

「ショート・テニス体験が子供の心に及ぼす影響に関する一研究」

安原美里(平成 13 年卒)

はじめに

私は昔から「子供の心の変化」ということについて興味をもってきた。ちょっとしたきっかけで子供が目を輝かせたり、逆に落ち込んでしまったりする様子、また、そのことによって、急になんだか自信をつけてたくましくなったり、逆に弱々しくなってしまう様子を見るにつけ面白さを感じてきた。このような変化はいったいどのような時に起こりうるのだろう、と考えると様々な要因が思いつく。

また、私は大学 4 年間、早稲田大学庭球部に所属し活動してきた。そこで大学 1 年の頃から年に数回、OB 会である「稲門テニス倶楽部」が主催し、行っている「早稲田大学庭球部小学生テニス教室」に補助員として関わってきた。この教室は小学生の初心者を対象とし、ショート・テニスという方法を用いた 2 日間の教室であるが、そこでは子供の様々な変化に出会うことが出来た。初日の朝は他の子や指導者と口をきくどころか目も合わさなかったような子が、ショート・テニスをしていくうちにイキイキしてゆき、他の子に何かを教えたりするようにすらなっていくようになったのだ。これらのことは、私にとって大きな驚きであった。そしてこれらは、一般的にいわれる「慣れ」や「緊張の緩和」による変化だけではなさそうだと思うようになった。

これらの一連の経過を通じて、私が感触として得たものは、スポーツというものは子供の身体面に影響を与えるだけでなく、精神面、心理面といったいわゆる「心」にも大きな影響を与えるのではないかということである。

今私は、スポーツというものは「子供の心の変化」に引き起こすことが出来る大きな要因の一つなのではないかと思っている。

実際、このような考え方に基づき心理的な治療法として、スポーツの精神面、心理面への効果を期待したものも存在する。スポーツセラピーと呼ばれるものである。スポーツセラピーとは、スポーツと心理療法の合成語であり、一部の研究者によって提唱され始めた段階であって、用語自体が耳新しく、その内容も確固たる原理によって体系化されているわけではない。また、臨床心理学会や精神医学会においても、その存在は認められていない。そしてそれは、スポーツの心理的治療価値についてはもちろんのこと、スポーツの精神面、心理面への効果も確固たるものとなっていないからなのではないのだろうか。

そこで今回は、実際に私自身が大きな変化に出会い、驚いてきた「早稲田大学庭球部小学

生テニス教室」をフィールドにショート・テニス体験が子供の心に及ぼす影響について検討し、スポーツの精神面、心理面への効果を示す足がかりとしてみたい。



～ 1 ～

早稲田大学庭球部小学生テニス教室について

早稲田大学庭球部は明治36年(1903年)に創設され、以来、全英選手権シングルスベスト4の佐藤次郎、全米選手権ダブルス優勝の宮城淳(庭球部長)加茂公成、デ杯において50年振りにオーストラリアを破った立役者の坂井利郎(現庭球部監督)をはじめとして、日本テニス界を代表する選手を数多く輩出してきた。また、ジュニアの育成にも注力しており、ここ20数年間中学生、高校生を対象にした「ジュニアテニス合宿」を開催してきた。

そこでさらに平成8年より、テニスに出来るだけ早い時期から親しむきっかけになれば、また、本テニス教室を通じてスポーツマンシップ、挨拶等の基本的マナーを体得してもらおうという趣旨から「早稲田大学庭球部小学生テニス教室」をスタートさせた。

現在、夏季休暇中に2回、冬季休暇中に1回、計年3回、早稲田大学庭球部OB会「稲門テニス倶楽部」が主催し、行っている。



小学生テニス教室の特徴

スポーツをする子供の周りの大人たちは皆、プレー自体よりもずっと大切に考えてやらなくてはならないものを自覚しなくてはならない。そして逆にいうと、子供がスポーツをやるということは、プレー自体よりも重要なものを学ばせてやることの出来る絶好の機会に恵まれたということであるともいえる。このような考えを基に本教室では、ただプレーの上達のみを目指すのではなく、内面の教育も行っていくことを目的に具体的に以下のような試みが行われている。

開講案内に「子供が心からスポーツを愛好するかどうかは家庭環境による。また、躰は家庭からといわれています。とりわけ父親の果たす役割は重要だと思われれます。父親も極力参加されるようお願いいたします」と記載し、家庭環境の大切さを訴え、特に父親の積極的な参加を呼びかけている。

