

海浜実習における基礎実施計画から実施に至るまでの過程

— 仙台大学の場合 —

宮 城 進

I はじめに

仙台大学では体育・スポーツを通して人間を形成し、将来、スポーツや健康の指導者として社会に貢献する熱意を実践に打ち出し得る青年男女の人材の育成について、目標にした「建学の精神」への実践的試みとして、海浜実習を必須科目として位置づけている。短期間の中で生きた知識と技術を習得するために、積極的な訓練への参加意識と指導に対する信頼性を身につけ、それを身を持って実践することにより、創意工夫と逞しい実行力を身につけることを主たる目標として、企画運営されるものである。

a. 海浜実習の教育目標

- 1) 教員またはスポーツ指導者として必要な水泳・臨海の知識・技能・管理等について実地に学習すること。
- 2) 集中指導により、顕著な持続的泳力を身につけること。
- 3) 合宿（民宿に分宿）による集団生活を体験させ、協同・協力の精神を養なうこと。
- 4) 1年生全員と本学のほとんどの教員が参加すること。

b. 海浜実習の教育的効果

- 1) 学生は、海浜実習をクリアーすることによって、体育大学生としての自覚や自信を持つようになること。
- 2) 学生は、大学や教員および上級生に対する信頼感や大学への帰属意識を持つようになること。

- 3) 学生相互間のコミュニケーションや連帯感の密度が濃くなること。
- 4) 安全性からの自然環境に対する認識を深めることができること。
- 5) 大学に不適合を起こしている学生に対して、指導や対応を早めに行うことができること。

c. 平成4年度仙台大学海浜実習実施要領

- 1) 期 日：平成4年7月14日～7月18日
- 2) 場 所：山形県鶴岡市由良海水浴場
- 3) 宿泊所：由良温泉民宿（12軒分宿）
- 4) 対象者：仙台大学1年生男女351名および2年生男子6名、計357名
- 5) 指導員：仙台大学専任教職員33名および3年生（補助指導員）55名

本実践研究は平成4年度の海浜実習に係わる準備計画と、その実施に至るまでの過程を以下の3領域に分け、より安全性を重視し、かつ教育的に効果のある実習に導くための管理・運営法を追求することを目的とした。

<3領域>

- 1) 基本実施計画の立案
- 2) 学生に対する事前指導
- 3) 運営スタッフの準備内容

II. 基本実施計画の立案

1. 日程の決定

期間は指導目標により、最終的に泳力の劣る者も含め全員が大遠泳¹²⁾完泳（約3時間）の

目的達成にかなう訓練日数を確保することになる。期日は本学の年間カリキュラム計画や実習場、宿泊施設を利用することなどの諸条件を考慮し、また、一般海水浴客との重複を避け、利用ピーク時以前に選定することに配慮した。

日本における海水浴シーズンは、一般に7月20日前後から8月10日前後の比較的気温と水温のバランスが安定した時期が適しているとされている。よって最終的日程としては前述の諸条件、および過去の実績を含め、平成4年7月14日より7月18日までの5日間とした。ただし、指導スタッフのうち現地準備作業のため、引率班、区務班を除いたスタッフは前日より現地入りをした。

2. 実習地の選定

実習地の選定に関しては、日程に対する地理的条件²⁾ および公的条件¹²⁾ 等が満たされることが義務づけられるが、特に地理的条件として上述の気象条件や、地形、海底等の自然環境条件が挙げられ、公的条件としては、宿泊施設、輸送等の公共機関の利用条件が挙げられる。

実習地を選定するには以上の条件を基本的に全て充すことが要求されるが、現実的には、全ての条件を充足することはなかなか困難である。したがって、必要な条件の中でまず、「安全性」を最優先して選定することが必須であることは言うまでもない。

本学が海浜実習を実施してから既に20年に及んでいるが、その間実施地を主に太平洋側の海水浴場に設定してきた。しかし、学生の定員増による収容施設等、実習を実施するための諸条件に難点が認められたために、大幅な変更を余儀なくされた。検討を重ねた結果10年程前から気象条件のうち特に、1) 気温と水温のバランスが比較的良好であること、2) 収容施設である民宿数が多いこと、3) 海水浴場としての環境条件に優れていること等を勘案して、山形県鶴岡市由良海水浴場に決定し、現在に及んでいる。

