

「学び」を生かす多角的アプローチ ～札幌南高校陸上競技部の取り組み～

北海道札幌南高等学校 教諭 竹田 安宏

1. 学校概要と部活概要

創立 121 年の伝統校である。全校生徒 960 名（各学年 320 名）。部活動数は 35 部あり、加入率は 91.3%である。野球部は 2000 年に甲子園に出場し、陸上部は 2006 年にインターハイ 100m で 3 位入賞を果たしている。

進学先（2016 年 3 月）については、北海道大学 126 名、東京大学 17 名、京都大学 12 名、上記を含む難関国公立大学合格者数は全国で 5 位（公立高校では 1 位）、国公立大学の医学科合格者数 46 名は公立高校では全国 2 位であった。

陸上競技部の活動については、2016 年高体連時に部員数 58 名（男 36 名、女子 22 名）、顧問は 3 名体制で活動している。活動日時は週 5 回（木・日休み）平日 15:30～18:30、土曜日 9:00～12:00 で、日曜日に大会がある日は月曜日を休みにしている。陸上部員の通塾率は 67.5%で、共通練習ができない選手は時間を見つけ各自で補っている。活動場所は、主にグラウンド 300 mトラック、円山競技場、厚別競技場、河川敷で行われ、冬期間は校内廊下・ホール、ウエイトトレーニング室、グラウンドで雪中走、真駒内アイスアリーナ、つどーむなどの室内走路を利用している。

陸上競技部の過去 9 年間のインターハイ出場人数は 2008 年から 2016 年までで延べ 60 名になる。

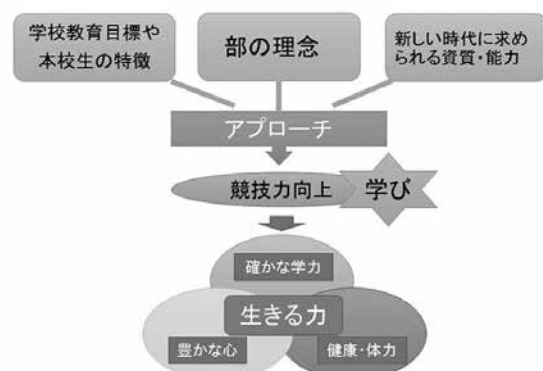
2. 札幌南高校陸上部の特徴と研究の視点

学校における運動部活動は地域スポーツが普及していない時代から日本のスポーツの普及・発展に大きく貢献してきた。しかし、スポーツ振興のためではなく、学校教育目標達成の一端を担ってきたことは言うまでもない。札幌南高校陸上競技部では、「自主自律」「堅忍不拔」という学校教育目標に基づき、「知識を智恵に学びを生かす」というチーム理念のもと活動している。また、学力の高い生徒たちの特徴を生かして選手の能力を最大限に引き出す方向性を持って取り組んでいる。知識を智恵にしていくには、観察力や洞察力が必要であり、客観的な事実を見極める能力や周囲に対しての気づきや自身の感性を高めることが大切になる。智恵の「智」は仏教用語、東洋的な言葉で、日は天と地を表し、心と体と解釈することができる。知識は心と体を通して価値あるものとなり、独自性や独創性を生み出す智恵となる。陸上競技のパフォーマンス向上のために様々な角度からアプローチすることにより奥深さを知り、創造的な取り組みをすることに本校陸上競技部の特徴がある。競技力向上は勿論だが、陸上競技を通して学ぶ過程で得られることは、卒業後も智恵として生かされるものであると願っている。

チームでもう一つ大切にしていることは「感謝」の気持ちである。様々なアプローチとは顧問からの指導だけではなく、多くの専門家に質の高い指導・助言をいただいている。施設設備も含めて自分たちが恵まれた環境の中で陸上競技に取り組めることに日頃から感謝の気持ちを持ち、そうした方々に恩返しできるよう日々努力している。実際に練習後のミーティングでは選手からの提案で「有難うコーナー」が設けられ、選手が声をかけてくれたチームメイトや準備をしてくれたマネージャーなどに感謝の気持ちを表現しており、お互いを高め合える雰囲気を創り出している。

