

# 21世紀の高等教育と保健体育・スポーツ

## —活気と親しみにあふれるキャンパスと社会を構築するために—

日本学術会議からの提言「21世紀の教養と教養教育」など（資料1）にも示されたように、保健体育の充実に努め、豊かな人間性をそなえた学生を育成することは大学の責務の一つである。科学的研究成果にもとづき、学生の心身の健康の維持増進と人間的成長の支援に努めてきた体育・スポーツ・健康に関わる下記の学術団体は、以下の4つの事項を全国の高等教育機関に要請する。

平成22年6月30日

(社)全国大学体育連合会長 奥島孝康  
(社)日本体育学会会長 福永哲夫  
(社)日本女子体育連盟理事長 村田芳子  
日本体力医学会理事長 吉岡利忠  
全国体育系大学学長・学部長会会長 高橋和之  
日本教育大学協会保健体育・保健研究部門代表 渡辺雅之

### 1 学生の健康・体力を維持・向上させ、活力ある家庭や社会を築く能力を育成する。(資料2)

大学生の体力は依然として低く、生活習慣は中高生と比べると望ましくない状態にある。昨今の調査によると大学生の朝食欠食率は高く、脂質摂取が過剰で、睡眠不足状態である。また、半数以上がストレスを強く感じており、自殺率も増加している。このような状態は休退学や卒後の離職率とも関連しているとの指摘がある。

大学体育の授業を通して身体運動と健康の重要性を学生に十分に理解させ実践させることは、大学生生活を健康で有意義に過ごすための一助となるだけでなく、卒業後の人生を豊かにし、健康で活力ある家庭や社会を築く上でも欠かすことのできない重要なことである。

### 2 大学における保健体育の教育効果を再認識する。(資料3)

正課体育に係る教員の指導能力が向上するとともに、授業研究と教材開発がすすみ、講義における双方向授業（ディスカッションやインタビュー課題）、実技や演習における行動変容技法の導入など様々な工夫により、以下のような教育効果が実証されている。

#### 1 身体面での効果

週1回の体育実技授業でも筋力や持久力などの体力が顕著に向上し、体脂肪率が減少する。

#### 2 精神面での効果

身体運動には不安低減効果や抗うつ効果、ストレス解消効果があり、体育授業でも同様の効果が得られる。

#### 3 社会性・コミュニケーション面での効果

近年、他者とのコミュニケーションスキルの低い学生が増えており、問題を抱えている学生もいる。体育の授業が人間関係を促進し、自己効力感を高め、授業でのスポーツ経験がコミュニケーションスキルを含む社会的スキルを向上させている。

### 3 スポーツ権を尊重し、スポーツ文化の創造に寄与する。(資料4)

大学は、以下に述べる体育・スポーツに関する人类的かつ全世界的な課題、理念及び目標の意味と重要性を認識し、有効なプログラムを積極的に開発し、人間の身体面からの幸福を追求する社会の発展に寄与していくべきである。「体育およびスポーツに関する国際憲章」(UNESCO)では、「体育およびスポーツは、全教育体系において生涯教育の不可欠な要素を構成しており、身体活動の継続とスポーツの実践がグローバルで民主化された教育によって生涯を通じて保障されなければならないこと」(第2条)を定めている。したがって、高等教育機関においても、体育・スポーツ・身体活動が実践される機会が保障されるべきであり、さらに身体とスポーツに関する文化的社会的課題に対して積極的に教養教育を開発し提供していく義務がある。

また、教育基本法は、「教育は人格の完成を目指し、平和で民主的な国家及び社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成を期して行わなければならない」(第1条)として、幅広い知識と教養を身につけ、健やかな身体を養うことを教育の目標に掲げている。また、大学に対しては、学術の中心として、高い教養を培うとともに、これらの成果を広く社会に提供することを求めている。

### 4 学位授与の方針と「学士力」に心身の健康を位置づける。(資料5)

中央教育審議会答申「学士課程教育の構築に向けて」では、個々の大学が学位授与の方針を策定するときの参考として「各専攻分野を通じて培う学士力～学士課程共通の学習成果に関する参考指針～」を提示した。しかし、この参考指針には、教養教育の目的である「幅広く深い教養」「総合的判断力」「豊かな人間性」のうち、「豊かな人間性」が欠落している。そこで、各大学で学位授与の方針を策定する際にはこの点を十分に考慮し、スポーツや文化を享受する態度を養い、健やかな生活や社会を築く知識・技術を学ぶことを学位授与の方針に盛り込むべきである。

以上