テニスコートに着いて人に出会ったら、立ち止まって大きな声で「おはようございます」、帰る時には「失礼します」「ありがとうございました」ときちんと挨拶が出来るようにしている。

受付は受講生一人で行ない、「おはようございます」「小学校の 　　　　　　です」

「よろしくお願いします」ときちんと挨拶が出来るようにしている。

開校式では、全員の前で氏名、小学校名、学年、抱負の自己紹介を30秒以内に自分の言葉で、大きな声で正しくしっかりと行ってもらおう。

子供に1日目終了時に以下の3つの文章を配り、読んでくることを宿題としている。

また、() に関しては感想文を書き、2日目の朝提出させている。

() 司馬遼太郎氏の「21世紀に生きる君達へ」

(いつの時代になっても人間が生きていくうえで、欠かすことのできない心がまえ……

「自己を確立せよ」「自分には厳しく、相手にはやさしく」「いたわり」「それらを訓練せよ」

そして「たのもしい君達」になっていく……

という趣旨の司馬遼太郎氏が小学生に語りかけた遺作)

() スポーツの素晴らしさを理解するために、小泉信三氏(元慶応義塾大学塾長、庭球部長)の「スポーツ三つの宝」

() テニスの心を知るために、福田雅乃助氏(第1回全日本テニス選手権チャンピオン、元早稲田大学庭球部監督)の「この一球」



父兄に、父親としてどうあるべきかが書かれている林道義氏(東京女子大学教授)著書の「父性の復権」の抜粋である「父性なき社会」を配り、読んでもらい、もう一度子供との関係を見直すように促している。

この様な、ただプレーの上達のみを目指すのではなく、スポーツマンシップ、挨拶等の基本的マナーなど様々なものを体得するようにと織り込まれている内容によって、ただのスポーツ教室とはどのような違いが現われているのだろうか。これまでの本教室の補助員として関わって感じたことを以下に記述する。

について

父親の参加が目に見えて多い。

- ・ 母親が付き添うことが一般的な考えであるためか、父親が参加すると両親がそろって参加することになる生徒が多い。そのためか、昼食時などが家族の団欒の場となっている生徒が多い。

- ・ 服装などから考えても、母親よりも父親の方が子供と一緒にプレーしやすいためか、父親が多いと休み時間などに父兄と自主的に練習する生徒が多い。

- ・ 服装などから考えても、父親の方が動きやすいためか、積極的にボール拾いを買って出て下さる父兄の方が多い。

について

きちんと挨拶をする子供が多い。

- ・ 始めはきちんと挨拶をしない子供が多いが、きちんと挨拶させるように徹底させているためか、教室終了時には出口でほぼ全員が「ありがとうございました。さようなら」と挨拶して帰っていく。

- ・ テニスはマナーのスポーツとも言われており、コートの上でもゲームの始まりなどに挨拶をさせるのだが、慣れないコート上での挨拶も、教えると比較的すんなり行うことができている。

- ・ きちんと挨拶をするので、おのずと人の目をきちんと見て話すことができるようになっていく。

、 について

自己紹介ができる子供が多い

- ・ 教室開始の時に自己紹介をやっているため、各コート毎に分かれての練習の始めなど、その後簡単に自己紹介や何球続けるの目標を言ってもらえることがあるが、すんなり行うことができている。

- ・ 休み時間などに、補助員に「一緒に打って欲しい」といってくる子供がいるが、その時にきちんと自分の名前を述べる子供が多い。

について

については、実際に提出された一小学生の感想文（原文）を紹介し、少なからず子供の心に影響を及ぼしていると思われることを示したい。

「私はこの21世紀に生きる君達へを読んで、まだ私達はたのもしい君達にはなれていな

い。そして、私達がそのたのもしい君達になるために、司馬遼太郎さんはこの文章を書いたんだなあと思った。でもなぜ、テニスの教室なのに国語の宿題が出たのかということを考えて。テニスを通じて日常生活の基本的マナーや常に他の人を思いやる気持ちを身につけることでたのもしい君達になることができるのではないのだろうか。結局、司馬遼太郎さんは21世紀というものを見ることができずに一生を終えたけれど、私はこれから21世紀を生きる人として、司馬遼太郎さんのたのもしい君達になりたいと思う」