一方、今日の教育改革において文部科学省では、「新しい時代に求められる教養の全体像は、多角的な視点で物事を考え、未知の事態や新しい状況に的確に対応していく力」と総括している。また「生きる力」の一つであ

資料 1：研究の視点



る「確かな学力」のキーワードとして「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」「主体性・多様性・協働性」を重視している。これらの能力は教育活動全体を通して身につけていくものであるが、部活動の実践過程に有する価値は高いという仮説のもと、実践的事例から検証していくことが求められると考えた。

今回の研究の視点（資料1）は「アプローチ」つまり、指導者からの働きかけにより、生徒たちがどのような活動のもとどのような能力を身につけ、「学び」を生かしていくかという過程について考察し、運動部活動の教育的価値を提言していきたい。

3. 「学び」を生かす取り組み

(1) 目標設定

動機づけ¹⁾ (motivation) は一般に「行動を引き起こし、その行動を持続し、一定の方向に導く過程」と定義されている。選手をやる気にさせる指導者のアプローチの仕方は様々であり、生徒の実情や育てるべき資質や能力と照らし合わせながら行動を引き出し、導いていくことが求められる。

本校陸上部では特に内発的動機付けを高める手段として月に1回、個人目標設定用紙（資料2）を作成している。これには陸上競技だけではなくライフプランニングも記入している。記入欄は大きく「人生の目標」と「陸上競技の目標」に分け、それぞれ「結果目標」と「プロセス目標」がある。さらに「短期目標」「中期目標」「長期目標」を細分化して系列的な表にまとめている。書かれている内容は、SMART²⁾ であるよう努めている。

また、練習開始時には、目標宣言というコーナーがあり、部員の中から一名が指名され、自身の今日の目標を述べている。受け身で練習をするのではなく、誰が当てられても自分のその日の練習目標を述べられるようにし、意識の高い練習に結びつけている。練習終了時にはその選手が目標に対する達成状況を発表している。

資料2：目標設定用紙

札幌南高等学校 陸上競技部 2016年8月 試合期			年 組 名 前	
目標設定用紙			記入日	年 月 日
	人生の目標	プロセス目標	陸上競技の目標	プロセス目標
	夢のような目標			
	最低限度の目標			
長期目標	30～50年後の目標			
	10～20年後の目標			
	高校卒業後の目標 (大学生活での目標)			
中期目標	高校3年時の目標			
	高校2年時の目標			
	高校1年時の目標			
短期目標	半年の目標 (新人戦全道・札幌選手権)			
	今月の目標 (新人戦支部大会)			
	今週の目標 (IH+強化練習期間)			
	今日の目標			
	今の目標			
先月の目標「欠点と向き合う」ことができましたか？具体的に述べてください。				
今月のチーム目標				
チーム理念				
ルーティン				
セルフトーク				
先生から				

S: Specific
明確かつ具体的な表現

M: Measurable
誰でも確認できる具体的な数字

A: Achievable
達成可能である

R: Result-based
成果に基づいている

T: Time-line
期限がある

これらの目標設定を重要視している理由は、部活動でも学習面でも理想だけではなく、小さな目標を達成しながら自信をつけ、大きな目標に向かっていくモチベーションを高めていくためである。年に一度受講するメンタルトレーニング講習会での学びがもとになっているが、個人のものからチームとしての取り組みへ年々発展してきている。

教室で行う月に1回のミーティングでは、前月を省察し、今月のチーム目標（資料3）を決めるためにアクティブラーニングを行い、主体性をもって部員が協働して学ぶ態度を養っている。新チームのキャプテン・副キャプテン決めは3年生たちが集まり、指名を受けて引き受けるという決め方を受け継いでいる。元来個性の強い選手たちをまとめるのは容易ではなく、話がまとまらず苦勞することもあるが、回を経てリーダーシップとフォロワーシップが融合していき、ボトムアップが図られている。このミーティングで私は、ファシリテーターとしての役割を果たしている。新体制発足時に部員で決めるスローガン（資料4）からは、その年の状況に応じた士気を高められる言葉が掲げられ、チームを鼓舞し、自信を持って取り組んでいく姿に結びついていると感じる。

