

# 高等教育期における保健体育および体育実技関連科目群の果たす役割 ～現代社会における積極的身体運動の必要性～

鈴木英悟

## The role that the Health and physical education and athletics-related subject group in the higher education period ～ The need of the active physical exercise in the modern society achieves ～

Eigo SUZUKI

### 1. はじめに

ブラジルの首都リオデジャネイロを主な会場として開催された第31回夏季オリンピック（リオデジャネイロオリンピック：2016年8月5日～8月21日）には、世界206の国と地域が参加し、28競技306種目（前回のロンドンオリンピック：26競技302種目）が行われ、わが国のメダル獲得数は歴代1位となった（メダル獲得数41個：金12個、銀8個、銅21個）。世界がスポーツの祭典に熱狂し幾多の感動を残し、いくつかの課題を抱えつつも成功裡に幕を閉じた。わが国においても、一段とスポーツに対する国民の興味、関心、期待が高まった今回のオリンピックでもあったと言えよう。さらに2020年には第32回夏季オリンピック（東京オリンピック）の開催がすでに決定しており自国開催ということで大いに盛り上がるのが推察される。しかしオリンピックフィーバと言わんばかりに一時の盛り上がり、あるいは、「旬・流行」として闇雲にスポーツ・運動を行えば良いというものではない。

周知のとおり、健康の3要素（運動・栄養・休養）の中の1要素である運動は、人間が積極的健康を得るために不可欠な要素の一つであるが他の2要素と異なり、自然発生的に生理的欲求現象として生起してはこないことから、個人の自己責任のごとくその実施には深い理解と不断の努力に委ねられることとなる。このように個人にとって、健康は何物にも代えがたいものであり、健康の維持・増進を図ることは当然であるが、2002年（平成14年）に成立した健康増進法第2条では、「国

民は健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない」としている。つまり、個人としては勿論のこと国民の一人としても健康増進に努めることが責務であるとされたわけである。

しかしわが国の生活形態・労働環境等から鑑みると、最早、個人の裁量の範疇を超えているといっても過言ではない。それは現代社会のライフスタイルそのものが個人の判断によらない領域を多く包含するからに他ならない。

幼少期から高等教育期に至る教育諸課程において実施される身体運動（Physical Exercise）や身体活動（Physical Activity）は、それぞれその後の個人の身体文化に深く影響する重要な時期であることに疑いはない。特に高等教育期の教科としての“身体運動の学びと実践”は、多くの学生にとって、最後の機会であると言ってもよい。まさにこの高等教育期こそ、将来にわたる運動習慣の日常化や生活化を図ることができる知識・技能を養い、生涯スポーツに誘う恰好の時期でもある。非日常としてのスポーツ活動ではなく、むしろ生活の中（日常生活）に上手く積極的な“身体運動・身体活動”が摂り込まれている意味を持つ“生涯スポーツ（Life Integrated Sports）”の実践としての重要な機会として存在しなければならない。

そこで本研究は、高等教育期における積極的身体運動の必需の意味を明らかにし、現代社会における体育実技関連科目群の果たす役割はどのようなものなのかを明らかにしていくことを目的とし

ている。

## II. 大綱化の流れから生じてきた現行の 体育実技関連科目が抱える諸課題

わが国の大学における教養教育（あるいは一般教育）は、橋本信也によるリベラルアーツ教育を考える *On the Liberal Arts in General Education* によれば、第二次世界大戦後、大学基準協会による「大学基準」によって、米国の大学（主に1940年代のHarvard University）のリベラルアーツ教育をモデルとして1947年（昭和22年）に始まった。もちろん米国のGHQの指令を受けて行われたものであり、同年に制定された学校教育法によってそれまでの旧制高校、大学予科、高等師範学校などが廃止され、これに代わって、様々な旧制高等教育機関を6・3・3・4制の学校体系のもと、新制小・中・高等学校それに続く新制大学に一元化し制定された。大学の目的については、「大学は、学術の中心として、広く知識を授けるとともに、深く専門の学芸を教授研究し、知的、道徳的及び応用能力を展開させることを目的とする」と規定し、人間教育の基盤の上に学問研究と職業人養成を一体化しようとする理念を掲げた。一般教育科目が重要視されることとなり、これを受け1956年（昭和31年）に制定された大学設置基準において、人文・社会・自然の諸科学の3系列均等必修の原則が大学教育の中に組み込まれた。この目的は、「豊かな教養と広い見識を具備した人材育成」を行うものであった。

