

## 資料

## 全国の小・中学校および高等学校の遠泳実施状況調査

矢野博己\*1 藤塚千秋\*2 椎葉大輔\*3 藤原有子\*2 米谷正造\*1,3 木村一彦\*1,2,3

## 序 論

全国の体育学部系あるいは教育学部保健体育学科系大学の多くは、教育課程の専門科目で、海での遠泳を実施している<sup>1,2,3)</sup>。この背景には教育職員免許状〔小学校および中学校・高等学校教諭(保健体育)普通免許状(教育職員免許法第4条)]取得後、教育現場や社会体育の現場での臨海学習等を通じた教育活動に貢献する指導者育成を目的としている。学校教育における遠泳の意義は、体力的効果、精神的効果、技術の向上などがあげられる<sup>4)</sup>。こうした単に心身の鍛錬にとどまらず<sup>4)</sup>、自然との共生(自然教育、安全教育)を含めた<sup>1,2,5)</sup>、保健体育科目の領域だけでは捉えられないほど大きく捉えられ<sup>6)</sup>、その教育効果は多大であると考えられている。しかし必ずしも教育現場を念頭に置いた内容で、体育学部系あるいは教育学部保健体育学科系大学での遠泳が行われているのかについての検証は試みられていない。また、清水<sup>7)</sup>は小学校教諭の立場から「いろいろな事情により実施する学校が極めて少なくなっている。」とする中で、いくつかの要因を挙げ、その中に指導者の不足も一要因であるとしているように、体育学部系あるいは教育学部保健体育学科系大学における遠泳の指導の問題点を間接的に指摘している見解も見られる。

加えて、実際に小・中学校あるいは高等学校で行われている遠泳の現状についての、横断的な調査も行われていない。すなわち、他校の実態がわからないため各校独自の運営方針に従って遠泳が実践されているのが現状である。

このような背景を踏まえ、初等・中等教育の現場で行われている遠泳実習の取り組みについての実態調査を行い、その実施状況に即した体育学部系あるいは教育学部保健体育学科系大学教育課程における遠泳のあり方について考える基礎資料を得ることを本研究の目的とした。今回は特に、遠泳の目的、遠泳の実施内容、遠泳の規模について、小学校、中学校、高等学校間での比較を試みることであった。

## 方 法

## 1. 対象の抽出

インターネット検索エンジンを使用し、検索ワード「遠泳」で抽出された全国の小学校43校、中学校24校、高等学校21校を調査対象とした(インターネットホームページ上で遠泳実施に関する情報をすでに公開している学校)。

## 2. 調査方法

平成16年11-12月、本研究の目的、方法、得られる成果、研究の倫理性に関する取り扱い等(個人情報公開しないこと、特定の学校が明らかとなるようなデータの活用は行わないこと、研究目的以外では使用しないこと、全ての送付資料は研究代表者が管理すること)について書面による説明を行い、了解の得られた学校から、実際に遠泳実施の際に児童・生徒に配布されているしおり等の資料を収集した。

送付されてきた資料をもとに、今回実施した調査の項目は、遠泳実施の目的、遠泳を行った場所、遠泳を行った時期、1回の遠泳に参加した児童・生徒数、遠泳時間または遠泳距離(学校によって、時間遠泳または距離遠泳を行っているため)、海上で指導を行ったスタッフ数、遠泳に医師の同伴があったかどうか、遠泳のために配備した船の数についてであった。明らかにならなかった点については、欠損値として処理した。

## 結 果

回収率は、小学校49%、中学校63%、高等学校38%となり、全体では50%であった。

遠泳の目的を項目ごとに整理して、表1に示した。小学校の場合、「心身の鍛錬」(100%)、「自然の理解」(44%)が上位を占め、「集団生活」(33%)や「安全理解」(33%)、「その他」(33%)を目的と掲げる学校数は少なかった。一方、中学校、高等学校では、「心身の鍛錬」(75%と100%)の次に「集団生活」を遠泳の目的として掲げる学校の割合が高かった(50%と86%)。次いで中学校では「安全理解」(33%)、「自