常に働きかけていることは「個人競技ではあるがチームとして取り組んでいくことが、個人にとって大きな力となって還元されていく」ということである。

また、対立する意見があったとしてもどちらが正しいかを私が判断するのではなく、確認するのは「みんな強くなりたいし、楽しくやりたいし、チームに貢献したい」と思っていることだから、今できることをやっ払いこう！と語りかけている。

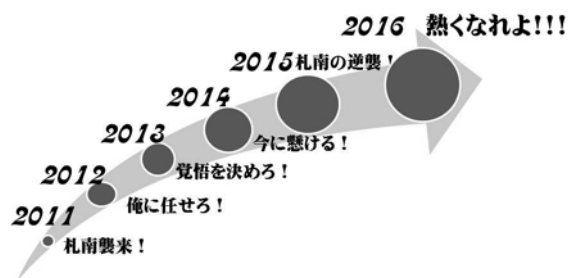
さらに、気持ちを高めるときには「英知を集めて大きなことを成し遂げよう！」と声を懸けている。特にリーダーとなるキャプテン、副キャプテンとは毎月のミーティングの変化を聞き取り、新たな発想による取り組みや進め方をしたときに称賛していることが多い。

このように単に目標設定をするだけではなく「書く、述べる、話し合う」というプロセスにより、「状況把握～課題発見～具体的方策の思考～実践～改善」といったプロセスが生まれ、モチベーションの高い、つまり質の高い日々の練習ができていると思われる。

資料3：札幌南高校 陸上競技部 月間目標

年	月	月間目標
2014	2	声を掛け合う。
	3	声を掛け合う。周りへの配慮。
	春合宿	感謝し、感謝されるチームになろう。荷物の整理整頓。
	4	試合感覚を取り戻す。
	5	大会のため、チームのための行動を心がけよう！
	6	求められていること以上のことをしよう！ 本番を意識して最後まで全力でやる！
	7	基礎から着実に。
	8	基礎を実践へ。
	9	チームとして実力を発揮する。
	10	モチベーションを高め合う
	11	気づきを大切に！
	12	思い立ったら即行動！
2015	1・2	競い合って練習。
	3	時間を効率よく使う。
	春合宿	心からの感謝を行動で示そう。
	4	チームとしての体制を整える。
	5	強さを行動で示す。
	6	今に懸ける！
	7	基礎を固める
	8	お互いにサポートして自分たちのベストな状態を作る。
	9	個人としてチームとしてベストを尽くしたといえる結果を残す。
	10・11	自分の目的を明確にして練習する。
	12	気づきを増やし、行動に移す。
2016	1・2	自主管理を徹底する。
	3	短時間で集中して取り組む。
	春合宿	感謝し感謝される選手・チームになる。リスクマネジメントの徹底。
	4	互いにアドバイスし合い、チームの新体制を整える。
	5	最高のパフォーマンスを発揮するためにコンディショニングを徹底する。
	6	心技体を整える。
	7	自分の欠点と向き合う。
	8	妥協を許さない強い向上心を持って練習をする。