しかしながら、その実施の中で次のような1)から3)の問題<sup>1)</sup>が生じ始めることとなる。

1) 各大学において、少人数教育や学生と教員の密接な交流などの全人的な教育を可能とするための教員数や施設などの条件整備が十分でなく、多くの場合、実際の授業は一般教育の理念・目標と乖離したものになってしまっていたこと。

2) 一般教育を担当する組織や教員に、その理念が必ずしも浸透しておらず、学生にとって一般教育の内容が高等学校教育の焼き直しに映る一方、教員側にも一般教育の意義や目的が不明確であり、また、専門学部との連携協力も不十分であったこと。

3) 昭和31年から、大学設置基準の大綱化される平成3年までの大学設置基準においては、人文科学、社会科学、自然科学、外国語、保健体育

などの授業科目の区分や履修単位などが一律に定められており、進学率の上昇に伴い多様化した大学の実態に適合しなかったこと。

こうした問題点を踏まえ、大学審議会の「大学教育の改善について」の答申や大学設置基準の大綱化【1991年6月（平成3年）改正（施行は1991年7月）】により自己点検・評価システムの導入等が提言された。大学設置基準19条において「大学は、当該大学、学部及び学科又は課程等の教育上の目的を達成するために必要な授業科目を開設し、体系的に教育課程を編成するものとする」、「教育課程の編成に当たっては、大学は、学部等の専攻に係る専門の学芸を教授するとともに、幅広く深い教養及び総合的な判断力を培い、豊かな人間性を涵養するように適切に配慮しなければならない」とし、教育課程の重要性を明言した。これを受け、一般教育等の科目である三系列（人文科学、社会科学、自然科学）、外国語、保健体育の明確な区分化が姿を消し、これに対応する形態で、一般教育関連科目の卒業要件となる必要単位数や必要科目数の規制も大幅に緩和されることとなった。その結果、各大学は学部教育を自由に編成でき、多様で特色の有るカリキュラムの構成が一段と可能となり、各大学で従来専門教育と一般教育との相互乗り入れが実現した。

この大学設置基準の大綱化により、1) 各大学における教養教育の改革の取り組みを促進させ、多くの大学における「教養教育の“くさび型”のカリキュラム編成等の教育」と「専門教育の“一貫教育”」の実施、2) 特色のある授業科目の導入、3) カリキュラム改革による授業科目選択肢の拡大によるセメスター制の導入、4) 学生による授業評価等を通して指導方法等の改善、等々の取り組みを行う大学が増加するなど、新たな改革の変化がみられた。さらに1999年（平成11年）の大学設置基準により以下の1)～3)が行われた。

- 1) 各大学の自己点検・評価の義務付
- 2) 履修科目登録単位数の上限設定
- 3) 教育の質向上のため、ファカルティー・ディベロップメント（Faculty Development；以下FDと略す）の努力義務化等の改正<sup>2)</sup>

大綱化の当初のねらい<sup>3)</sup>は、「①各大学が一般教育科目と専門科目との密接な連携を図りながら、カリキュラム全体を通して“学問のすそ野を広げ、様々な角度から物事を見ることが出来る能

力や、自主的・総合的に考え、的確に判断する能力、豊かな人間性を養い、自分の知識や人生を社会との関係で位置付けることのできる人材を育てる”という教養教育の理念・目的を理解させること、②大学のカリキュラム構造の多角化が益々進行し、なおかつ各大学で異なる教育理念・教育環境の中で、一般教育の在り方を一律に規制することが困難となり、規制緩和による自主的な改革の取り組みを促進させることで、学士課程教育の革新及び多様化を期待し、一般教育を柱とする教育課程の編成により、学部における専門教育が改革されること」であった。

しかし大綱化を契機としてカリキュラム改革や教育組織の見直しが進展する一方、結果的には当初の目的から乖離することとなり、カリキュラム改革で顕著に見られる動向は、従来の一般教育科目の著しい減少傾向、および一般教育の理念の軽視傾向へとすすんだ。加えて、一般教育の必要性・重要性は強調されてはいるものの、実際の教育現場において、むしろ学部教育は事実上専門教育を重視する傾向へと移行することとなり、特に保健・体育実技関連科目は、この大綱化により開講科目数を大きく減少させる科目群<sup>4)</sup>となる。保健体育に関する科目に関する調査として、1994年9月に大学基準協会による「大学改革の実施状況に関するアンケート調査(553大学、1443学部を対象に調査)」が行われ、同年の10月には体育学会と全国大学体育連合によって「大学の保健体育のカリキュラム改革に関する調査(549大学、593短期大学を対象に調査)」が行われた<sup>5,6)</sup>。2つの全国調査が行われた。講義科目必修としている割合は、大学基準協会の調査結果によると大学で37.5%、学部では33.2%とのことであった。同様に日本体育学会と全国大学体育連合の調査結果では、大学で53.2%、短期大学では65.7%とのことであった。大綱化以前は必修としていた大学および短大が100%であったことからすると、激減したことが伺える。