3. 予算の組み立て

実習全体に必要とする諸経費をあらかじめ見

積り、実施前年度に予算を計上する。予算の立案に際しては、基本的に管理運営経費と参加対象学生の参加経費の二種に区分される。

参加対象学生に直接かかわる宿泊、交通費等については、実習実施約1ヶ月前に必要な経費を算出して、父兄、学生に提示し事務局会計課を通じ徴集する。

3-1 管理運営経費予算項目

- 1) 人件費……指導員・補助指導員日当、現地視察日当等、
- 2) 旅費交通費…指導員・補助指導員宿泊費、輸送費、交通費等、
- 3) 謝 金……研修講師謝礼等
- 4) 賃借料……監視用和船等借用料、輸送用レンタカー借用料等
- 5) 修繕費……ボート、船外機の修理費等
- 6) 備用品費…トランシーバー等
- 7) 消耗品費…医薬品、燃料、事務用品、水泳帽、水着等

3-2 参加対象学生経費予算項目

- 1) 宿泊費……民宿宿泊代
- 2) 交通費……貸切バス往復料金、高速料金等
- 3) 雑 費……弁当代、保険料等

4. 指導組織の計画

海浜実習を円滑に、且つ安全に運営するために、図1に示すように責任・作業分担を組織化し、必要人員数を算出した。指導組織構成員としては、基本的に専任教員全員と職員若干名、および補助指導員として海浜実習体験済みの3年生55名である。

4-1 責任者および作業担当班の役割

- 1) 実習本部長……実習の総括責任者として、管理運営全体を統括する。
- 2) 実習長……現地での責任者として、管理運営全体を統括する。
- 3) 指導班……全体指導として指導長がその任にあたり、級別指導にはあらかじめ配置した担当教員、および補助指導員がその任に