資料4：チームスローガン

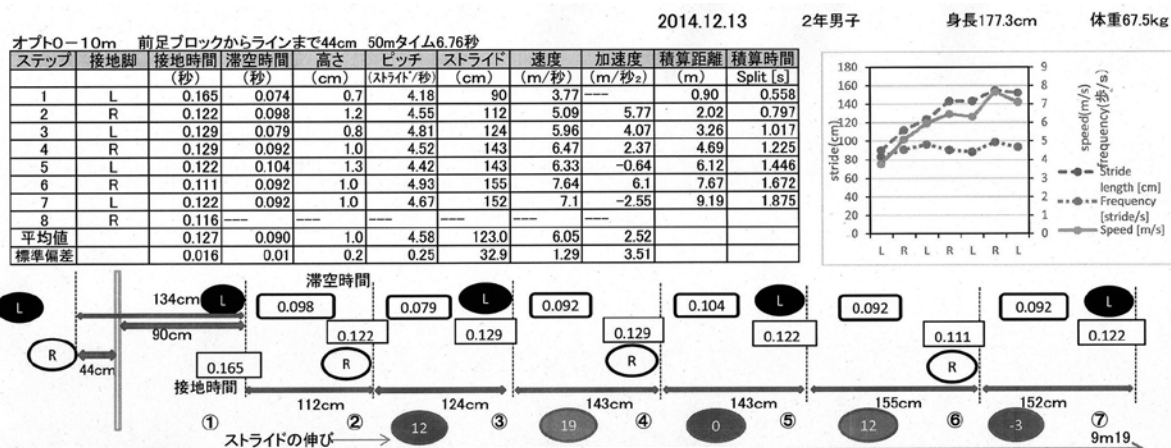


(2) 科学的データフィードバック

大学の研究設備を活用させていただき、短距離走の科学データ測定を年に一度行っている。数名の選手が対象であるが測定データ（資料5）をフィードバックし、説明・質疑を通して理解を深めていく中で個人やチームの現状把握、今後のトレーニング課題解決に結びつけている。測定項目は、① 50 m室内走路全力走での疾走スピード曲線② 50m 疾走パワー曲線③オプトジャンプシステムによる 50 m疾走時の 0～10 m区間及び 35～45 m区間の接地時間、滞空時間、ピッチ、ストライドなどである。この結果を一流選手と比較したり、自分の特徴を分析することにより課題意識を持ち、モチベーションの向上を図ることができた。

この測定フィードバックの有効性については平成 28 年 3 月の日本コーチング学会で発表したことをまとめる。結論は「1. レディネスに応じたものであった。2. フィードバックの方法が妥当であった。3. 測定結果が有効に活用された。」という3点であるが、特に測定結果が有効に活用されたと言える根拠は、7つのフィードバック効果「①気づき・発見を与える ②知識・理解を深める ③関心・意欲を高め、探究心をかきたてる ④長所を自信にしていく ⑤課題を明確にする ⑥今後の練習方法を明確にする ⑦主観と客観のすり合わせ作業をしていく」が選手の提出レポートから散見されたためである。これらは競技力向上だけでなく思考力や判断力、そして表現力の向上にも寄与しており、問題解決学習が実践されている。当然、これらを生かすのは選手だけではなく、コーチである私も大変参考になり、「①事実を認識でき ②課題を明確にできる ③課題の優先順位をつけることができる ④トレーニングに自信が持てる ⑤因果関係を探ることができる ⑥新たな技術のヒントが得られる ⑦トレーニング計画・立案に生かせる」といった本間³⁾が挙げるコーチングにおける科学的事実を明らかにすることの有益性を実感している。ここではアナライザーとしての役割を果たしている。

資料5：フィードバック資料



(3) 少年団陸上教室

少年団陸上競技教室を主催して5年目になる。本校の施設へ近隣の少年団2チームを招き、高校生が少年団の子どもたちに教える機会を設けている。地域貢献というほどではないが、陸上でのつながりを大切にしていきたいと思っている。高校生にとっては教えることの難しさを経験でき、少年団の子どもたちからも学ぶことができる。私が高校生に言うことは「小学生たちにとって憧れの存在になってほしい」「また来たいと思える体験をさせてほしい」ということである。

当初は私がプログラムを考え、私が指導し、高校生がサポートするところから始めたが、現在は担当者を自分たちで決め、企画から実際の指導、出迎えや見送りまで自然におこなっており、おもてなしの心や思いやりの心が育ち、コミュニケーション能力の高まりが見受けられる。