\*1 川崎医療福祉大学 医療技術学部 健康体育学科 \*2 川崎医療福祉大学大学院 医療技術学研究所 健康科学専攻

\*3 川崎医療福祉大学大学院 医療技術学研究所 健康体育学専攻

(連絡先) 矢野博己 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

表1 遠泳の主な目的に関する小学校(左)中学校(中)高等学校(右)別一覧

学校	自然の理解	心身の鍛錬	集団生活	安全理解	その他
A	●	●	●		●
B	●	●	●		
C	●	●			●
D	●	●			
E	●	●		●	
F	●	●		●	
G	●	●			
H	●	●			●
I		●	●		
J		●	●	●	
K		●	●		●
L		●	●		
M		●		●	
N		●		●	
O		●			
P		●			
Q		●			●
R		●		●	●
S	-	-	-	-	-
T	-	-	-	-	-
U	-	-	-	-	-
%	44%	100%	33%	33%	33%

学校	自然の理解	心身の鍛錬	集団生活	安全理解	その他
A	●	●	●		
B	●	●			
C	●	●			●
D		●	●		
E		●	●		
F		●	●		
G		●		●	
H		●		●	●
I		●			●
J			●		
K			●		
L				●	
M	-	-	-	-	-
N	-	-	-	-	-
%	25%	75%	50%	33%	25%

学校	自然の理解	心身の鍛錬	集団生活	安全理解	その他
A	●	●	●	●	
B	●	●	●		
C	●	●	●	●	
D	●	●			●
E		●	●		●
F		●	●	●	
G		●	●		
H	-	-	-	-	-
I	-	-	-	-	-
%	57%	100%	86%	43%	29%

- : 遠泳の目的に該当する内容についての記載なし

然の理解」(25%),「その他」(25%)であった。高等学校では「自然の理解」(57%),「安全理解」(43%),「その他」(29%)であった。「その他」の例としては、「郷土愛」や「地域とのふれあい」などを掲げる学校が複数見られた。

遠泳の実施場所は、海水浴場が16校、遊泳場が12

校、港が5校、その他が5校であった。また実施の時期は、6月22日-8月28日の間で実施されており、平均的な実施開始月日は、小学校で、7月25日、中学校では7月22日、高等学校では7月31日であり概ね7月下旬に集中していた。

