体力水準. 福岡大学スポーツ科学研究, 45 (2) : 59-71, 2015.

Nakanishi-Minami T, Kishida K, Funahashi T, Shimomura I. Sleep-wake cycle irregularities in type 2 diabetics. Diabetol Metab Syndr, 4: 18, 2012.

中山正剛, 田原亮二, 神野賢治, 丸井一誠, 村上郁磨. 大学体育授業における行動的介入が日常の運動行動に及ぼす効果-量的・質的分析を用いた評価. 体育・スポーツ教育研究, 11: 14-22, 2009.

中山正剛, 田原亮二, 神野賢治, 丸井一誠, 村上郁磨. 学士課程教育における体育の介入授業が及ぼす長期的な効果に関する研究: 授業終了1年後の学士力関連スキルと運動行動に着目して. 大学体育学, 11: 65-78, 2014.

正野知基. スポーツ健康福祉学科学生を対象とした専門実技科目における健康情報提供が健康度・生活習慣に与える影響. 体育・スポーツ教育研究, 9: 23-30, 2007.

総務省. 統計からみた我が国の高齢者-『敬老の日』にちなんで-(統計トピックス No.126). 2020 <https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topics126.pdf>

田原亮二, 中山正剛, 神野賢治, 丸井一誠, 村上郁磨. 歩数計によるセルフモニタリングを利用した大学体育授業における身体活動量の変化について. 体育・スポーツ教育研究, 9: 14-22, 2007.

田原亮二, 桧垣靖樹, 小清水孝子, 村上純. 2009年度福岡大学初年次学生の体力水準. 福岡大学スポーツ科学研究, 42 (1) : 13-26, 2011.

飛奈卓郎, 田原亮二, 道下竜馬. 2010年度福岡大学初年次学生の体力水準. 福岡大学スポーツ科学研究, 43 (1-2) : 75-86, 2013.

社会人基礎力の育成・向上の観点から

京都先端科学大学 教育開発センター 梶田 和 宏

キーワード：新社会人基礎力，国際社会人基礎力，人間教育，態度教育，スポーツ・ライフスキル（SLS）

1. はじめに

高等教育改革を促す主要因として，世界で同時進行する背景には，①知識基盤社会，②緊縮財政，③グローバル化，の3つがあげられる（深堀，2015）。多様化する国際社会の影響を受ける中で，中央教育審議会（2008）の「学士課程教育の構築に向けて（答申）」によると，グローバル化する知識基盤社会は，国民の強い進学需要に応えつつ，国際的通用性を備えた質の高い教育を行う必要があり，少子化による人口減少を迎える日本が持続的発展を遂げるには，学士課程教育と大学院教育を通じ，「教養」を備えた専門的な人材を多数育成することが強調されている。また，文部科学省（2011）の「大学の質保証・向上」によると，大学は大学教育や学生生活の経験を通じて獲得する「アウトカム（成果）」としての知識・技能，態度・志向性等の社会的・職業的自立に必要な資質・能力を育成することであると指摘されている。

他方で，大学教育の分野のみならず，近年は各府省庁によって提起された学士力（文部科学省），社会人基礎力（経済産業省），就業基礎力（厚生労働省），人間力（内閣府）といった様々な社会を生き抜くための力においても，資質・能力に類似した力の必要性和その育成が叫ばれている。また，日本学術会議（2010）の提言では，21世紀に期待される教養として「学問知，技法知，実践知と市民的教養」の必要性があげられ，保健体育科目は豊かな人間性と市民性を培うという点で教養教育として多様な意義をもつものとして明記されている。したがって，日本国内外や分野を問わず，教育の心理社会的な研究動向として人々の資質・能力の育成への関心が高まっており，現代では国際的な視点を踏まえて，わが国の「教養教育」の現状を検討していく必要があると考えられる。