このように大学設置基準の大綱化、その後の改正を踏まえて、多くの大学・短期大学において一般教育・教養教育の多様なカリキュラム改革が積極的に実施されたが、次のような新しい課題<sup>7)</sup>として1)教養教育の位置づけを曖昧にしたまま、教養教育に関するカリキュラムを安易に削減した大学が存在する。2)教養教育に対する個々

の教員の意識改革が十分に進んでおらず、ともすれば専門教育が重要で教養教育を面倒な義務と考える教員が存在する。3)教養教育を担当する教員が積極的に取り組むインセンティブが不十分なために具体的な教育方法や内容の改善が進んでいない。4)教養部に代わって設置された教養教育の実施組織の学内での責任体制が明確でなく、その結果教養教育の改善が全学的取り組みとなっていない。5)学生の側にも教養教育を含め学部4年間の教育に対する目的意識が明確ではなく、教養教育に熱心に取り組む意欲が乏しい等を抱えることとなった。

### III. 高等教育期における保健体育・体育実技 関連科目の教育内容及び指導形態の再考

わが国は少子化の影響を受け、大学進学年齢である18歳人口の減少と共に大学全入化時代が到来している。その結果、学生の学習意欲の低下も散見され、大学及び大学教員はこれまで以上に個々の学生に対する学習の動機付けと学習意欲を駆り立てる指導方法や指導内容の再考が喫緊の課題とされている。各大学が学生に対しより高い目的意識と学習意欲を持たせ、組織的に充実した教育活動を展開していくには、各教員が共通理解を持ちつつ具体的な教育と適切な教育指導の実践が必要となっている。学習者の視点に立ち理解しやすい授業展開を模索しながら教育の質を確実に確保するため、具体策の一つとして、FD(大学における教育活動の中核である授業の実態を確実に把握することを基本とし、その上で大学の組織的教育活動に対する評価及び個々の教員の教育活動に対する評価を行い、教育内容等を改善することを目的とし、教員の資質向上を促す教員の組織的な研究及び研修)が導入された。文部科学省が2005年に実施した調査では大学全体の81%(575大学)が実施し、2008年度からは全ての大学・短期大学にFDを義務付けている。

また、各科目担当教員が学生に対してあらかじめ授業における学習目的や目標達成のための授業の方法・計画を明確に示すとともに、学生が自主性を持ち事前に行う予習や事後の復習を行えるよう教授細目(Syllabus)を適切に示す形態が整うこととなった。授業内容および授業進行の明確化により、シラバス作成を通して当該授業科目の中心あるいは核となるカリキュラム(Core

Curriculum) とそれに関連する周辺カリキュラム (Para Curriculum) を考慮したカリキュラムの範囲 (Scope) と論理的順序 (Sequence) <sup>8)</sup> が提示されることが促された。しかしながら、授業形態とすればパフォーマンスアートの領域に近似の大学における体育実技関連科目群においては、計画したシラバス通りに授業展開することの難しさも生じている。課外活動として行われる特定のスポーツ種目を行う部活動と異なり、体育実技関連科目の授業では、個々人の運動経験・運動能力・体力等様々な異なったレベルの学生が混在している。換言すれば、技能の達成度や修得度を高めるために、本来、約束事として提示されたシラバスとは少なからず異なる形態で授業展開・進行を余儀なくされる隠されたカリキュラムとも言うべき Hidden Curriculum を実施せざるを得ない実態が存在する。このことが時に学習目的や目標達成の曖昧さを醸し出す結果ともなり、コースや学科の中に科目として設置されている適合性の観点から、Accountability や Accreditation が課題となる。これら 2 語については、この種の教育の場面では Accountability が単純に説明責任などと訳されるべきものではなく、むしろ約束事に対する十分な責任を果たしているかという意味に捉えられるべきで、そこに教育の Accreditation としての信頼性が生まれるといえる。

