

「生涯スポーツ」とは何か

健康科学センター 山本 教人

はじめに

近年、各種メディアを通して見聞きする機会が多くなった「生涯スポーツ」という言葉は、一般に次のように理解されている。

「生涯スポーツとは、一人ひとりの個性を有する人間が、身体的、精神的、社会的に多様に変化する各人の生涯の各時期において、自らの好み、関心、運動力量などに応じて自発・自主的にスポーツに取り組む過程の総称のことである」

「生涯スポーツとは、生涯にわたって自分自身のライフサイクルに適したスポーツを楽しみながら継続的に実施することである」

このような考えを示す人々に共通するのは、「スポーツ＝善」の発想である。何のためのスポーツかなど、考えもしないのだろう。だが現実には、国民の約6割は定期的なスポーツ経験を有しおらず、オリンピックやワールドカップ報道にまったく興味を示さない者もいる。そればかりか、この世にスポーツなどなくてもかまわないという人々さえ存在している。生涯スポーツは、「生涯学習」のスポーツ版である。だから、何のための「スポーツの学習」かが、「スポーツ嫌い」にも明示されなくてはならないのである。それにしても、スポーツの学習とは一体どのような学習だろうか。まずはこの点から検討してみよう。

「スポーツの学習」をめぐる二つの立場

その1：スポーツで学ぶ

次の表をご覧ください。表1は、あるスポーツ少年団で子どもたちに剣道を始めた理由を尋ねた結果である。表2は、スポーツ少年団指導者に、日頃の指導目標について尋ねた結果を示している。両方が非常によく似ているのは、子どもの考えが指導者の考え方に影響された結果かもしれない。

表1 剣道を始めた理由

身体を鍛えるため	48.2%
礼儀正しい人になるため	18.0%
根性をつけるため	12.7%
強くなるため	8.6%

* ひとつだけ選んで回答

表2 指導の目標

礼儀・マナーなど、基本的な生活習慣の形成	53.5%
精神面（忍耐力・集中力）の育成	35.6%
人間関係（協調性・仲間意識）の育成	28.2%
健康や体力の増進	27.5%

* 複数回答

四国スポーツ研究会編、「子どものスポーツ、その光と影」、不昧堂出版より引用

表に示された考え方に底流するのは、体力低下や生活習慣の悪化、集団での遊び経験の不足、生きる力の欠如、バーチャル環境での遊びの増加等などといった、子どもをとりま

く現代社会の諸問題に対する危機意識である。このような文脈においてスポーツは、現代社会がもたらした弊害から子どもたちを救済するための手段として位置づけられる。「スポーツで学ぶ」ことに価値をおく学習観がここにある。

その2：スポーツを学ぶ

読者の皆さんは、小学校、中学校そして高校で「保健体育」を学んできただろう。改めて述べるまでもないが、「スポーツ」は体育で教えなくてはならない重要な内容のひとつである。12年も体育を学習したのだから、以下のような問題が出題されたとしてもあなたは答えられるはずだ。

問題1：ラグビーとサッカー、それにアメリカンフットボール。ルール上、この3つの競技の中で最も深い関係にある競技はどれとどれか。その理由についても述べよ。

問題2：4×100mリレーが持っている、他の短距離走とは違う特色とは一体何か。
ヒント： $1 \times 4 = 3.8$

「ドラえもん」の助けでも借りない限り実現しそうでない話だが、一本飲むだけでたちどころにスリムになれる飲料水、背中に張るだけで礼儀と根性とが身につく絆創膏、腕に巻くだけでだれとも友達になれるリング等など、スポーツで学べることが他の何かでかなえられたとしよう。さてそのとき、スポーツは重要であると一体何を根拠に主張できるだろうか。スポーツの学習が重要なのは、それが礼儀正しさやマナー、根性を身につけさせ、友達づくりを可能とするからではない、といたい。これらは他の何かで代替できる。たとえば、国語や算数で礼儀正しさや根性を身につけることだって可能だ。

スポーツは、他の何かによっては補完できない学びの内容を有しているからこそ価値があるのだ。その内容を私は、「スポーツの文化的特質」と表現したい。「スポーツを学ぶ」とは、スポーツの文化的特質の学習に他ならない。至極当然であるが、他の教科同様に体育にも、教えるべき固有の内容がある。先の問題に答えられなかった読者の皆さんは、国語であれば読み書きを、算数であれば加減乗除を理解しないまま大学生になってしまったに等しいのである。

文化としてのスポーツ

一般に文化とは、人間が自然に手を加えて形成・継承してきた物心両面にわたる成果を意味する言葉である。ここではこの「成果」を、考え方（観念）に関わるもの、行動に関わるもの、そして物に関わるものに分けて、それぞれがスポーツとどのような関係を結ぶのか考えてみたい。

観念に関わる成果：スポーツ観やスポーツ思想など

スポーツの意味や価値に関する考え方であり、その存在を意味づけ、価値を明示し、人間と社会に対するスポーツの意義を定義することによってその正当性を主張し、説

明する働きをする。

行動に関わる成果：スポーツ規範やスポーツ技術・戦術・戦略など

フェアプレイやスポーツマンシップ、ルールなどであり、スポーツにおける行動の仕方を方向づける働きをする。

物に関わる成果：スポーツ施設・設備、スポーツ用品など

スポーツに関わる様々な物であり、スポーツの価値を実現し、目標を達成する働きをする。

スポーツを学ぶとは、たとえばスポーツを発明した精神について学ぶことであり、現代社会におけるスポーツの意味や意義を学ぶことであり、より優れた技術や戦術を考えてみることであり、自分にあった道具を工夫して試みることである。このような学びは、他の何かで代替不可能な学びである。スポーツで学ぶことは、実はスポーツを学ぶことの副次的効果にすぎないのだ。

何のためのスポーツの学習か

「生涯学習」は、自己実現や自己成長、地域文化の創造などの意味を持つ学習として理解されている。だから生涯スポーツは、「地域文化の創造や自己実現・自己成長を目指し、生涯を通じて行われる自主的・自発的なスポーツの学習」と定義できる。他の何かでは学べないスポーツの持っている文化的特質を学ぶことが自己実現や自己成長を促し、生きがいや質の高い生活をもたらしてくれる。そして、そのような人々が増えることが、個性ある地域社会の実現を可能とする。他の生涯学習活動と同様スポーツの学習には、このような期待が込められていると理解したい。

最後に、先ほど提示した問題に対する回答は、あえて示さない。これらの疑問をいろいろ調べるのがスポーツを学ぶということであり、スポーツで自己実現・自己成長することである。こう考えることでスポーツは、手段としてではなく本質的に（生きがいや質の高い生活としての）「健康」と結びつくことになる。「体育教師」が語る「健康とスポーツ」はこのようなものではないかと考えるが、いかがだろうか。