さらに，「創造社会」といわれる Society5.0時代に求められる人材の能力として「数理的推論・データ分析力，論理的文章表現力，外国語コミュニケーション

力などのリテラシー，論理的思考力と規範的判断力，課題発見・解決能力，未来社会の構想・設計力，高度専門職に必要な知識・能力」が求められ，これらを身に付けるためには，基盤となる「リベラルアーツ教育」が重要であるといわれている（一般社団法人日本経済団体連合会，2020）。Society5.0時代にある中で，2020年頃から新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の世界的流行に伴い，VUCA時代を生き抜くための「DX（デジタルトランスフォーメーション）」として，大学教育では「EdTech」を駆使したオンライン授業や反転授業が定着しつつある。学修管理システム（LMS）やWeb会議システムを併用したDXによる運動・スポーツのデジタル化により，体育教育がさらに進化・深化する一方で，身体活動や人的な関わりを重視する体育科目における遠隔化やオンライン化に関する限界についても指摘されている（北ほか，2021）。

わが国の大学における教養教育科目として開講される体育授業（以下「大学体育」と略す）の開講率はおよそ98%に上り，そのほほすべての大学に体育実技が実施されている（梶田ほか，2018）。このような現状にある中で，わが国の大学体育授業の研究成果を概観すると，①身体的効果（体力向上，体脂肪率の低下など），②精神的・心理的效果（ポジティブ感情の増加，自己概念や自己効力感の向上），③社会的効果（コミュニケーションスキル，ライフスキルの向上，人間関係の醸成），④生活習慣の改善，以上4つの内容が抽出されている（橋本ほか，2012）。大学体育が教養教育として存続し続けるためには，大学体育でしかできない特有の教育を行う必要があり（橋本，2017），言い換えると，大学体育のもつ独自性と得意技をリベラルアーツの枠組みの中で展開されることが望まれる。

そこで本稿では，リベラルアーツにおける大学体育の意義を論考するうえで，「社会人基礎力」の観点から事例的な情報提供を行うことを主な目的として，筆者の所属する京都先端科学大学（以下「KUAS」と略

す)において実践されている「国際社会人基礎力」の育成・向上を目指した大学体育の教育プログラムの一事例について紹介する。

2. 大学体育と社会人基礎力：先行研究の事例

米国では、職務と大学教育を結ぶ関係性を明確化することが求められ、1991年に労働省は、仕事に必要な能力として「SCANS (Secretary's Commission on Achieving Necessary Skills)」を提唱した。具体的には、①時間、資源などを計画的に配置する能力、②他者と協力する能力、③情報を整理し用いる能力、④複雑なシステムを理解し運用する能力、⑤多様な技術を用いる能力、計5つの能力があげられる(金子, 2019)。その他にも、米国ではベーシックスキル (Basic Skills)、英国ではコアスキル (Core Skills)としてそれらの概念が整理され、社会で働くための基礎力を重視している(島田, 2019)。

わが国では、「人口動態の変化」、「産業構造の変化」、「グローバル化の進展」などを背景として、2006年に経済産業省は、「職場や地域社会で多様な人々とともに仕事をするうえで必要な基礎的な能力」として、3つの能力「前に踏み出す力(アクション)」、「考え抜く力(シンキング)」、「チームで働く力(チームワーク)」を提唱した。また、それらを12の能力要素(前に踏み出す力:主体性、働きかけ力、実行力;考え抜く力:課題発見力、計画力、創造力;チームで働く力:発信力、傾聴力、柔軟性、状況把握力、規律性、ストレスコントロール力)に細分化した「社会人基礎力」を提言している。この「社会人基礎力」は、多くの仕事において共通する良い成果を出すためにベースとなる体幹力であり、大学生の頃に高めておくべき大切なスキルだと言われている(島田, 2019)。

また、Society5.0時代や、VUCA時代と呼ばれる今日では、「人生100年時代」の到来とともに、これまで以上に長くなる個人の企業・組織・社会との関わりの中で、ライフステージの各段階で活躍し続けるための力として『人生100年時代の社会人基礎力(以下「新社会人基礎力」と略す)が提唱された。この「新社会人基礎力」は、「社会人基礎力」の3つの能力/12の能力要素を内容としつつ、能力を発揮するにあたって、「学び(何を学ぶか)」、「統合(どのように学ぶか)」、「目的(どう活躍するか)」という3つの視点のバランスを図ることが自らのキャリアを切りひらいていく上で必要と位置付けられている(経済産業省, 2018)。各ステージで目的を明確に持ち、「社会人基礎