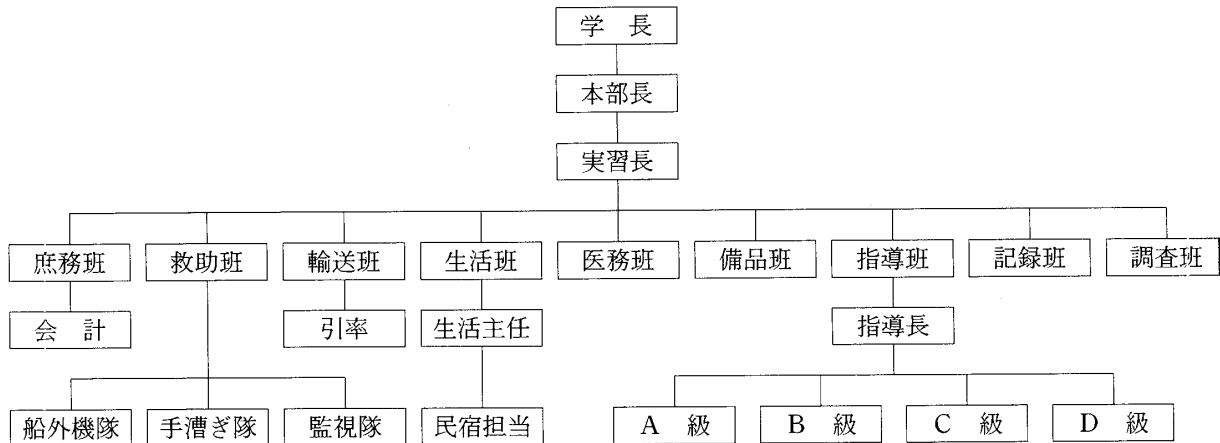


図1 海浜実習指導組織図

- あたる。
- 4) 生活班……生活面に関する一切の計画から準備，管理運営にあたり，特に各民宿にはあらかじめ配置した担当教員，および補助指導員がその任にあたる。
 - 5) 輸送班……備品等の荷物の輸送手配，および学生輸送の計画，バス引率にあたる。
 - 6) 医務班……学生の医療の任務にあたる。
 - 7) 救助班……実技中における救助活動の計画，およびその任にあたる。
 - 8) 調査班……調査計画，事前の準備，および実習地の主に自然環境の調査にあたる。
 - 9) 備品班……実習中の備品，用具の管理にあたる。
 - 10) 記録班……実習中の活動状況をビデオ等で撮影し記録する。
 - 11) 庶務班……事前の準備，バス，宿泊等の予約，備品・用具等の購入，および現地でのマネジメントにあたる。

5. 海浜実技指導案の作成

全体の最終目標を全員による大遠泳を約3時間完泳することにおき，距離の制約でなく，所

要時間を基本的ノルマ¹⁵⁾とした。

対象学生は泳力に優れた者から劣った者まで含まれており，指導効果を効率よくするために，能力差によりA～D級の4クラスに編成した。各級が最終日の全員による大遠泳まで，それぞれの泳力に応じた指導内容で実施することにした。

A・B級は泳力に優れた学生たちであり，大遠泳の場合は編隊の基準列となることが必須であり，その役割を全うできるような展開で指導案を作成することが肝要である。また緊急避難時に際しては，独力で帰還できるようにクロール泳法も身につける必要がある。

C・D級は4日間で約3時間完泳を達成できる泳力を身につけることが必要なので，そのためには疲労の少ない平泳ぎを中心とした指導内容となる。

全体の共通実技としては，入退水時の点呼の練習，入水方法，集団行動の練習，および陸上での救助法の習得，レクリエーションとしてスキューバダイビングを課することにした。

6. 生活行動の計画

海浜実習期間中の実技訓練以外の時間帯が生活領域であり，主として宿泊所内での行動についての管理計画を立案する。

内容は日課，生活上の規則，宿泊所の選定，

部屋割, 民宿担当教員, 補助指導員の人選 (配置) 等が挙げられる。

本学の海浜実習の特徴の一つに, 宿泊所として民宿を利用しているが, これは少人数の分宿生活による管理体制を採用することによって, より徹底した管理ができるとともに, 少人数によって生まれる親近感と家族的雰囲気を経験させる意図が含まれている。

したがって, 管理上は各民宿に担当教員を配置するが, 生活運営そのものは学生たちの自主性を重視し, 規則正しい生活習慣を体得することを期待している。

7. 輸送計画

学生を輸送する手段として貸切バスを利用するが, 学生の人数配分, 引率教員の割当て, 交通経路, 途中の休憩所の選定, 昼食の手配等について計画する。

また, 学内保管の実習備品, 用具等を事前に現地まで輸送する。

8. 緊急時における避難計画

遠泳等の実技実施中における津波等による緊急事態発生時の対処方法について, あらかじめ計画しておくことは極めて重要な準備作業であり, 短時間で退避できるように配慮することが肝要である。

本学における海浜実習における津波発生時の退避方法を図2に示した。

9. 救助計画と組織編成

海浜実技における安全確保上, 最も重要な領域として挙げられるのが救助体制である。

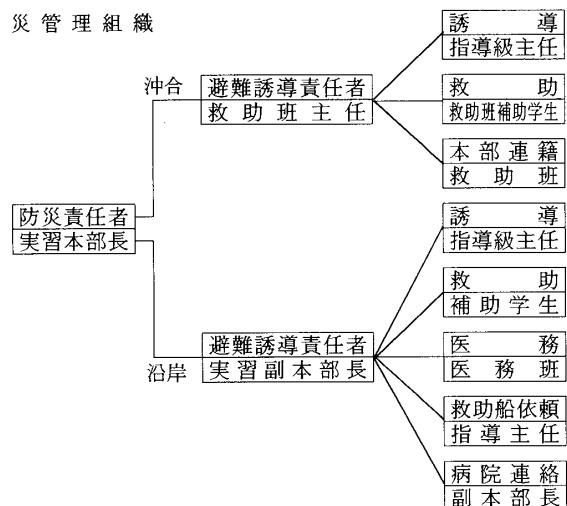
緊急事態が発生した時に対処することだけが救助活動ではなく, 事故を防止することも救助法の一つであり¹⁰⁾, あらかじめ救助体制を組織し, 監視下において学生たちが安心して実技に取り組めるように配慮することが第一の任務である。

