

2.2 スポーツマンのこころ（体育分野）

（1）研究開発の課題（概要）

大学教授の講義を通して、スポーツに対するグローバルな考え方・知識を習得して、スポーツを実践する上での心構え、興味・関心を育てる。

（2）研究開発の経緯

ア 事前打ち合わせ 7月初旬に当日の日程・講義内容等の打ち合わせを電話で行った。9月には、詳細なスケジュール、資料印刷等の細かい打ち合わせを数回行った。

イ 事前指導 1、2年生の運動部員を対象に講義の聴講希望者を募る。

ウ 事後指導 アンケートを実施することにより、事後指導とした。

（3）仮説（ねらい、目標）

世界の一流のスポーツマンはどのような心構え・スピリットで競技に取り組んでいるのか、全国の様々なスポーツチームのメンタルスキルを涵養されているこの方面の第一人者に講義していただくことにより、一流選手の競技に対するメンタルを学び、今後のスポーツ活動に生かすとともに、スポーツサイエンスへの興味・関心を育む。

（4）研究の方法・内容

ア 対象生徒 1、2年生の希望者 66名

イ 実施場所 本校視聴覚教室

ウ 実施日時 平成24年10月27日（土）11：15～12：45

エ 実施内容

講師 岐阜経済大学 経営学部 スポーツ経営学科 教授 高橋 正紀 先生

サッカーボーク監督 JFA A級コーチ、C級コーチ養成インストラクター

演題 一流「スポーツマンのこころ」を学ぶ

～いつまでもスポーツを楽しみ続け、より自分を伸ばすためのこころ～

（ア）スポーツ先進国の話。「スポーツは少年・少女を大人にし、大人を紳士・淑女にする」。日本はどうか？

そのために必要となる知識と心構え

知識として 「スポーツ」を正しく理解すること

心構えとして 「スポーツマンのこころ」を知ること

これらをスポーツ実践の中で意識し続けることで、一流に近づいていく。

（イ）「スポーツ」とは？

・身体活動（激しい、厳しい）+ゲーム（スポーツはゲーム）

・ルールの役割を知ること 楽しさと競争を創りそして守るもの

・スポーツの位置を知ること

日常の時空間 非日常（架空）

家族・家事・仕事 スポーツ空間

友達・学校・勉強 練習とゲーム

・非日常においてスポーツができるということの意味

必要なもの 「施設」・「活動を支える人々」

「体力・気力」・「健康」



講師の高橋先生

（ウ）一流の選手のスポーツの理解

・楽しくなければスポーツじゃない NO ENJOYMENT NO SPORTS !

・スポーツマンのこころ → スポーツを「楽しむ」ために必要な心構え

（エ）スポーツマンが大切にしている3つの「こころ」とは。

一流のスポーツマンは3つとも高いレベルで“リスペクト”できる。

①「自分のため」を大切にできる、「絶対にあきらめない・絶対に逃げない」“こころ”

この世でまず一番目に大切にすべきすべきものは？ 「自分」

②「仲間のため」を大切にできる、自分が苦しいときに仲間を助けることができる“こころ”

誰にとっても「自分」は大切 だから仲間の「自分」も大切にするべき

③「ゲームのため」を大切にできる、ゲームで生じるマイナスの感情をコントロールして皆の楽しさ・ゲームを壊さない“こころ”

スポーツのメインは「ゲーム」（試合）

「ゲームのため」には何が必要？

楽しさを創って守ってくれるルール

自分と仲間そして相手

判定を委ねる審判

(オ) こころの癖を世界の常識に合わせる。

- 勝敗に対する態度 -

負けた時に礼儀正しくする。Good loser（よき敗者）になれ。

「負け・失敗」を「自分のため」につなげるためには？

自分を大切にしている人が「挑戦」をしているからこそ「失敗」や「負け」がある。ものすごく「悔しい」ことかもしれないが、それは「恥」じゃない！

強い相手が自分をつよくする！自分を磨くためには、自分より強い相手が絶対に必要。勝ちからも負けからも学べる選手になるために。

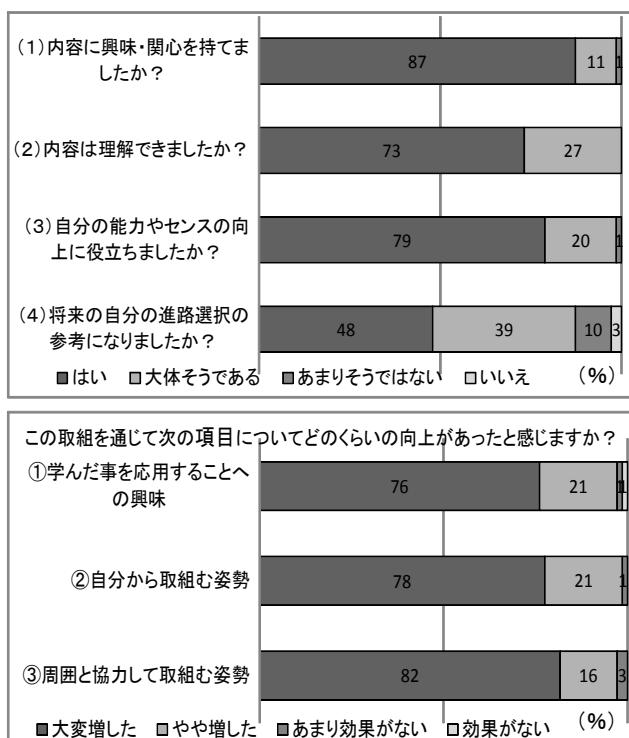
勝ったら「感謝します」、負けたら「ありがとう」

(カ) まとめ スポーツで 少年・少女から大人に、大人から紳士・淑女になる！
それが一流のスポーツマン



ご講演の様子

(5) 検証（結果と反省）



ア アンケートの結果から

事後アンケートの結果では、多くの生徒が内容に興味・関心が持てたと答え、同じく自分の能力やセンスの向上に役立ったと答えている。

イ 生徒の感想から

- ・この講義で今までの自分がどれだけ間違えていたのか気づいたので、これから直し、一流のスポーツマンになるようにする。
- ・今日聞いたことをすべてやるのは難しいことだと思うけど、常にこのことを忘れないで頑張ろうと思う。とてもためになった。
- ・これまで負けることは残念という考えが大きかったが、負けるということは自分の成長を助けることだと分かった。
- ・好きだからやってる文芸部の活動やネットの活動にも今日の講義で学んだことが当てはまる。この講義を聴きに来てよかったです。

ウ 今後の実施に向けて

今回の高橋先生の講義は、生徒アンケート結果、ならびに生徒の感想をみても大変有意義な講義内容であった。今回の講義内容を今後の部活動に生かしていくとともに今後とも、このような有意義なセミナーを続けていきたい。