力」の12の能力要素のうち今は何が必要で今後どう伸ばすべきなのかを的確に振り返り(リフレクション)をしながら、自分らしいキャリアを進めていくことが求められている(島田, 2019)。特に、現在と過去の経験に対する振り返りだけではなく、未来の自分を想像したリフレクションを実践していくことが学生の自己成長を促すと期待される(図1)。

さらに、「社会人基礎力」は、企業の人事評価、特に新卒採用現場で重要視されており、「新社会人基礎力」を育成する場として大学教育が果たす役割の重要性が指摘されている(経済産業省, 2018)。こうした社会的な要請に呼応して、これまでに大学体育(専門教育科目における体育・スポーツ関連の授業も含む)における受講者の「社会人基礎力」の変化について検討した事例報告および実践研究が蓄積されてきた(青木ほか, 2012;林ほか, 2020;引原ほか, 2016;石道ほか, 2015, 2016, 2017;金田・引原, 2018;金田ほか, 2000;佐藤ほか, 2022;徳田, 2017;築山ほか, 2008;中山, 2019)。「社会人基礎力」育成・向上を目指した大学体育の様々な教育プログラムの実践報告および研究における知見を蓄積していくことが、高等教育を取り巻くニーズとして社会的にも学術的にも期待されているといえるだろう。

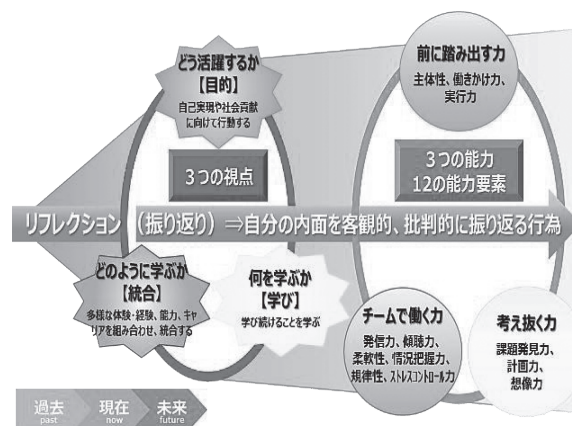


図1 人生100年時代の社会人基礎力の概念図(経済産業省(2018)を筆者が一部加筆して作成)

3. 大学体育と国際社会人基礎力：KUASの事例

KUAS (online1)では、「多様な個性と能力を備えた人材を育成し輩出したい。そして、その能力と個性を世界に発信する為のスキルを身につけてほしい」という教育ポリシーから、「専門性」、「実践的な英語力」、「国際社会人基礎力」という3つの柱を社会が求める力としてKUASの目指す人材像を掲げている(図2)。この背景には、KUAS理事長の永守氏とKUAS副理事

長の浜田氏のコンセプトが大きな影響を与えている。永守 (2021) によると、IQ (知能指数) とともに「人間力」としてEQ (感情指数) が大切であり、コミュニケーション能力、チームワーク、リーダーシップなど多様な社会を逞しく生き抜くためのスキルを身につけたトンガリ人材の育成として「国際社会人基礎力」の必要性が強調されている。

また、浜田 (2019) によると、「国際社会人基礎力」を育むために、1年生と2年生で体育授業を必修化し、仲間と協力してスポーツ実技について新しいあり方を考えるなど、内にこもりがちな今どきの若い人たちを強制的に仲間と接点を持たざるをえないような環境に連れ出し、リーダーシップやチームワークとはどういふものかを実体験してもらおう仕掛けづくりの重要性が指摘されている。

さらに、KUAS (online1) によると、スポーツはチームメイトと協力しあって共通の目標を目指すものであり、瞬時に判断して自分の身体と心をコントロールし、自らの役割、活躍の場を理解することでチームの力を引き上げる。これらは、社会に出た時にとっても必要な力であり、そのような経験ができる大学体育は、「社会経験の入り口」と考えられている。スポーツは「社会の縮図」(辻, 2004) といわれるように、スポーツ活動は社会生活の出来事に類似した様々な経験を効果的に蓄積することができる場を提供していると考えられる。

以上のことから、KUAS では大学卒業後、社会に出た時に使える基礎知識として「国際社会人基礎力」を掲げ、それらの育成・向上を実現させるために、リベラルアーツ教育の実践の場として大学体育を位置付けているといえるだろう。

