



- スポーツ科学論1・II
- 健康スポーツ概論A1・A2
- 生涯スポーツ論1・II

## 高橋 章 教授

### 【たかはし あきら】

経済学部教授。日本体育大学卒業。地元高校教員を経て、本学に奉職。高崎経済大学助手、講師、助教授を経て、1992年教授。経済学部の教養教育科目、健康スポーツ概論(1年時必修)、スポーツ科学論・生涯スポーツ論(選択)を担当。

本学就任後、日本サッカー協会の公認指導者ライセンス(上級コーチ)を取得。その後、欧州を中心にコーチングコース(イギリス・ドイツ・オランダ)を受講し、日本サッカー協会技術委員、関東大学選抜チーム監督や群馬県サッカー協会強化委員長で20年以上群馬国体中心に指導。欧州サッカー選手権、ワールドカップサッカー5回視察研修体験を生かし、各地でスポーツ指導者養成講習会やサッカーなど男女問わず指導している。

スポーツ全般について学生相談歓迎。  
現在、群馬県サッカー協会副会長。関東大学体育指導者連盟常任理事。

# スポーツを通じて社会を学ぼう

本学では、体育科目として、1年次の必修科目である「健康スポーツ概論」(教養教育科目)および4年次まで履修できる「スポーツ科学論」「生涯スポーツ論」(半期2単位・選択科目)を開講しています。

### 社会における“体育”の意義

社会における様々な場面で情報化が進んでいる今日、私たちの生活の中で、知的な活動(mental activity)の量に対して、実際に身体を動かす機会(physical activity)が減少しています。このことは、皆さんの個人的な運動能力や基礎体力の低下を引き起こすのみならず、生活体力やQOL(生活の質)も低下させ、さらには、社会全体としての労働生産性の低下までも招くと云われています(生活体力は労働生産性に関連しているワークキャパシティ、すなわち生産能力の基盤をなしています)。こうした事態を回避するには、日常生活の中で継続的にスポーツや身体的な運動をすることが重要となります。こうした社会背景を受けて、大学における体育は大きな使命を期待されています。

### 大学体育で学ぶことができるもの

大学の体育において学ぶことができるものは多岐にわたります。毎回の授業の中では、高校までのような教育課程によって制約された中で強制的にやらされたり、放任され好き勝手に活動ができるものではなく、学生による主体的で積極的な参加が求められるなかで、自然に「自律性」を身につけることができます。チームスポーツをする際には、勝つ事への執着心や仲間との絆が重要となります。信頼関係を構築することができなければ、チームゲームは成り立ちません。こうしたなかから、「協調性」や「社会性」、「コミュニケーション能力」を学ぶことができます。さらに、スポーツにおける勝敗、成功や失敗、挫折などを経験する過程で、優れた「人格」を形成することも期待できます。

さらに、仲間とのスポーツを通じて自己を解放し他人との関係を構築する中で、受講者間での友情が生まれ「生涯の友」が得られるかもしれません。上記以外にも、脳や知能の活性化にも効果があることが医・科学的に証明されています。

### 社会的で健康的なライフスタイル構築のために

このように、大学における体育には、従来いわれてきたような心身の健康維持や技量構築のみならず、学生生活を充実させ、社会人として活躍していく為の様々なことを学ぶことができます。学生諸君が体育科目の受講を通して、健康的で社会的なライフスタイルを構築することを期待します。