平均遠泳時間は、小学校で63分間、中学校で80分

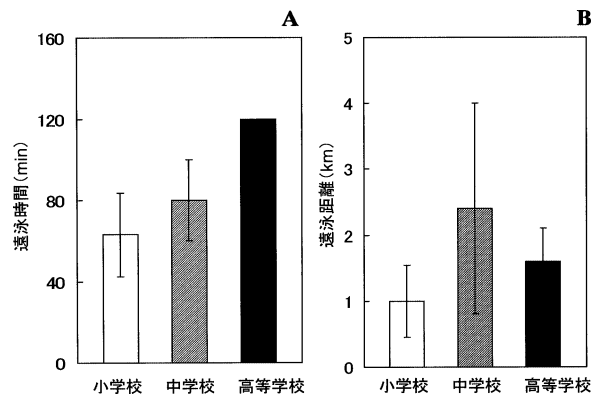


図1 時間遠泳および距離遠泳を行っている学校の遠泳時間(A)および遠泳距離(B)の比較 データは平均値±SD

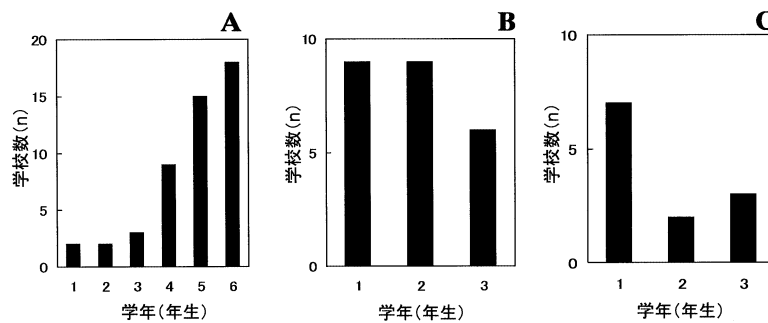


図2 小学校(A)・中学校(B)・高等学校(C)別の遠泳実施学年の比較

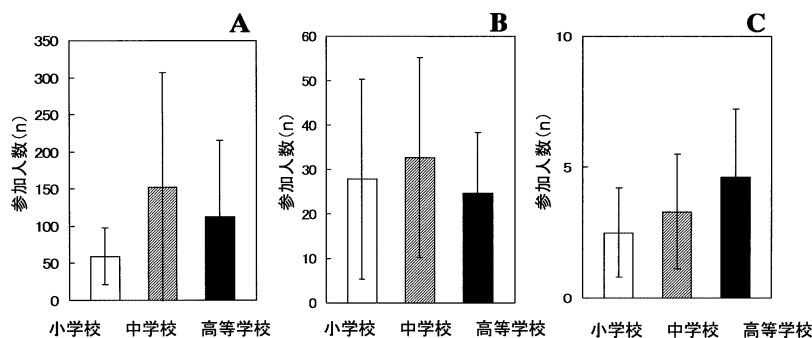


図3 各遠泳に参加した児童・生徒数(A),指導スタッフ数(B)および指導スタッフ1人当たりの児童・生徒数の,小学校・中学校・高等学校比較 データは平均値±SD

間,高等学校で120分間であった(図1-A)。また,平均遠泳距離は,小学校が1.0km,中学校が2.4km,高等学校が1.6kmであった(図1-B)。遠泳を実施している学年は,小学校においては6年生が最も多く,学年進行に伴い増加していた(図2-A)。中学校においては,1,2年生での実施が多かった(図2-B)。高等学校においては1年生の時期に実施する機会が高かった(図2-C)。遠泳を実施している学校のうち,距離遠泳を行なっている学校は全体の73%であり,時間遠泳を実施している学校に比較して多数であった。

遠泳への参加児童・生徒数は,小学校の場合,1回の遠泳参加児童数が平均で56名,中学校および高等学校の場合,参加生徒数の平均はそれぞれ153名および112名であった(図3-A)。一方,指導スタッフの数は,小学校で平均27.8名,中学校で32.6名,高等学校で24.7名であった(図3-B)。これらは学校の規模に影響されるため,指導スタッフ1人当たりの児童・生徒数を算出した。その結果,小学校2.5名,中学校3.3名,高等学校4.6名であり増加する傾向にあった(図3-C)。遠泳に際し,医師を同伴させている学校の割合は,小学校が24%,中学校が31%,高等学校が0%であった(図4)。また,遠泳に用い

た船の数の平均値は,小学校が平均6.5杯,中学校が7.5杯,高等学校が7.3杯であった。

### 考 察

学校体育に遠泳が導入された歴史は古く,明治41年,東京府立高等学校がすでに水泳合宿を実施している。中学校では大正5年に湖を横断遠泳した記録が残されている。小学校でも大正14年静岡県的小学校で実施された記録がある。学校体育に大きな影響を及ぼした東京高等師範学校では水府流太田派の指導が行われ,明治28年から校長となった嘉納治五郎が水泳を必修としていたことから全国各地にこの流れが伝わり,遠泳が学校体育の中に組み込まれていったと考えられる<sup>8)</sup>。このように普及していった遠泳が現在減少しつつある原因として,1)プールの普及,2)安全確保の難しさ,3)適切な海浜確保の難しさ,4)指導者の不足,5)教員の意識の低下,6)経費負担の問題,7)社会的圧力(責任問題),さらに8)天候の影響,などが指摘されている<sup>7)</sup>。しかしながら,今回の調査によりこうした点を克服しながら現在も遠泳を学校教育に導入している学校の実態が明らかとなった。

はじめに,遠泳を行う意義をどのように理解しているのかについて明らかにするために,各学校で掲げている「遠泳の目的」のカテゴリー化を試みた<sup>3)</sup>。遠泳そのものの効果に関しては1)体力的効果,2)精神的効果,3)技術の向上,4)水に慣れる,などをあげることができるが<sup>4)</sup>,こうした「心身の鍛錬」を,ほとんどの学校が遠泳を行う目的として掲げている現状が示された。一方,小学校では「自然の理解」を重んじる傾向があり,中学校および高等学校では「集団生活」にその目的を持たせている傾向が高いことが明らかとなった。また「安全理解」に関する内容を目的と掲げる学校は比較的少なく,