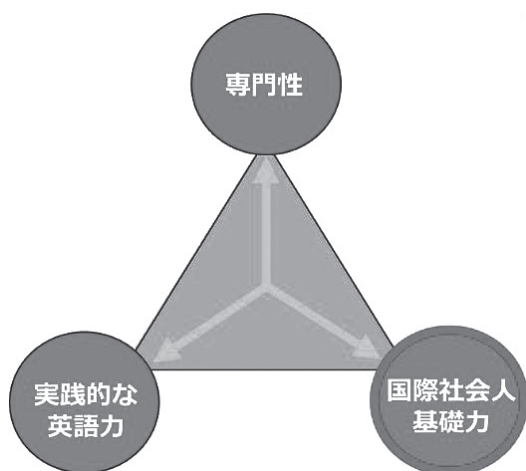


図2 京都先端科学大学 (KUAS) の目指す人材像 (KUAS (online1) を筆者が一部加筆して作成)

4. 大学体育の論と証拠と満足度：KUAS の事例

「大学体育の効果的循環モデル」を実践している一事例として、大阪工業大学健康体育研究室の取り組み (中村, 2005) があり、大学体育を初年次教育として位置付け (論), その教育効果検証を行う (証拠) とともに、FD 授業アンケート結果による学生の声 (満足度) についても検証されている (木内, 2018)。また、千葉工業大学も大阪工業大学と同じく、「大学体育の効果的循環モデル」を実践する体育部署のある大学だといえる (木内, 2020)。今後も、大学体育の「論」と「証拠」と「満足度」の三位一体となった「大学体育の効果的循環モデル」を各大学の体育部署で組織的に継続的な実践の期待が望まれている (木内, 2018)。そこで以下では、「大学体育の効果的循環モデル」を参考にして、KUAS の「国際社会人基礎力」の育成・向上を目指した大学体育の教育実践研究の一事例 (前田ほか, 2022) を紹介する。今回紹介する「KUAS 大学体育の効果的循環モデル」では、「国際社会人基礎力」を「証拠」に含めたことが主な特徴である (図3)。



図3 KUAS 大学体育の効果的循環モデル (木内 (2018) を筆者が一部加筆して作成)

筆者が所属する KUAS においては、2019年度から大学名称の変更と大学組織の大幅な改革に伴い、従来の大学体育のスポーツ実技授業を「スポーツ・ライフスキル (SLS) 科目」(以下「SLS」と略す) と改めて、一部学科を除いて2年間 (1-2年次, 計4単位) の必修科目にカリキュラム改変された。SLS の教育目標は、『スポーツ実技の活動経験を通して、意志決定、問題解決、コミュニケーション、自己認知、他者理解等のグローバル人材に必要な「国際社会人基礎力」と「ライフスキル」の育成・向上を目指し、自らの生活を管理・統制でき将来のライフイベントを乗り切る事

ができる国際社会人基礎力を養うこと（KUAS, online 2）』（論）であると説明されている。このように、KUASのSLSでは、社会で活躍するために必要な基本的能力の育成・向上を主な目的としており、シラバスに記載された到達目標や、個々の授業における成績評価の基準にも反映されている。

次に、教育内容の独自性としては、学生が各自選択したスポーツ種目を半期15回受講する中で、対面授業においてSLS担当教員が作成したワークブックを活用し、「国際社会人基礎力」に関して個人で設定した目標に対するリフレクション活動を実践していることがあげられる。ワークブックの授業ノート欄に、「国際的社會人基礎能力」や「ライフスキル」に関する具体的なスポーツ経験やその場面についての振り返り（リフレクション）を記述し、5段階で自己評価する形式にしている。授業評価アンケートでの満足度や授業目標の達成度など（満足度）を高めていく手立てが必要になる。大学体育授業において、ワークブックを用いることにより受講者の主観的な理解度や健康行動の実践度、交友関係の開始や深まりをより効果的に高めることができたという報告（西脇ほか、2014）や振り返り文章の記述量が多くなるほど、受講生の主観的な真剣度が高くなったという報告（丸尾ほか、2020）、ライフスキルの獲得が促進されたという報告（瀧本ほか、2018）もある。また、授業ノートに継続して記述することは、日常の経験で感じた暗黙的な気づきを外的表象化し「考える」トレーニングとなり、ライフスキルを向上させたという報告（東海林・島本、2017）もある。よって、SLSにおいてもワークブックの授業ノートを活用することは、個人目標についてスポーツ経験を踏まえ自己省察し、授業内でリフレクションを行い効果的な「国際社会人基礎力」の獲得・向上に繋がることが期待される。このようにして、受講生の授業評価アンケートでの満足度や授業目標の達成度など（満足度）を可視化し、効果的に「国際社会人基礎力」を高めていくための授業設計や指導の手立ての工夫が必要になると考えられる。