について

については5ページの調査研究の自由記述欄に実際に書かれていた一父兄の文章（原文）を紹介し、少なからず父兄の方々に影響を及ぼしていることを示します。

「テニス自体よりも挨拶などの基本的マナーの方を重視されている教室だということが印象的でした。宿題についても少し驚きましたが、学ぶところがあったと思います。ただ、新しいスポーツに挑戦しただけでなく、スポーツというものを介して親子ともども様々なことを学ばせていただいた教室だった。」



~ 3 ~

調査研究 ~ ショートテニス体験後の心の変化 ~

2000年7月、8月に開催したテニス教室に参加した者のうち、小学生1年生から3年生の計89名（男子48名、女子41名）を対象とし、その親に子供について答えてもらうという形式、無記名式によって質問紙調査を実施しました。

<全体について>

「元気ようになった」「目標を達成しようとするようになった」「挨拶、お礼ができるようになった」「意欲を持って物事に取り組むようになった」「目を輝かせるようになった」「何かに負けたり失敗すると悔しがるようになった」「イキイキするようになった」「物事に真

剣に取り組むようになった」という各項目で変化がみられた。

<自由記述欄について>

「心の変化」と思われるものが関係しているものを原文のまま以下に示す。

・「いつかは自分もお兄さん、お姉さんのように上手になりたい」というようになった。

・ 一言のアドバイスで少し前まで出来なかったことが出来た時、自信に満ちた目の輝きを見せるようになった。

・ 子供の持っている力は回りの人（大人）のちょっとした言葉で、色々な可能性を引き出せるものだと感じた。色々な経験をさせることは子供に何か自信と強さ、たくましさ、やさしさ、くやしきなど様々なものを得られると思った。

・ テニスが少し上達したことが本人にも分かり、また、猛暑の中2日間頑張ったという達成感があったと思う。

・ 日頃は、夏休みの宿題をやるのも嫌そうに文句をいうことが多いが、今回の教室では一日テニスをやってきて、疲れているはずなのに自分から「テニスの宿題やる」といったので驚いた。

・ 最初はあまり乗り気でなかったのに先生方にほめられて嬉しかったらしく、帰ってからも、「僕が一番うまかったのだ」「先生がまた明日あいましょうと言っていたから、明日もいかないと」と言っていた。また、2日目の朝も出発時間前から早く行かないのかとせかせかしていた。

・ 二日目は実力よりも上にクラスであったせいか、前日よりも思うようにいかず少し落ち込んでいたが、弱音ははかなかった。またあまり人のことを評価することがなかったにも関わらず、「僕のグループにすごく上手な子がいたよ」と何度も言って、自分と比べて上手な子に「すごい」という気持ちが出てきたようだった。

・ テニスが好きになり、上手になりたいと思っていたことと、ゲームをして勝ったときにイキイキとした明るい表情をみせるようになった。

・ 自己主張をはっきりとするようになった。

・ 二日目のテニス教室があった日の絵日記に「うちほりくんとぼくでだぶるすのしあいをしたけど、おんなのこにまけました。でもたのしかった。またがんばりたいな」と書いてあった。

・ 表情が明るくなった気がする。

・ 「気合を入れて頑張ろう」とよく言うようになった。

・ 以前はテニスに連れて行ってもさほど興味を示さず、ただ終るのを待っているという状態でしたが、最近は自分も一緒にやりたいという表情が出てきて、またテニスをしている最中もとても熱心で少々驚いている。

・ 日常生活で感情の起伏が激しくなってきたように思われるが、これがショート・テ

ニスによるものなのか、年齢によるものなのか分かりかねる気がする。

- ・ 全くの初心者ではじめて二日で、試合に負けてラケットを投げて悔しがって泣いていたのですが、あのよう勝ち負けにこだわるようになったのかと驚いた。

- ・ 新しいことに何でも取り組みたがるようになった。

- ・ 難しいことほど積極的に参加したがるようになった。(キャンプのテント張り、食事の準備、食器洗い、つりなど)

- ・ 厳しく教えてくれているので子供もすぐに雰囲気を感じ取り、キッチリやろうと大きな声で返事をするようになっていた。

- ・ 普段と違うスポーツができて自信を持った。

- ・ 物事がうまくいかないと今までは泣いてメソメソして悔しがっていたが、そのことについて一つ一つ自分自身が思うようなカタチになるまでは、何度でもチャレンジしていかうとする粘り強さが大きくなった。