したがって, 各級ごとの練習内容に応じ, 級別行動に即した救助体制を組織することが必要

目 的

日本海中部地震によって, 青森・秋田県下に大きな被害をもたらしたことはいうまでもない。それ以降も, 大中の余震が頻繁に発生している今日において, 本学海浜実習期間中に遭遇しないとも限らない。このことから事前に防災管理の確認を期する必要がある。そこで仙台大学海浜実習における防災管理組織及び, 津波発生時の対処策について, 以下のような事項を定め徹底をはかりたい。

◎ 防災管理組織



◎地震・津波発生時の連絡網と対処策

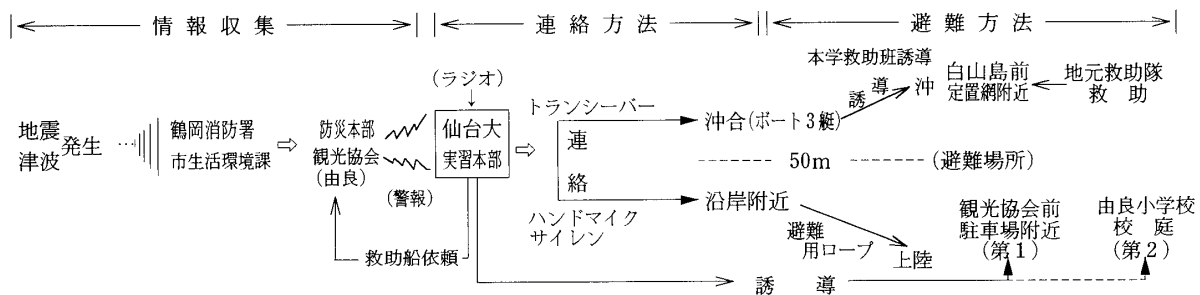


図2 緊急事態発生時の対処策

であり、救助班全体をグループ化することによって、機能が有効に発揮できることになる。

各級の小遠泳²⁾に最低必要な救助組織としては、指揮船、監視船、収容船、運搬船が各一艇ずつと、伴泳する救助員（補助指導員が指導と兼務する）10名程度で構成する。

さらに、各級指導班と救助班との事前の綿密な打合せが必要であり、それによって救助班は各級別行動に即したグループ別の救助計画を立案する。

10. 調査計画の立案と準備

海浜実技を安全に実施するために必要な領域として、事前の実習場の環境調査活動が挙げられ、重要な任務の一つとして欠かすことができない。

主として実習場の自然環境条件についての調査である。その調査内容として、天候、気温、風向、風力、水温、潮流、波形、波高、海底地形、水深、透視度、大腸菌数、海水生物（毒虫）の有無、等が挙げられる。それに伴う備品、用具の準備も含めて計画を立案する。

Ⅲ. 学生に対する事前指導

1. 健康診断¹⁾

内科検診：本学の定期健康診断（1992年4月28日実施）における校医による内科検診により、内科異常者および特異体質者をチェックする。異常が認められた学生については、本人、校医、および水泳担当者の三者により参加の可否を決定する。

心電図検査：実習参加学生を対象に受検させ、検査の結果要検反応が認められた学生には校医による再検後、内科検診と同様に三者により参加の可否を決定する。検診は財団法人結核予防協会宮城県支部に依頼した。

海浜での実技訓練は遠泳が主体となるため、プールでの実技に比較して泳ぐ距離も長く、体力の消耗度も激しい。したがって学生の心肺機能の異常の有無については慎重に対応すること

が求められる。

2. 集団行動の指導

海浜で必要となる集団行動について、事前にプールにおける水泳の授業の中で指導する。特に入水前・退水後の人員の把握のための点呼方法を迅速かつ正確に実施できるよう指導する。