その他にも、「国際社会人基礎力」と併せて、「態度教育」としての「マナー教育（挨拶・美化）」を実践していることがあげられる（図4）。スポーツ活動の場でよりよく戦う態度や精神性（気持ち）を身につけ自己成長を促すことが、大学体育の中心に堂々と位置づくべきであるという主張もされている（木内、2017）。KUASのSLSにおいても、スポーツの場面において用具が整理整頓され、施設が綺麗に保たれてい

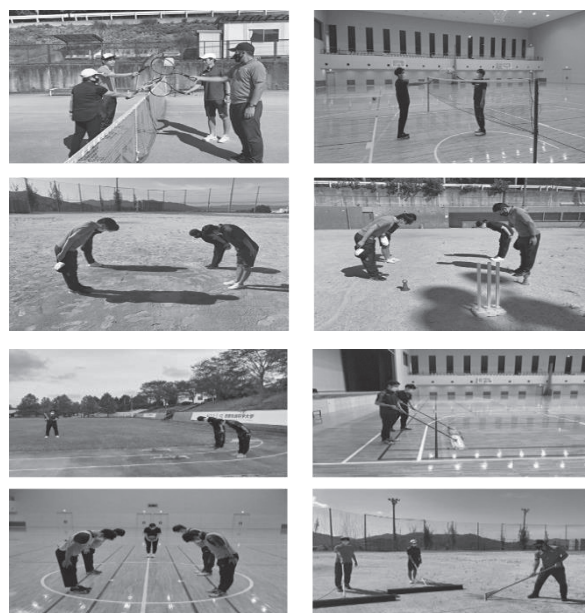


図4 SLSでのマナー教育（挨拶・美化）の実践例
（2022年度SLSワークブックから抜粋）

ると大勢で実施するスポーツ活動の安全性や質にも様々なメリットをもたらし、それらは「国際社会人基礎力」や「ライフスキル」の向上にも繋がると考えている。受講者全員が気持ちよく有意義なSLS授業として毎回受講できるように、自主性をもって実行することを促している。やはり、人間形成という役割をもった大学教育において、態度・意欲の育成は不可欠の教育目標であるといえるだろう（中島、2016）。

上述したKUASのSLSにおける教育実践研究（証拠）（前田ほか、2022）の目的は、コロナ禍の遠隔形式による大学スポーツ授業を通じて、受講者の「社会人基礎力」がどのように変化するかを明らかにすることであった。SLSを受講した学生を対象に、実技授業開始時（授業前）および授業終了時（授業後）において「社会人基礎力」の変化についてアンケート調査を実施し、全対象者の授業前と授業後における「社会人基礎力」の変化を比較検討した。その結果、「働きかけ力」、「課題発見力」、「計画力」、「創造力」、「発信力」および「傾聴力」は、授業後が授業前よりも有意に高値を示した。その他の要素については、いずれも有意差は認められなかった。また、「社会人基礎力」を構成する3つの力では、「考え抜く力（シンキング）」については、授業後が授業前よりも有意に高値を示したが、「前に踏み出す力（アクション）」および「チームで働く力（チームワーク）」については、有意差は認められなかった。以上の結果をまとめると、「働きかけ力」、「課題発見力」、「計画力」、「創造力」、「発信

力)、「傾聴力」および「考え抜く力(シンキング)」は、遠隔授業で育成可能な要素であることが示唆された。その一方で、対面授業を実施するからこそ育成できる能力要素が多く存在する可能性も高いことが指摘されている。今後の展望としては、上述した教育実践研究(前田ほか, 2022)の「証拠」から明らかとなった課題の要素をターゲットに、「社会人基礎力」の育成・向上を意図した大学体育の授業設計に関する実践研究を進めながら、「論」と「証拠」と「満足度」の三位一体となった「KUAS 大学体育の効果的循環モデル」を構築していく必要がある。