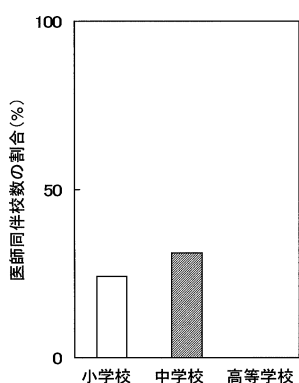


図4 遠泳時に医師の同伴を行った学校の割合に関する小学校・中学校・高等学校の比較

児童・生徒に対する「安全教育」よりも、他の目的を遠泳の目的として重視し、児童・生徒の安全管理そのものは指導者側がその責務にあたっているものと考えられた。この現状を体育学部系あるいは教育学部保健体育学科系大学の教育課程で行われている遠泳にフィードバックすれば、指導者育成の中で、「安全理解」に関する徹底した教育が必要であることを示唆しているのかもしれない。実際に救助法などを取り入れた遠泳実習を展開している大学もあり<sup>3)</sup>、大学教育における遠泳の「安全管理」に関する指導が必要であると考えられる。

佐野<sup>4)</sup>はその著書『遠泳』の中で、「遠泳とは、主として海で、おおむね1km(約1/2マイル)以上の距離を計画的に泳ぐことである。」と定義している。このような観点から本調査結果を分析すると、全ての学校で遠泳は海水浴場や港などの海で行われていたことから、遠泳実施の共通の認識として海で行うことが理解されているものと思われた。しかしながら、回答の得られた学校は、全て海に接した都道府県であったことから更なる調査が必要になるものと考えられた。

実施の時期については、6月22日-8月28日の間で実施されており、概ね7月下旬に集中していた。南九州では早い学校で6月下旬、北日本の学校では8月後半との記載が見られ、実施時期のばらつきは、南北に長いわが国の特徴と考えられる。また調査を依頼した学校から収集した資料には、天候に加えて、潮の干満時刻、くらのげの大量発生時期などの情報を参考に遠泳日程が組まれていると推察される記載も多数見られた。

小・中学校、高等学校および大学を問わず、教育現場で取り入れられている遠泳は、チーム遠泳が一般的であり、その方法は隊列を組み、集団で泳ぐ方式である。チーム遠泳であっても、一定の時間を泳ぎ続ける時間遠泳、もしくは、スタート地点とゴール地点を設けて行う距離遠泳と大きく分けることが出来る。今回の調査結果では、距離遠泳を実施している学校の割合が70%以上と多かった。

時間遠泳を行っている学校の平均遠泳時間は小学校で63分間、中学校では80分間、高等学校で120分間であった。時間遠泳を実施している大学の例として120分間<sup>2)</sup>、180分間<sup>1)</sup>などが報告されており、指導者となる者の遠泳時間の経験として十分であるのかもしれない。しかし、小学校、中学校、高等学校ではそれぞれ遠泳時間が異なることから、どの世代の児童・生徒に対して指導を行うのかによっても、大学での遠泳体験が持つ意義は異なってくるものと考えられる。

また、距離遠泳を行っている学校の平均遠泳距離は、小学校が1.0km、中学校が2.4km、高等学校が

1.6kmであった。佐野<sup>4)</sup>は、臨海学校などで多人数の遠泳を一時に実施する場合、距離遠泳は適しているが、時間遠泳は、遠方の目的地を目標に、一途に泳ぐという魅力に欠けるため、ややもすれば単調になりがち欠点があると指摘する。実際に距離遠泳を実施している大学の例もある<sup>3)</sup>。時間遠泳においても児童・生徒の泳力や体力あるいは、天候や海況によって、時間や距離を調節することが可能である点は、初心者や女子への配慮が可能な点である<sup>4)</sup>。海水温の変化に対しては体脂肪率が影響すること<sup>9)</sup>、また女子のほうが、自覚疲労<sup>10)</sup>や心理的ストレス<sup>11,12)</sup>を感じやすいことなどを考慮すると、時間遠泳の意義を見出すことが出来る。実際に今回の調査で、小学校高学年から高等学校低学年にかけての、思春期を中心に実施されていることが明らかとなった。男女差の拡大、個人差の拡大する時期であると同時に、心理面の不安定な時期でもあることから、遠泳の形態に考慮が必要かもしれない。しかしながら、その教育効果、安全性についての妥当性については全く不明であり、今後の調査による解明が期待される。