この経験についてもレポートを提出している。一部（資料6）を載せるが、どれも素直な気持ちが表現され、感性の高まりを感じるものである。

資料 6 : 部通信



ON GOING

2016,1,18 No.1113

札幌南高校 陸上競技部通信

少年団陸上教室(1/16)の感想

2年男子: 二度目の参加となる少年団陸上教室は子ども達との触れ合いや自分の役割を通して、去年よりもより多く、より濃いものを学ぶことができたと思います。今回改めて感じたのは教えることの難しさです。動きづくり一つ教えるにしても、その動きを正確に理解していなければなりませんし、相手によってどんな言葉でどのように伝えるかも変えていかなければなりません。動きを正確に理解するには、自分の動きがどうだったかを口に出したり、文字にしたりしてアウトプットすることが重要だと思います。また、相手によって適切な伝え方をするには、相手をしっかり観察する洞察力と、言葉や伝え方の引き出しを多く持っていることが必要です。このように、陸上競技において重要なことだけでなく、社会に出るうえで重要なことも学ぶことができた今回の陸上教室はとても有意義なものでした。今回の少年団陸上教室を通して学んだことを、そこで終わらせてしまうのではなく、来年もし開催するのではあればその時まで、心に留めて活かしていくようにしましょう！計画や進行など様々な面で尽力してくれた実行委員の皆さん、ありがとうございました！

1年男子:「教える」ためには、自分で「理解」して 実際に何度も「動く」ことが欠かせないと改めて実感しました。

例えば高速スキップを教えるとき、骨盤の逆回転がどうのこうのと言っても伝わりません。スキップを速くやってみよう。地面に足をつける時間を短くしてみよう。簡単な言葉で具体的に何をやるかを言った方が出来るわけです。そして、僕たちの方も普段からそういったことを意識していないと実際に言葉には出来ません。ラダーであれば、フラット接地のことを説明するより隣で手拍子をして、このリズムで跳んでみよう。手を回して体を上に持ち上げる感じで。とアドバイスすると自然に接地はリズムよく素早い切り返しも出来るようになります。

今回の陸上教室で高校生は教えることが中心でした。また、自分の仕事で頭がいっぱいになっているのは、周囲への気配りは出来ません。気づく力が試される機会だったと思います。声を掛けて実際に話してみないと、その子が何で困っているのか分からないし、意外なところで自分の弱点が判明したりするかもしれません。

このような機会は沢山あるわけではありません。学んだことをこれからの練習にいかしていきたいです。また、「走ることは楽しい」という自分が陸上競技を始めた原点を再確認できたことをとても嬉しく思います。

最後になりましたが、少年団の皆さん、竹田先生、飯田さん、五十嵐さん、そして札幌陸上部の皆さん、ありがとうございました。

2年男子:少年団陸上教室お疲れさまでした。今回は初めて自分たちで計画をたてて進めていくということだったので、準備の大切さ・運営における気付きや臨機応変の対応など、学ばさせていただいたものが大きかったと実感しています。当日は司会ということで、全体の流れを見てスムーズに、かつどんなことが起きても対応しようと意識して臨みました。しかし竹田先生から子供たちの人数の確認など、事前に準備しておくべきことを指摘されたので先のことを想定して用意しておくことの大切さを痛感しました。また、このことは大会などにも繋がっていると思います。本番ではどんなことが起こるかわからないので、常にリスクマネジメントが出来るようにしていかなければならないと思いました。

今回の経験をこれで終わりにしては意味がありません。大会や普段の練習、先のことを想定してこの経験をいかしていきたいです。

2年男子:昨日行われた少年団陸上教室は子供達との充実した交流はもちろん、自分達にとっては教える側の責任感やあらゆる事態に臨機応変に対応する力、年齢に応じて分かりやすく伝える力を養うとても良い機会となりました。

自分の仕事ではなくても気づいたら積極的に行動にうつしている場面も多く見られ、月目標もしっかり意識できているように感じました。また、今年はプロジェクトメンバーが中心となって運営しましたが想定していたよりも順調に進行しました。これも事前に話し合いを重ね、入念な準備があつてこそだと思います。そして子供達に教えることを通じて体を動かす楽しさやチャレンジすることの大切さを改めて認識しました。自分もこの気持ちを忘れずに競技を続けていきたいです。