5. おわりに

本稿では、リベラルアーツにおける大学体育の意義を論考するうえで、「社会人基礎力」の観点から事例的な情報提供を行うことを主な目的として、KUAS のSLSにおいて実践されている「国際社会人基礎力」の育成・向上を目指した大学体育の教育プログラムの事例を紹介した。「社会人基礎力」育成・向上の観点から考えるリベラルアーツにおける大学体育の意義としては、「人間教育」と「態度教育」がキーワードとしてあげられ、今日のわが国では、「社会人基礎力」や「ライフスキル」をはじめとした心理社会的側面を教育目標として重視した大学体育授業が広く行われていることも事実として報告されている(Kajita et al., 2019)。他方で、「社会人基礎力」は、社会で求められる力の全てではなく、思いやりや公共心、倫理観、基礎的なマナー等の「人間性、基礎的な生活習慣」の度台づくりが必要であると指摘されている(経済産業省, 2008)。わが国の特徴といえる「人間教育」や「態度教育」を強調した大学体育の意義を主張することは、スポーツが単なる健康教育や実技指導でとどまるのではなく、世界観や価値観を養うことが教養教育として期待されている(佐々木, 2019)ということを諸外国にも示唆できると考えられる。これまでは体育授業で培われる心理的、身体的、社会的な効果に目を向けてきたが、これらは大学体育の教育目標であって目的ではなく、目標の先に到達すべき目的は人間的な成長であり(橋本, 2021)、自分の「からだ」、自分の「こころ」の状態をきちんと科学的に認識し、常に「こころ」と「からだ」の健康を維持する努力を学生に求めることは、社会性を涵養し高いモラルを達成する基礎になる(古田, 2005)。また、教養教育の究極の目的である人間形成と人格形成に資する体育教育を打ち立てるとともに、身体をとおした「人間教育」を主張し

ていくことが重要である(橋本, 2021)。さらには、社会の様々な課題解決に向けた学生の自律的な成長に資する体育授業を探求し続ける必要もある(西田ほか, 2021)。したがって、「社会人基礎力」や「ライフスキル」の育成・向上の先にある心理社会的な側面における人間的な自己成長を遂げる「人間教育」を達成するためには、わが国の「リベラルアーツにおける大学体育」こそが大いに貢献でき得るといえるだろう。

一方で、「社会人基礎力」や「ライフスキル」といった「汎用的能力」や「非認知能力」をどのように評価していくのが妥当なのかについては、これまでの方法がベストであるとは言い難い。現状では学生による自己評価によって「社会人基礎力」を評価している研究がほとんどであるが、今後は自己評価だけでなく、他者評価を含めたより多くの評価材料かつ妥当な評価方法を確立させていくことが求められる。これらを達成するには時間を要すると思われるが、短期的な視点だけではなく、中長期的な教育成果の確認を継続し、そして教育実践研究を実施し、その効果検証を行いながら「大学体育の効果的循環モデル」(木内, 2018)を今後も持続的に発展させていく必要があるといえよう。

参考文献

- 青木康太郎, 粥川道子, 杉岡品子. キャンプ体験が大学生の社会人基礎力の育成に及ぼす効果に関する研究. 北翔大学生涯スポーツ学部研究紀要, 3, 27-39, 2012.
- 中央教育審議会, 学士課程教育の構築に向けて(答申.). http://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/__icsFiles/afieldfile/2008/12/26/1217067_001.pdf (参照日2022年1月31日), 2008.
- 深堀聰子(編). アウトカムに基づく大学教育の質保証 — チューニングとアセスメントにみる世界の動向 —, 初版, 東信堂, 2015, pp.3-32, 2015.
- 古田元夫. 今教養教育を考える: 21世紀の教養教育を目指して, 学術の動向, 20-23, 2005.
- 浜田忠章. PTA関係者60人に本学の教育理念など説明, <https://www.kuas.ac.jp/news/2019/08/1942> (参照日2022年1月31日), 2019.
- 橋本公雄, 大学体育の価値と評価: 身体活動・運動・スポーツと自己成長, 体育・スポーツ教育研究, 18(1), 29-34, 2017.
- 橋本公雄. 九州地区大学体育連合の研究ベースの70年を振り返る, 大学体育, 48(2), 38-42, 2021.
- 橋本公雄, 根上優, 飯干明. 未来を拓く大学体育: 授