大綱化による様々な体育実技関連科目の名称の多様化 (例えば、同様な語の使用であっても、健康スポーツ、健康とスポーツ；健康・スポーツ等) が、科目の本質的意味の誤解 (本質からの乖離) へと繋がっている。これらの多様化している科目名称に対し、どのように評価し、整理すべきか今後の課題としても、少なくとも学生にとってその科目の履修の必要性や価値、科目設置の目的を改めて明確に提示し、理解を促さなければならぬと言える。“これまでの時代”とは異なり、“これからの時代”は、強い意識とともに関心を持たなければ、日常生活の中で明らかに身体運動を必要としない生活様式 (ライフスタイル) に留まることとなる。今までの身体運動への関心とこれからの身体運動の必要性に対する関心の異なりは歴然としていて、生活習慣病の若年化等も含めて誰もが認識していることに疑いはない。しかしその認識と現実とは裏腹で、大学では運動は特定の学生のみが実施すればよいと考えがちで、全ての学

生にとって必要不可欠なものとは考えられていない。このことは学生に限ったことではなく、多くの教職員もまた同じ考え方の傾向が強い。

通常、健康度の高い青年期において、個人の関心や興味あるいは志向によって目的的に体育実技関連科目の履修が行われるとすれば、身体運動を手段化してきた従来の体育 (体育実技関連科目) から、これからの教育カリキュラムでは、その内容や形態を十分に再考する必要がある。目的である“活動の楽しさや面白さ”を伝えながら、手段的である“健康の維持や体力の増進”も不可欠なねらいとして包含し、両者の比率・割合を勘案しながらさらに生涯スポーツに誘う種目活動の諸技術の向上を進めていくための教育内容と形態をとるべきと考えられる。

幼児期・幼少期に多彩な動き (個人に似合った豊かな身体活動形態) <sup>9)</sup> を含むスポーツ・運動の導入は、発育・発達の成長過程において重要なことである。青年期は、時として運動・スポーツが強い競技化へと変化したりする。いわゆる運動競技化したアスレチックと言われる傾向をたどったりする。一方、中・高年者にとっての運動・スポーツは、健康維持増進のために身体運動や身体活動を行うことを主たる目的とする形態もある。ある者にとって「運動は、興味がある者が行なえば良い」というイメージで捉えられていることも事実である。ライフステージの様々な局面で、多種多様に運動を実施する人々や運動を嫌ったりする人々によって、そのスポーツの捉え方が、まちまちで多岐にわたっている。自身が持つ強い個人のイメージによって、ややもすると歪曲化しているスポーツの捉え方をすりあわせ、正しい概念化に向けた是正が急務である。そうするためには、“スポーツの本質”を正しく認識し、あるべき方向性を見出す必要がある。スポーツとは、「本来の仕事から心や体を他に委ねる」<sup>10)</sup> ことであり、結論からすれば、「楽しむことを主たる目的として実施するもので、決して強制されたり主体性や自主性を失ったりして行なうものではない」<sup>11)</sup> ことでの理解が重要である。もちろん身体機能・身体能力がしっかりしている各々のライフステージでの適切なスポーツ活動が必要で、特に加齢と共に身体機能・身体能力が低下していく中高年者のライフステージにおいてこそ、継続的で効果的な運動の機会を日常生活に取り入れることが不可欠

である。単に体を動かせば良いという短絡的なことではなく、運動をとおして心身の豊かな健康を獲得するための、体力維持・増進を狙いとする生涯スポーツが求められている。その活動の内容は「科学的効果と自覚的効果」<sup>12)</sup>をもたらす結果でなければならないし、また継続的に運動を行なっていくために、快さ(楽しさ、おもしろさ)の要素と、癒しの要素とが活動の中に、それらの割合の多寡はともかく、取り込まれていなければならない。癒しや、何らかの課題解決の一つの方法としてスポーツ活動が手段化されて実施されれば、少なくとも楽しさやおもしろさの要素は逡減されていくことになり、活動の継続性や持続性を難しくしてしまう。手段化されたスポーツ活動には、特に楽しさやおもしろさを加える工夫と努力が必要であり、所期の目的(即ち、生涯スポーツにより課題を解決していくことの狙い)を達成しようとすれば、生涯スポーツ化そのものが求められてくる。この生涯スポーツ化は、中高年者にとって言うまでもなく要介護予防運動の範疇となると考えてよい。