今回このような機会を設けてくださった竹田先生、計画を練ってくれたプロジェクトメンバーの皆さんありがとうございました。

2年女子:まず、種目を考えてくれたプロジェクトの皆さん、ありがとうございました。お疲れ様です。

私は陸上教室に参加するのは初だったのですが、最初から最後まで子供達の覚えの早さに驚き通しました。特にミニハードルでは、ギャロップや初めてやるには難しいステップを難くこなしている子がいて心底驚きました。高校生でもまだステップが怪しい人がいるのではないのでしょうか？子供達の覚えが早いのは、まだ自分の癖がついていないのと、素直に手本の動きを見てそのまま再現しようとしているからだと思います。私たちの場合は、どうしても習ったものを頭で考えてから体現しようします。結果として覚えが遅くなってしまうことは多々あると思います。ついてしまった癖を一度完全に忘れることは難しく、またその必要もないと思いますが、一度頭の隅に寄せて置いておくぐらいのことはできるといいのかもしれないです。

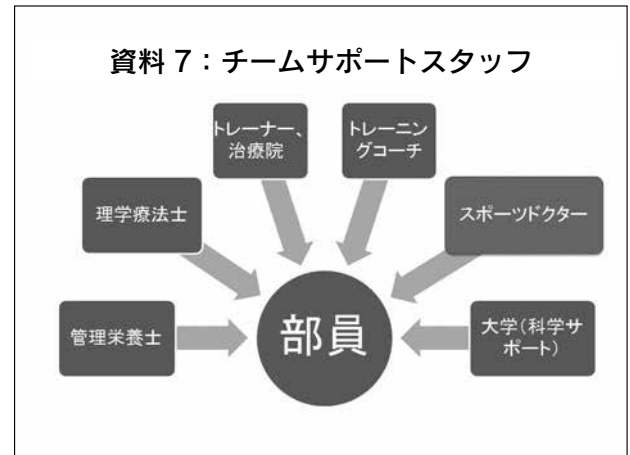
全体の運営としては、各自が自分のやるべきことをしっかりと把握し、またそれ以上のこともやれていて、良かったと思います。ただ、もう少し子供達との距離を詰めて接する人が多くても良かったかなと思いました。普段年の離れた子と接し慣れているかで差が出ますが、特に小学生低学年頃の子とコミュニケーションをとるのは難しいと思います。でも、普段と違うところに気を遣って接しなければならなくなるので、いつもより丁寧な対応をするようになると思います。なので、来年は是非もっと積極的に子供達と接してほしいです。

最後に、今回このような機会を与えて下さった方々に感謝します。

(4) チームサポート体制

平成 27 年 12 月の中央教育審議会では、「学校のマネジメントを強化し、組織として教育活動に取り組む体制を創り上げる」ことがめざされ、「専門性に基づくチーム体制の構築」や「教師が広く資源を学校外に求める」ことの重要性が謳われている。部活動においても顧問負担の軽減が課題となりながらも組織の在り方を工夫して、活性化させていくことが求められる。

本校陸上部の取り組みにおいては、チームの活動を支えて下さるスタッフ（資料 7）の存在が大きい。管理栄養士、理学療法士、トレーナー、外部のトレーニングコーチ、スポーツドクター、大学の科学サポートなどである。



理学療法士とトレーナーは OB・OG だが、仕事の合間を縫って来ていただいている。怪我の予防からアスレチックリハビリテーションまで指導していただき、選手はセルフコンディショニング（自己管理）できるように個別に対応してくれる。怪我をしてまで頑張る選手もいるため、私がコントローラーとなりセーブさせることは多くある。外部のトレーニングコーチは年に 4～5 回東京から来ていただいているが、ストレッチ、動きづくり、トレーニングが三位一体となり、東洋医学を取り入れ自然の法則に基づいた指導をいただいている。運動部活動において健康・安全面を保障する体制を整えていくことは不可欠であり、恵まれたサポート体制により充実した練習ができていることに感謝したい。