- 業研究の理論と方法, 初版, 福村出版, 2012.
- 橋本公雄, 西田順一, 木内敦詞, 堤俊彦 (編). 自己成長をはかる大学体育: 挑戦的課題達成型体育授業の理論と実践, 初版, 花書院, 2021.
- 林直也, 佐藤博信, 溝畑潤. キャンプ実習が大学生のコミュニケーションスキル及び社会人基礎力に及ぼす効果に関する研究, *Human Welfare*, 12 (1), 103-118, 2020.
- 引原有輝, 森田啓, 若林斉, 金田晃一. 実技種目の異なる大学体育授業が社会人基礎力の育成に及ぼす影響. *大学体育学*, 13, 16-25, 2016.
- 石道峰典, 西脇雅人, 中村友浩. 選択科目の体育実技授業を履修する大学生の社会人基礎力の特徴について. *大学体育研究*, 37, 1-10, 2015.
- 石道峰典, 西脇雅人, 中村友浩. 体育実技授業における社会人基礎力育成を意図した介入効果の検証. *大学体育学*, 13, 26-34, 2016.
- 石道峰典, 西脇雅人, 中村友浩. 体育実技授業による visual analog scale (VAS) 法を用いた社会人基礎力の評価に関する検討. *大学体育学*, 14, 67-78, 2017.
- 一般社団法人日本経済団体連合会 (編). Society 5.0 に向けた大学教育と採用に関する考え方, 採用と大学教育の未来に関する産学協議会・報告書, p6. https://www.keidanren.or.jp/policy/2020/028_honbun.pdf (参照日2022年1月31日), 2020.
- Kajita, K., Kiuchi, A., Park, K., Lin, P., Hasegawa, E., and Nakagawa, A. Comprehensive and comparative survey study reveals the current status of physical education in liberal arts higher education courses at colleges and universities in Japan, Korea and Taiwan *筑波大学体育系紀要*, 42, 57-61, 2019.
- 梶田和宏, 木内敦詞, 長谷川悦示, 朴京眞, 川戸湧也, 中川昭. わが国の大学における教養体育の開講状況に関する悉皆調査研究, *体育学研究*, 63 (2), 885-903, 2018.
- 金田晃一, 引原有輝. 学外活動を伴う集中型の大学体育授業が受講学生の社会人基礎力に及ぼす影響: ゴルフ種目を対象に. *大学体育学*, 15, 22-30, 2018.
- 金田晃一, 引原有輝, 佐藤和, 川西範明, 森田啓. 大学教養教育としての大学体育の位置づけに関する一考察: 某工業系大学を例に. *大学教育学会誌*, 41 (2), 35-44, 2020.
- 金子元久. 不測の時代の教養教育, IDE 現代の高等教育: 今教養教育とは, 佐々木毅 (編), IED 大学協会, 610, 15-21, 2019.
- 経済産業省 (編). 今日から始める社会人基礎力の育成と評価: 将来のニッポンを支える若者があふれ出す!, 初版, 角川学芸出版, 2008.
- 経済産業省 (編). 我が国産業における人材力強化に向けた研究会」(人材力研究会) 報告書, https://www.meti.go.jp/report/whitepaper/data/pdf/20180319001_1.pdf (参照日2022年1月31日), 2018.
- 北徹朗, 小林勝法, 北村勝朗, 中山正剛, 田原亮二, 平工志穂. DXによる大学体育の未来: カリキュラム開発と授業・組織運営改革, *大学教育学会誌*, 43 (2), 114-118, 2021.
- 木内敦詞. 大学体育の価値と評価: 体育実技授業の実践と効果, *健康・体力・技術向上を図る立場から, 体育・スポーツ教育研究*, 18 (1), 36, 2017.
- 木内敦詞. 大学体育授業の振り返りと改善のための実践: 論と証拠と満足度をさせるリフレクション, *大学体育*, 45 (1), 55-58, 2018.
- 木内敦詞. 大学体育の論と証拠と満足度を整える, *桜門体育学研究*, 55, 103-106, 2020.
- 京都先端科学大学. 京都先端科学大学の目指す人材. <https://www.kuas.ac.jp/admissions/about/aim> (参照日2022年1月31日), online1.
- 京都先端科学大学. SLS プログラムとは. <https://www.kuas.ac.jp/edu-research/education/edu-development/sls> (参照日2022年1月31日), online2.
- 前田奎, 鈴木楓太, 東原文郎, 成相美紀, 吉中康子, 松木優也, 池川哲史. コロナ禍での遠隔による大学スポーツ授業の前後における社会人基礎力の変化, *大学体育スポーツ学研究*, 19, 2022.
- 丸尾祐矢, 佐々木大志, 志賀充, 櫻田淳也. 体育学部大学生の走高跳経験の違いによる授業ノート記述量と受講者の主観的な受講態度・技能上達度の関係, *大学体育スポーツ学研究*, 17, 23-28, 2020.
- 文部科学省. 大学教育の質の保証・向上. http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo4/houkoku/attach/1302346.htm (参照日2022年1月31日), 2011.
- 永守重信. 「成しとげる力」, 初版, サンマーク出版, 2021.
- 中島英博 (編). シリーズ大学の教授法授業設計: 意欲や態度を育成する授業設計, 第2版, 玉川大学出版部, pp.107-114, 2016.
- 中村友浩. 学内外の評価を積極的に受け, 教育組織としての独自性を確立しよう, *大学体育*, 32 (1), 32-35, 2005.