海浜実習では海での泳法が中心となりがちであるが、遠泳を成功させるための条件として泳力の他に、個人の精神力の集中が挙げられる。小田らは「水に入るということは、常に“死”と背中合せの状態にあることであり、全員が同じ意識をもって、緊張した気持ちで行動しないと危険が大である。この意識をたかめるために、入退水の訓練は効果が大きい。」²⁾と報告している。

プールにおける集団行動の事前指導は学生の海浜実習への取り組み方にも効果をもたらすものと考えられる。

3. 水泳技能の指導

海浜実習が実施される期日まで、水泳正課授業を通し、海浜実技の泳法として用いられるクロール、平泳ぎについて、その泳法の原理、海浜での応用方法等を含め、実技指導を実施する。

集団遠泳⁵⁾における中心的泳法は平泳ぎが良いとされている。それは遠泳で泳ぐということは他人のスピードに合わせ、隊列をくずさないようにすることであり²⁾、また泳ぎのスピードはできるだけ泳力の劣った者に合わせるように配慮することが大切である。したがって、泳力に優れた者はスピードを押えながら泳がなくてはならない²⁾。この点で平泳ぎは顔を上げやすく、周囲の者の位置を確認しやすいこと、そして蹴のび³⁾⁴⁾⁵⁾を利用することによって、スピードをコントロールしやすいことなどから、遠泳に適していると考えられる。

海浜での泳法は、プールで泳ぐ場合と異なった点が生ずることが予想され、あらかじめ注意して指導することが望ましい。

遊泳中、沖で仮りにパニック¹⁾が発生した場合、大集団では一度に救助することは困難であ

る。このような際に泳力の優れた者は浮身や立ち泳ぎによって、その場で待機したり、場合によっては独自で浜まで脱出しなければならない。そのためには日頃から泳力の優れた者も、よりスピードあるクロールを習得する必要がある。

4. 級別のための能力判定

クロール、平泳ぎの両種目における学生個人の能力について、各種目50m完泳を目安とした能力判定¹³⁾を行い、下記のような能力差別のA～D級の4級に級別する。

A級：両種目50mを完泳し、且つスピードがあり、またフォームも優れ、2時間以上の遠泳²⁾にも十分完泳できると判断できる者

B級：両種目を完泳した者のうち、クロールにスピードがなく、平泳ぎのフォームにも不合理が見られるが、フォーム矯正練習により2時間以上の遠泳にも完泳可能と判断できる者

C級：平泳ぎだけ50mを完泳した者

D級：両種目とも50mを完泳できなかった者

級別に関しては、海浜での条件によって学生個人の能力にも差異が生ずることが予想されるため、この段階では事前の目安としてのみの取り扱いで良いと考える。

5. 遠泳、海浜水泳場等の予備知識の説明

水泳正課授業を通して、遠泳の意義、マナー、海浜水泳場における自然環境等の特徴・危険性について十分説明をする。

実習実施日の接近に伴い、学生たちの意識を高めることが必要であり、遠泳のイメージや「海のこわさ」⁷⁾についてあらかじめ説明しておく。その方法の一つとして、VTR等の情報機器の利用も欠くことのできない教育手段であろう。

6. 集団生活とマナー

実習生活中の民宿生活でのマナー、共同生活の意義や、健康の自己管理等についての事前指導を十分行うことも必要であろう。

本学の学生たちの日常生活は、学内施設としての寮がなく、基本的に学生個人の自主管理の上で成り立っている。中には体育系大学という

特徴からクラブ活動の一環として、クラブ独自で宿舎を調達し、共同生活を実施している団体もあるが、日常における同学年や学内全体での共同生活体験はほとんど望めない。近年の大学生活の一般的傾向として、プライバシーを尊重した自己管理型の生活様式が主流となってきたが、UIの形成や学生交流の促進の意味でも、特定の期間共同生活を体験することは意義深いことであると考えられる。海浜実習が期間内の共同生活を通して、友情、上級生、教職員に対する信頼感、大学への帰属意識を養う場として与える効果は極めて大きいものと考えられる。