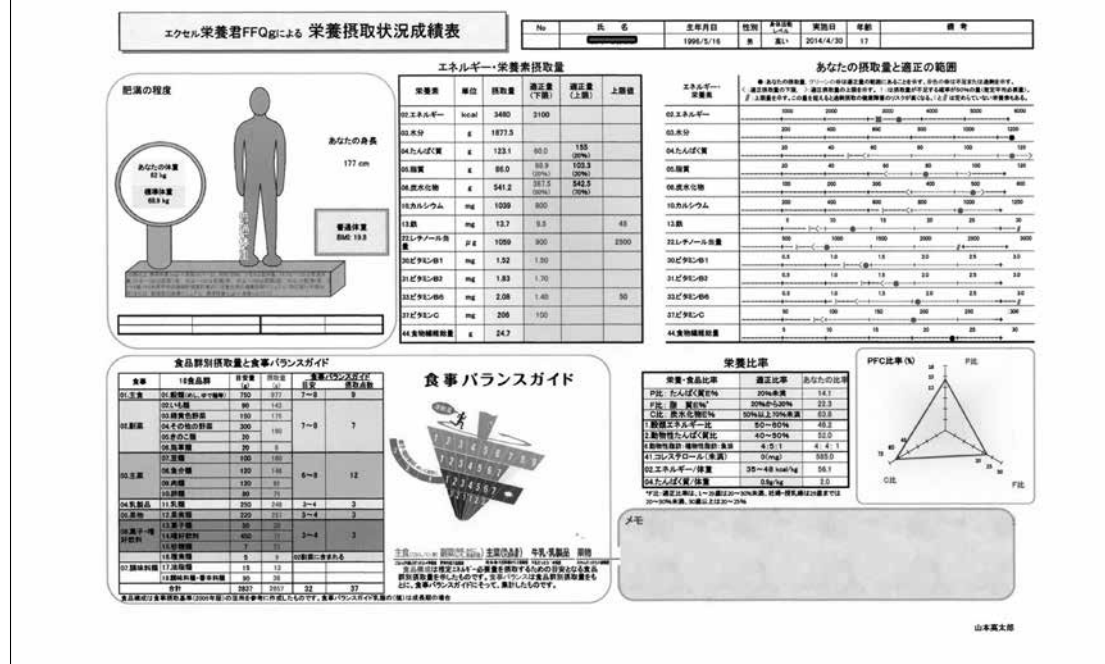
特に栄養サポートでは、9 年間ボランティアで管理栄養士と連携している。サポートは、不定期ながら月に 2～3 度、練習中の水分補給や補食の取り方を中心にアドバイスいただき、個別相談にも応じて頂いている。年度初めに栄養調査を行い、保護者会で調査結果をフィードバックし、家庭での理解と協力を呼びかけている。下宿生や貧血傾向の生徒への個別の栄養指導に加え、競技日や遠征時の食事の取り方のアドバイスをいただいたり、遠征に帯同してくれることもある。年に 3 度の身体測定は 5 月、10 月、2 月に周径囲や体脂肪率を測定し身体的な変化と栄養面の改善を考えるきっかけとしている。基本的に栄養補助食品に頼らず、日常的な食事で解決を図っている。これらは顧問と管理栄養士の連携により無理のない段階的な指導のもと、多くの選手が変化を実感しており、自身の身体を気づかう自尊感情を育てることにつながっている。

また本校生徒は、医学部に進学を希望する生徒が多くおり、健康に対する興味関心が高い。自身の健康管理を食生活から見つめ、健康に関する探究的な取り組みが期待できる。特に 2 年連続インターハイに出場した選手の事例（資料 8）では、1 年目は主食や副菜の摂取量が少なく、主菜が多くあり、必要な栄養素摂取量は満たしていなかった。2 年時には主菜の量が減り、主食と副菜が増えたため、バランスの良い食事を摂るようになった。更に 3 年時は不足していた栄養素摂取量が満たされ、練習量を積めるだけのエネルギーを摂取し、3 年間怪我をすることなく過ごせた。

こうしたサポート体制を受けられるのも部員たちが感謝の気持ちを表現したり、熱心な姿勢で学ぶ姿を見せてくれているからであるが、私自身が人との繋がりから紹介していただいた多くの専門家の方々から学ぶことを楽しんでいるという背景もあるかもしれない。