ファインアートとは異なり、時間的経過とともに消失を余儀なくされる形態のパフォーミングアートの領域に近似な体育実技関連科目群において“動機付け”と“準備性”を理解したうえで、身体の教育と身体活動を通しての教育である高等教育期における体育実技関連科目の教育内容及び指導形態の再考が望まれる。

#### IV. まとめ

スポーツ・運動は人間が積極的健康を得るために不可欠な要素であるとともに、個々人が高い意識のもと自ら運動する機会を創意工夫し、ライフステージ毎に適した身体活動を継続していかなければならないものである。これらの身体的・精神的・社会的な成長と発達を十分に獲得するためには、ライフステージ毎(小学校・中学校・高等学校・大学等)の発達に合わせた教育というは極めて重要な役割を担っており欠かすことのできないものであると考える。

高等教育を卒業・修了し社会人として生きることになるが、生活環境が大きく変わり、労働条件等も影響し、スポーツ・運動の実施を阻害する要因も重なることから、運動の機会が減少し、運動時間の確保や新たに運動を始めるきっかけを創るこ

とさえも困難になる。生涯スポーツへの誘いとして“最終的な身体運動の機会の提供”となる高等教育機関における教育は、“保健体育・体育実技関連科目”の重要性・価値があると言える。義務教育を修了し社会に出る者、その後の高等学校を終え社会に出る者、あるいは高等教育機関に進む者、研究科への進学をする者と多様であるが、多くの学生にとって大学における教育課程での教科として保健体育・体育実技関連科目群いわゆる身体運動の学びと実践は最後の機会であると言っても過言ではない。

この機会に、将来にわたる運動習慣の生活化を図ることができる知識・技能を養い、生活の中にスポーツ活動が組み込まれている意味を有する“生涯スポーツ(= Life Integrated Sports)”を可能にする意欲・認識を高める教育活動が不可欠となる。大綱化では、一般教育科目の軽視化、特に保健体育科目などの減少による諸課題を踏まえ、教育振興基本計画のなかで、「健やかな体を育む教育の推進」が掲げられ、豊かな心と健やかな体を備え持つ人間の育成を図るためには、体育をはじめとする教育が必要である<sup>13)</sup>ことも明確にされた。“健やかな体”を獲得し、充実した人生を送るには、幼少年期から適切な身体運動(Physical Exercise)や身体活動(Physical Activity)を行うとともに「知育・徳育・体育」のバランスの取れた成長を促すための教育も極めて重要である。また、生涯にわたり、運動を楽しむ、親しむための技能や意欲を積極的に育成するとともに、スポーツ・運動を日常生活の中に取り込む、いわゆる“生活習慣化”させる工夫と努力が求められている。

- このような観点について中央教育審議会<sup>14)</sup>は、
- ①体力やスポーツの理解を深めるための教育の充実
  - ②自ら体を動かすようになるための動機付けへの工夫
  - ③運動する機会の確保
  - ④教員や指導者の養成と確保
  - ⑤スポーツにおける学校と地域連携の推進
  - ⑥より高い競技レベルに到達するための機会確保について検討事項として掲げている。

個々人が健康で生活を送るために必要となる体力やスポーツの重要性についての理解を深めるための教育と、自らが積極的に身体を動かす機会と

動機付けを行う教育環境の拡充が必要となるが、生涯スポーツとして運動を継続していく機会を確保するためには、個人の意識改革はもとより、行政による総合型地域スポーツクラブ等の政策的啓発や普及をさらに展開していく必要があると考える。

運動を継続的に行っている学生(維持ステージ)にも、あるいは個人の様々な要因により現在まで運動する機会をあまり持ち得なかった学生(熟考ステージ、準備ステージ)にとっても、そして前熟考ステージにある現在も運動を行っておらず、今後も行う考えを持たない学生に対しても、教育の最終的な期間である高等教育期で行われる体育実技関連科目群の履修は、積極的身体運動に対する正しい理解や必要運動量の確保のみならず、将来の継続的なスポーツ・運動の実施につながるスポーツ活動・運動の楽しさやおもしろさを獲得する最後の機会でもある。そのような“動機付け・きっかけ”を与えることにより、生涯スポーツ(= Life Integrated Sports)へと誘う役割を果たす必需的な科目群であると考えられる。