- ・ 挨拶が大きな声でよく出来るようになっていた。

- ・ 友達が上手に出来ていたこと、先生方がとても親切で優しくして下さること、両親と一緒に行動できること、友達の両親も暑い中大変であったことなど、自分の事だけでなく周りの人たちのことやその人たちの苦勞を理解し、さらにその全てが自分の楽しみに結びついていることを深く考慮できるようになった。

- ・ (今まで今回のように長時間走り回ったことがなかったので)最後までやれたということ自信を得た。

- ・ テニスについて興味を持つようになり、父親をテニスに誘ったりと積極性ができた。

- ・ テニスに対して意欲を持つようになり、一生懸命練習するようになった。

- ・ 挨拶の声が大きくなった。

- ・ 人前に出た時恥ずかしがっていたのが、少し恥ずかしがらなくなった。

- ・ 試合で負けたことをとても悔しがるようになった。

- ・ はじめてのグループの中でもコミュニケーションがとれるようになった。

- ・ 「パパ兄貴ばかりじゃなく僕もみてよ」といった、このような自己顕示性は他の習っているスポーツではなかった。

- ・ 友達とうちとけるようになった。

- ・ 次もこの教室に参加したいと前向きに考えていた。

- ・ 教えてもらったことを他の人に教えたがるようになった。

- ・ テニスという一つのことを人と一緒に考え、練習したりする中で、自分のことを考え、そして相手のことも考えるようになった。

- ・ 集中力がついた。

- ・ 友達と一緒に頑張ろうとする気持ちが出てくるようになった。

- ・ 粘り強くなった。

- ・ 同じグループの中に仲の良くない子がいても仲良くするようになった。
- ・ 人見知りをしなくなった。
- ・ 友達を自分から作れるようになった。
- ・ 以前は「あーだ、こーだ」と言っておまかせとしていたのに素直に家の仕事をしてくれるようになった。
- ・ 短い時間でしたので、子供の大きな変化として具体的に感じるほどまで変わったとは思えないが、テニスが好きになり、早くうまくなりたいという情熱が沸いたのは明確だった。
- ・ 性格が二日間の前後で目に見えて変化するということはなかったが、自信がついた。

~ 4 ~

ご父兄の皆様へ

テニスは一生涯楽しめる、またラケット1本で世界各国の方々と親しくなれる素晴らしいスポーツです。

テニス教室のご参加をきっかけにしてお子様がこれから末永くテニスというスポーツを続けられることを期待いたします。

ご父兄の皆様には次の4点にご留意頂きたいと思います。

1 「継続は力なり」と言います。お子様は今回のテニス教室ご参加によりテニスに興味を持ってこられたと思います。これを持続させるために友達同士あるいはご両親とショートテニスを続けて下さい。場所は学校の校庭、公園、家の中でも出来ると思います。続けることが最も大切です。

2 このテニス教室では毎回、お子様に感想文を書いてもらっております。司馬遼太郎氏が子供達に託した「21世紀に生きる君達へ」の感想文です。司馬遼太郎氏が今世紀に中心になって活躍するであろう小学生に何を伝えようとしたか、高学年の方は自分で読み、低学年の方はご両親から噛み砕いて説明してあげて下さい。

また、低学年の方は今日のテニスの感想でも結構です。小さいお子様は「絵」でも結構です。スポーツを終えて疲れて帰った後、勉強に切り替える習慣を身につけさせて下さい。

3 スポーツの素晴らしさは小泉信三先生（元慶応義塾大学塾長、庭球部長）の「スポーツ

三つの宝』、テニスの心は福田雅之助先生（元早稲田大学庭球部監督）の「この一球」の文章に凝縮されていると思います。

4 子供の躰は家庭から、とりわけ父親の役割は重要といわれております。林道義氏（東京女子大教授）著書の「父性の復権」の一部をご紹介します。子供は父親の背中を見て育つと言われますが、父親としてどうあるべきかが凝縮されていると思っております。

お子様がテニスを通じて基本的マナー、スポーツマンシップを身につけ、常に他人を思いやる気 持ちを育て下さることを心から願っております。



~ 5 ~