私がサポーターとしての役割を果たしながら、スタッフとのコーディネーターを務めているため膨大な情報量や必要なタイミングを管理調整している。

資料 8：栄養摂取状況 3 年間の変化（3 年時）



(5) 陸上競技部通信（資料 6）

私が赴任した当初から部活動通信「ON GOING」（「成長し続ける」ことを意味している）を発行し続けている。不定期であるが、現在で 1200 号を超える発行数となった。内容は、様々な文献を資料として載せたり、科学的データ、練習方法を紹介するとともに私の考え方を伝えていく中で動機づけをし、情報編集力を育成していく。近年は、生徒たちによる調べ学習的なレポートを載せることによりそれぞれが関心を持って様々な角度から陸上競技を捉え、深い思考力のもと競技力向上に生かそうと取り組んでいる。

情報処理力はパズルのようにはめていく作業であるのに対し、情報編集力はブロックのように様々な形に積み上げていく作業である。自分の知識、技術、経験を総動員して、それらを組み合わせ、「正解」ではなく、自分なりの「納得解」を導く力が必要になる⁴⁾。速く走るための「正解」は一つではない。「納得解」を導いてあげるのが指導者の役割と思っている。チームとしての活動の中で陸上競技の個人種目という特性を生かし、自分らしさを発揮できるようなサポートアイテムとしてこの通信が生かせられればと思っている。

また、大会や合宿、講習会、少年団陸上教室の感想などを提出してもらい、通信に載せている。これはお互いの考えを共有するとともに、感じたことを言語化させて、行動に結びつくようきっかけづくりとしている。インプットしたことや様々な気づきをアウトプットしていくことにより表現力が高まり、書き残したものが再び生かされる場面がくるものと思っている。

実はこうした部通信は、過去勤務した 2 校でも発行している。初任校では「START」2 校目では「STEP UP」そして現任校で「ON GOING」というタイトルである。書き残し続けることの大切さを実感しながら「陸上競技とは何か?」「部活動とは何か?」を追求し、自分自身のコーチングスタイルを積み上げていきたいと思っている。

4. まとめ

競技力向上のために心技体をバランスよく向上させる日々の取り組みは、どの運動部活動にも求められ、多くの高校において実践されている。その取り組みの過程では、教育効果を伴い、選手と指導者の共同作業によって堅実な成功へと導く工夫が求められる。

本校陸上競技部の特徴としては、一つに選手の能力を生かせるよう目標設定や科学的トレーニング、少年団陸

上教室、部通信などでの学びのきっかけづくりから自主性を機能させている。二つ目にサポート体制の充実を生かし、より専門的な学びを実践力へと結び付けていることが挙げられる。

現在多くの競技スポーツ団体には選手をサポートする医・科学部門が組織され、フィットネス、栄養、メンタル、技術・戦術分析などによるサポートがなされパフォーマンス向上を図っている。その一端ではあるが、学びの場を設定し、スポーツの文化的価値を選手に伝えていくこと、体験させていくことが「知識を智慧」に深化させていくことになる。学びがどう生かされているかと問われれば、「行動変容をもたらした」と答えます。自主性が機能し、楽しく意欲的に取り組む姿からは指導者が勇気づけられます。

こうした学びの場を設定することが多角的アプローチであり、今後も発展性のあるものと考えている。アプローチをする顧問が、プロモーターとして機能すれば、競技力の向上のみならず「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」「主体性・多様性・協働性」という「確かな学力」や「豊かな心」、さらに運動部活動ならではの最も育成できる「健康・体力」に結びつく実践となる。このように運動部活動で得られるこれらの教育的価値は、将来の「生きる力」となって表れることが楽しみであり、様々な場面で「学び」を生かしてくれることを期待している。そして、多角的な視点を持ち創造的な力を発揮できる人材を育てたいと考える。

引用文献：1) 無藤 隆 他，発達心理学入門，東京大学出版会 1990

2) 倉持淳子，これだけ SMART 圧倒的に成果が上がる目標設定の技術，すばる舎リンケージ 2014

3) 本間三和子，私の考えるコーチング，コーチング学研究（第 29 巻増刊号）2016

4) 藤原和博，ドラゴン桜公式副読本 16 歳の教科書 なぜ学び、なにを学ぶのか，講談社 2007