授業として実施される体育実技関連科目の講義は、教育活動の一環としてカリキュラム化されているものであるから、目的と目標の理解が不可欠であることは言うまでもない。“目的”とは時として、理想的・抽象的であるがゆえに、具体的・現実的な目標が掲げられることになる。一方、教育活動外で行われるスポーツ活動は、本来、その活動自体を楽しむことが主たる目的であり、他の事柄は、むしろ従たる目的であるといえる。スポーツ活動の中で実現される体力づくりや健康づくりはその従たる目的とすることができる。他方、健康活動は、楽しむことを主たる目的とするのではなく、自身の積極的な健康や体力を維持・増進するために、その結果に至る科学的効果である“結果”を求めて実施することが通常の形態となる。一方、スポーツ活動は、感覚的・客観的効果である“経過”が得られることが求められることになる。そこで教育という範疇で行われる(教育機関)スポーツ健康科学等の講義・実技では、それらの主従の目的を好ましい比重・割合で併せ持つ視点が必要不可欠で、具体的な目標の設定も求められる。どちらの目的に重点を置くかにより主従が決まってくることになるが、課題解決のために準備されている教科のカリキュラム特性によりそ

れが明確に示す工夫が必要となってくる。講義と実技との関係で述べれば、それぞれが有機的に結びついていなければならないと考える。勿論、講義の中では実技の重要性をしっかりと伝え、実技・実習および演習では、講義の内容を実感・体感・実践する機会でもあるから、教育者による拘束的・強制的ではなく、むしろ学生自身の主体的・積極的姿勢が醸し出される授業の形態を創出することこそ強く求められ、教育現場に立つ者としての力量が試されるものであると考える。教育活動も然りで、多くの指導場面において学習者側への働きかけとしての動機づけと、準備性をしっかりと認識・理解した上で、今後の教育実践に取り組んでいくことの必要性を強く感じる。

最後に、単に体育実技関連科目の単位を取得すればよいのではなく、将来、継続的な運動により、全ての人々が迎える中高年期において健康で豊かな生活を自ら創造し、“健康寿命”<sup>15)</sup>を延伸していくためにも、若い世代で行われる高等教育期の至適運動の実施は、その後の生活に多大な影響を与えるものであることに疑いはない。

#### 【引用文献】

- 1) 中央教育審議会「新しい時代における教育の在り方について(答申案)に対する意見募集について」2001年12月27日、p.16.
- 2) 中央教育審議会「新しい時代における教養教育の在り方について(答申)～我が国の大学における教養教育について～」2002年2月21日、p.18.
- 3) 中央教育審議会「新しい時代における教育の在り方について(答申案)に対する意見募集について」2001年12月27日 pp.16 - 17.
- 4) 清水一彦「大学教育改革の現状と課題」『大学研究』筑波大学 大学研究センター研究紀要、第11号、1993年8月.
- 5) 青木宗也「大学改革を探る」エイデル研究所、1996.
- 6) 小林寛道、松島宏、山口順子他「新しい大学保健体育のあり方と教育内容、FDプログラム開発に関する研究」、1995.
- 7) 中央教育審議会「新しい時代における教養教育の在り方について(答申)～我が国の大学における教養教育について～」2002年2月

- 21日、p.19.
- 8) 鈴木秀雄『新版 スポーツ・体育・運動実践考 ～“至適運動のすすめ”と“生涯スポーツへの誘い”～』石橋印刷刊、2007年3月、pp. 90－97.
  - 9) 鈴木秀雄『スポーツ・体育実践考 ～生涯スポーツへの誘い～』第2版、石橋印刷、2003年3月、pp. 93－97.
  - 10) 鈴木秀雄『スポーツ・体育実践考 ～生涯スポーツへの誘い～』第2版、石橋印刷、2003年3月、p. 2.
  - 11) 鈴木秀雄『レクリエーション指導法 その理論と活動 レクリエーション的効果と治療的効果の並存を求めて』第2版、誠信書房、1999年2月、p. 40
  - 12) 鈴木秀雄「要介護予防運動指導者養成のプログラム開発」『人間環境学会紀要』第2号 関東学院大学人間環境学会刊、2004年7月、p. 89.
  - 13) 中央教育審議会「中間報告」、2007年11月、p. 12.
  - 14) 中央教育審議会「中間報告」、2007年11月、p. 24.
  - 15) 中原英臣、「健康未来講座～平均寿命よりも健康寿命を延ばそう！～」藤沢セミナー、2008年11月12日.
  - 16) 鈴木英悟「高等教育期における積極的身体運動の必需に向け～現代社会における体育実技関連科目群の果たす役割～」、日本レジャー・レクリエーション学会大会第38回 発表抄録原稿追記、改変、2018.