- 中山正剛. 大学体育授業は「学士力・社会人基礎力・スポーツ基本計画」に寄与するのか, 科学研究費助成事業研究成果報告書, <https://kaken.nii.ac.jp/ja/file/KAKENHI-PROJECT-16K16505/16K16505seika.pdf> (参照日2022年1月31日), 2019.
- 日本学術会議 (編). 21世紀の教養と教養教育「日本の展望: 学術からの提言2010, V-VI, <https://www.scj.go.jp/ja/member/iinkai/kanji/pdf24/siryō290-4-10.pdf> (参照日2022年1月31日), 2020.
- 西田順一, 木内敦詞, 中山正剛, 難波秀行, 園部豊, 西脇雅人, 平工志穂, 小林雄志, 西垣景太, 中田征克, 田原亮二. 新型コロナウイルス感染症第1波の流行直後における大学体育授業の学修成果: 遠隔授業による主観的恩恵と身体活動に焦点をあてた検証. 特集「新型コロナウイルスに挑む大学体育」, 大学体育スポーツ学研究, 18, 2-18, 2021.
- 西脇雅人, 木内敦詞, 中村友浩. ワークブックを用いた大学体育授業がFD授業アンケートのスコアをより効果的に高め得る., 大学体育学, 11, 87-93, 2014.
- 佐々木一也. 「シンポジウム『AI時代を生きるための教養教育に必要なこと』企画趣旨および開催報告」, 大学教育学会誌, 40 (2), 3-4, 2019.
- 佐藤和, 引原有輝, 金田晃一. 大学体育受講者のパーソナリティと社会人基礎力得点の関係, 大学体育スポーツ学研究, 19, 2022.
- 島田恭子 (編). 「わかる社会人基礎力: 人生100年時代を生き抜く力」, 3版, 誠信書房, 2019.
- 瀧本真己, 木内敦詞, 石道峰典, 中村友浩, 西脇雅人. 大学体育実技授業の振り返り文章数を多くするほどライフスキルの獲得が促進される: 大学体育授業を対象とした縦断研究., 大学体育学, 15, 3-11, 2018.
- 徳田真彦, 粥川道子, 安原政志, 佐藤悦子. 自然体験活動が大学生の社会人基礎力に及ぼす影響, 北翔大学生涯スポーツ学部研究紀要, 8, 127-139, 2017.
- 築山泰典, 神野賢治, 田中忠道. 大学キャンプ実習が「社会人基礎力」に及ぼす有効性の検討. 福岡大学スポーツ科学研究, 39, 13-26, 2008.
- 辻秀一, 心のコーチング — いつも勝てるライフスキルの育て方, 初版, 講談社, 2004.
- 東海林祐子, 島本好平. 大学体育におけるライフスキル獲得のための授業支援ツール体育ノートの導入とその効果の検討, 大学体育学, 14, 3-15, 2017.