遠泳においては安全面への配慮が最も優先されなくてはならない<sup>13,14)</sup>。すなわち、遠泳計画は安全第一の上での積極的な計画が、より高い教育効果を生むものと理解される<sup>1,3,4)</sup>。この観点から、指導スタッフ1人当たりの児童・生徒数は重要な点であるが、本研究により、小学校2.5名、中学校3.3名、高等学校4.6名であり、多くのスタッフを配置して指導と安全管理に努力している一面が明らかになった。卒業生、保護者、そして地元の漁業関係者の協力を得ながら実施している学校が多く、指導体制の強化が安全確保の根底にあることが理解できる。また遠泳に際しては、医師を同伴させている学校の割合は、小学校で24%、中学校で31%もあり医療関係者への協力依頼が配慮されている傾向にあった。さらに、遠泳に際し、複数の船を配置し、監視・救助に当たっていることも明らかとなった。漁船、プレジャーボート、手漕ぎボート以外にも、浮き輪や、レスキューボードなどを使用するなど、より安全に遠泳を実施するため装備の充実がはかられている学校も見られた。大学においても、自転車エルゴメータを用いた負荷心電図測定、体脂肪率測定、自覚疲労調査、状態不安調査などの高度な健康管理、また、漁船、ゴムボート、手漕ぎボートに加え、マリッジットを救護用に配備したり、浮き輪に加え、レスキューボードやレスキューチューブを用いるなどの配慮をしているところもある<sup>1)</sup>。これらの経験が、今後、小・中学校および高等学校での遠泳を実践する際、指導

者の知識や技能として身につけていることが望ましいと考えられた。

我々はこれまで大学生を対象とした安全な遠泳の実施を目的とした調査研究を実施してきた<sup>1,9,10,11,12)</sup>。その結果、遠泳の持つ、身体的<sup>1,9)</sup>、心理的<sup>11,12)</sup>影響について明らかにするとともに、遠泳をより効果的に、そして安全に実施する方法について提案を行ってきた<sup>1)</sup>。しかしながら、実際に小・中学校および高等学校で行われている遠泳の実態に即した教員養成に貢献するような大学での遠泳を行っているのかに関する知見は皆無であった。本調査は小・中学校および高等学校の指導者養成の場としての大学教育のあり方、および大学教育課程の中での遠泳と小・中学校および高等学校の教育現場で行われている遠泳との認識や実施形態のずれを明確にする上で貴重な調査であると考えられる。しかしながら、本調査は、提供された資料を基にデータ分析を行ったことから、十分な調査が完了したとは考えられない。今回明確になった点を整理し、より詳細な全国規模の調査を行うことで、本研究はさらに貴重な情報を提供し、遠泳の普及に貢献する可能性を秘めていると結論づけたい。

## 結 論

小・中学校および高等学校で実施されている遠泳の実態を明らかにするため、遠泳実施時に配布している資料の記載内容から解析を行った。その結果、以下の事実が明らかとなった。

1. 遠泳実施の目的は、小学校では、「心身の鍛

錬」、「自然の理解」が上位を占め、中学校、高等学校では、「心身の鍛錬」の次に「集団生活」を目的とする割合が高かった。

2. 遠泳実施の場所は、海水浴場が主で、その時期は7月下旬に集中していた。
  3. 平均遠泳時間は小学校が63分間、中学校が80分間、高等学校が120分間であった。
  4. 平均遠泳距離は、小学校が1.0km、中学校が2.4km、高等学校が1.6kmであった。
  5. 遠泳を実施している学年は、小学校では6年生、中学校では、1、2年生、高等学校では1年生が多かった。
  6. 指導スタッフ1人当たりの児童・生徒数は、小学校2.5名、中学校3.3名、高等学校4.6名であった。
  7. 遠泳に際し、医師を同伴させている学校の割合は、小学校が24%、中学校が31%、高等学校が0%であった。
  8. 遠泳に使用している船は、小学校が平均6.5杯、中学校が7.5杯、高等学校が7.3杯であった。
- 以上の8項目の事実が、小・中学校および高等学校で実施されている遠泳の実態として明らかとなった。