7. 実習日程のオリエンテーション

実習実施直前の水泳正課授業を利用して、日程、輸送計画、級別、民宿部屋割等の発表と、所持品や体調の維持等についての注意事項を伝達し、学生たちに準備を促す。

実習経費に関しては父兄も含め、約1ヶ月前に発表する。

共同生活のマナーとして、自己の健康管理は極めて重要な領域であり^{5) 6)}、周囲に及ぼす影響にも注意を促す意味で健康保険証の携帯を義務づける。

IV. 運営スタッフの準備内容

1. 実習地の正式決定と施設利用の交渉

実習候補地が事前現地調査により、日程、場所等の選定条件を充足し、実習可能であることが確認された段階で、改に実習担当責任者が現地を訪れて、地元観光協会および宿泊施設関係者に対して正式に依頼する。

次に実習地、宿泊施設が正式に決定したならば、以下のような各施設の利用方法について打合せを行う。

1-1 打合せ事項

- 1) 海浜における実習本部の設定位置
- 2) 一般海水浴場の遊泳区域外の海浜の使用許可および区域内の救助船⁸⁾の進入許可
- 3) 船舶用港湾の使用許可

- 4) ボート, 備品等の格納用倉庫の借用の可否
- 5) 監視用和船・ボート借上げの可否
- 6) 宿泊施設の使用範囲と収容人数の確認
- 7) 宿泊料金, 和船借上料金等の交渉
- 8) 料理の献立の要望
- 9) その他

2. 指導員・補助指導員の人員確保と任務の割当

実習の実施計画により, 指導員としての専任教員・事務職員に対して参加を要請する。

基本的には本学の場合, 専任教員が全員参加するようになっているが, 都合により不参加の場合もあり得るので, 参加の可否を確認の上, 正式に委嘱する。

補助指導員については, 水泳能力に優れた学生を教員からの推せん, または学内公募により確保する。指導員・補助指導員が確保できた時点で, 指導組織計画により実習担当者が役割分担に合わせて決定する。

3. 指導員・補助指導員の研修

実技指導・救助担当者は水泳能力に優れ, 経験豊かであることが望ましいが, 現実問題として大学独自で多数の水泳専門教員を配すことは困難である。したがって水泳専門以外の専任教員の協力を得なければならない。そのために当該教員および補助指導にあたる学生の泳力, 救助能力の強化が必要であり, 研修会として日本赤十字社宮城県支部の協力を得て, 泳力とともに水上安全法¹⁰⁾の講習を実施した。

4. 実習用備品, 用具の確保

海浜実習に必要な備品, 用具をあらかじめ指導・救助・調査計画案にしたがって, 必要数を購入する。在庫品は本年度使用可能か否かについて点検確認した上で, 不足分は補充し, 修理が必要が物品については, 事前に修理をしておく。

さらに, 実習のユニフォームとしてのTシャツや水着はサイズ等があるので, 購入に際しては早期の手配が必要である。船外機等の高価な

備品は, 必ず事前に保守点検をしておく必要がある。

4-1 実習用備品・用具一覧

1) 指導用備品・用具

①イカダ, ②ハンドマイク, ③学生用帽子(4色), ④ビート板, ⑤ヘルパー, ⑥水中マスク, ⑦スノーケル, ⑧フィン, 等,

2) 救助用備品・用具

①ゴムボート, ②和船, ③船外機, ④燃料タンク, ⑤レスキューチューブ, ⑥救命浮環, ⑦救命胴衣, ⑧トランシーバー, ⑨双眼鏡, ⑩メガホン, 等

3) 調査用備品・用具

①ゴムボート, ②船外機, ③燃料タンク, ④温度計, ⑤水温計, ⑥水深計, ⑦風向風力計, ⑧水質検査機器一式⑨水中ビデオカメラ, 等

4) 医務用備品・用具

①人口蘇生器, ②救急箱, ③毛布, ④バスタオル, ⑤バケツ, ⑥ヤカン, ⑦石油ストーブ, 等

5) その他共通用備品・用具

①本部用テント一式, ②長机, ③椅子, ④黒板, ⑤旗ざお, ⑥ダイバーウォッチ, ⑦アンカー, ⑧目印ブイ, ⑨ロープ, ⑩スコップ, ⑪工具セット, ⑫コピー機, ⑬指導員用帽子・Tシャツ・水泳パンツ・水着, ⑭ホイッスル, ⑮事務用品, 等