本研究は、平成16年度川崎医療福祉大学総合研究助成(課題「遠泳の教育効果に関する総合研究」代表 木村一彦)によって実施された。調査に際し、ご協力を仰いだ関係各小学校、中学校、および高等学校担当教諭に深謝する。

## 文 献

- 1) 池上晶子, 矢野博己, 星島葉子, 長尾光城, 木村一彦: 大学生を対象とした水泳実習の安全対策について. 川崎医療福祉学会誌, **9**, 301-307, 1999.
- 2) 田中英登, 齋藤欽能, 佐野裕, 田村誠, 落合優, 蝶間林利男, 横山直也, 木村昌彦, 伊東信之: 遠泳実習における遠泳時体温変動. 横浜国立大学教育人間科学部紀要, **3**, 117-123, 2000.
- 3) 日本体育大学水泳運動学研究室編: 改訂臨海学校の企画と運営. 再版, 遊戯社, 東京, 132, 2003.
- 4) 佐野清次郎: 指導法. 遠泳 —指導法と海の知識—, 不昧堂, 東京, 9-75, 1968.
- 5) 小野寺昇, 宮地元彦, 矢野博己, 宮川健: 水の物理的特性と水中運動. バイオメカニクス研究, **2**, 33-38, 1998.
- 6) 原英喜: 臨海水泳の指導技術. 柴田義晴編, 第7巻水の世界を楽しむアクアスポーツの授業, 中学校体育・スポーツ教育実践講座刊行会, 210-217, 1998.
- 7) 清水和行: 臨海学校の復活を求めて —東京学芸大学附属小金井小学校の実践から—. 体育科教育, **8**, 76-79, 1993.
- 8) 宮畑虎彦: 水府流太田派. 白山源三郎編, 図説日本泳法12流派の秘法, 日貿出版, 東京, 58-73, 1975.
- 9) 藤原有子, 星島葉子, 田島誠, 矢野博己, 木村一彦: 遠泳実習を目的とした水泳授業における体脂肪率と体温変化との関係. 川崎医療福祉学会誌, **12**, 175-179, 2002.
- 10) 星島葉子, 矢野博己, 藤原有子, 木村一彦: 自覚症状から見た大学生の水泳実習期間の疲労状況. 川崎医療福祉学会誌, **11**, 387-391, 2001.
- 11) 田島誠, 星島葉子, 藤原有子, 矢野博己, 木村一彦: 海での遠泳実習に対する状態不安. 岡山体育学研究, **9**, 23-26,

2002 .

- 12) 桶美幸, 田島誠, 藤原有子, 矢野博己, 木村一彦: 海での水泳実習中における状態不安の変化に及ぼす泳力と性差の影響. 岡山体育学研究, **12**, 25-34, 2005 .
- 13) 日本水泳連盟編: 安全に水泳を行うには. 安全水泳, 初版, 大修館, 東京, 17-60, 1997 .
- 14) 日本水泳連盟医・科学委員会, 日本水泳ドクター会議編: 水死事故 —そのメカニズムと予防対策—. 初版, Book House HD, 東京, 94, 1993 .

(平成17年5月10日受理)

### **The Research of Practice on Long-Distance Swims in Elementary, Middle and High Schools in Japan**

Hiromi YANO, Chiaki FUJITSUKA, Daisuke SHIVA, Yuko FUJIWARA,  
Syozo YONETANI and Kazuhiko KIMURA

(Accepted May 10, 2005)

Key words : long-distance swim, physical and mental training, knowledge of nature,  
group behavior, students

Correspondence to : Hiromi YANO

Department of Health and Sports Science, Faculty of Health  
Science and Technology, Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.15, No.1, 2005 303-308)