V. おわりに

仙台大学は, 体育・スポーツや健康の指導者を育成して, 社会に貢献する人材の養成を建学の精神としてきた。海浜実習は安全と共同生活に視点を置き, 必須科目として位置づけて現在まで継続している。

本実践的研究は, 前述の目標を達成するために海浜実習の基本計画から実施に至るまでの内

容について論じた。

その結果、以下の様な結論が得られた。

1. 実習地の選定は諸条件のうち安全性を最優先とすること。
2. 学生の救助体制に万全を期すること。
3. 少人数の分宿生活により、学生の掌握が容易となること。
4. 津波等の緊急事態に対して速かな対応ができるよう準備すること。
5. 入退水の点呼を含めた集団行動を徹底すること。
6. 共同生活を体験することは、UIの形成や学生相互の信頼感や大学への帰属意識が高まる等の教育効果が期待できること。

今回は仙台大学海浜実習の基本実施計画に即した事前準備作業について明らかにした。

つづいて実施内容における運営・指導方法の実際について取りあげる予定である。

引用・参考文献

- 1) 荒木昭好：図解コーチ水泳，成美堂出版，1983，pp 138-149
- 2) 学校体育研究同志会編：水泳の指導，ベースボールマガジン社，1976，pp 77-87
- 3) 波多野勲：水泳教室，大修館書店，1978.
- 4) 木庭修一：たのしい水泳，国土社，1982. pp 152-180
- 5) 木庭修一，山川岩之助：水泳の段階的指導と安全管理，ぎょうせい，1976.
- 6) 小森栄一：指導者のための救急法，技術書院，1980.
- 7) 小森栄一：水泳指導と救助法，二宮書院，1975.
- 8) 宮畑虎彦：学校水泳指導法，文教書院，1969.
- 9) 宮畑虎彦，杵渕政光：水泳，不昧堂出版，1982，p 157.
- 10) 日本赤十字社編：赤十字水上安全講習教本，日赤出版普及会，1980.
- 11) 日本水泳連盟編：水泳指導教本，大修館書店，1983.
- 12) 日本体育大学水泳運動学研究室編：臨海学校の企画と運営，遊戯社，1988.
- 13) 日本 YMCA 編：水泳リーダーハンドブック，日本 YMCA 同盟出版部，1982，pp 65-75，p 86.
- 14) 岡田俊彦，藤本裕次郎，小田敏彦：野外教育指導叢書（上）－夏期野外実習・安全管理－，日本体育大学レクリエーション研究室，1974.
- 15) 佐野清次郎：遠泳－指導法と海の知識－，不昧堂出版，1968.
- 16) 杉原潤之輔，林利八：小学校の水泳，泰流社，1980，p 106.
- 17) 杉原潤之輔：水泳，泰流社，1975.
- 18) 梅田利兵衛：水泳，虹有社，1966，pp 121-135.

Preparation process for seaside swimming camp
from initial planning stage to the realization of the camp

— In case of Sendai College —

Susumu MIYAGI

This study focuses on preparation and planning of safe swimming camp and its education benefits for student participating in these camps. The result of this study is based on accumulated datas and experiences from Sendai College Swimming Camps.

Through examination of past swimming camps, following conclusions were obtained.

- 1) When deciding on a place for the camp, safty must be of first concern and major consideration for choosing a site.
- 2) Rescue and first aid system for students must be very complete.
- 3) Students, must be divided into small groups in order to maintain decipline and self-control during non-training hours.
- 4) Emergency plans for ny natural disasters, high waves, storms, etc. must be carefully planned.
- 5) Calling of row-during and after swimming increases group action and group unity.
- 6) Living and training under group situation also increases human relationships among students as well as University Identity.