

資 料

体験学習サイクルを用いた授業の試み

実践報告 1

菊 地 直 子

Teaching followed experiential learning cycle: Practice 1

KIKUCHI Naoko

Key words : 体験学習サイクル、プロジェクトアドベンチャー、授業参加

問題と目的

近年、我が国では少子化が進み、大学全入時代を迎えようとしている。それに伴い大学では、学力や学習活動に対する耐性に差のある学生（三田 1999）に何をどう教授し、学習させるかについて、議論されているところである。そしてこのような学生の集団に対して、一方的に知識を伝達するような教授法では実りある学習活動が困難である、ということは既に周知のこととなっている。

本研究は一つの試みとして「体験」を学習に取り入れ、学生の学習意欲や興味の喚起、授業による自己の啓発の促進を図るものである。しかし、ここで取りあげる体験学習理論自体は特に新しいものではない。強調する内容や角度次第で学習効果も決まってくるものである。川嶋（1998）は体験学習のメリットとして、“体験を通して（目的とされる知識は）人ごとではなく自分にも関わりがあると気づく点”をあげ、「自分ごと」として関わることで学習を学びに結び付けることができると指摘している。また飯田（2002）は体験学習の指導法のポイント

として、学習が展開する中での過程・振り返り・支援が大事であると指摘し、体験学習を4つの過程にまとめることが出来ると述べている。一つは動機づけや目標の明確化、二つ目は（学習者を）観察すること、三つ目はグループ内の相互作用を重視すること、最後にただ体験しただけではなく、自分達なりの意味付けを確かめさせるということである。つまり、体験学習は体験するだけでは学習効果も制限されたものとなり広がり欠けるため、この4つがサイクルとして回らなければならないという。

体験学習では、学習支援者は学ぶべきゴールを積極的には提供しない。学習支援者は、学ぶべき方向を示すだけであり、学習者がその過程を決定し、それぞれの目的に到達する。このサイクルをプログラムの重要な骨子として取り入れているものの一つに、プロジェクトアドベンチャー（以下、PA）がある。PAは、野外教育（Outward Bound School）の活動を日常の学校においても活動できるように Pieh, J を中心とするスタッフによって開発されたプログラムである（Schoel, Prouty & Radcliffe 1989）。PAの活動では、アクティビティ（活動）の体験を

通してより多くの気づきを促すために、この体験学習サイクルの理論を重視している。すなわち、目標設定→具体的な体験「アクティビティ」→観察と振り返り→一般化・現実への適応→(体験)というサイクルを回すということである。その体験には比喩的要素が加えられ、一般化が可能な設定になっている。また、PAプログラムは、グループカウンセリングとしても非常に高い成果を収めている。平成9年に出された中央教育審議会第2次答申の第1章では、「一人一人の能力・適性に応じた教育の在り方」のなかで、「ゆとり」の中で「生きる力」をはぐくむことが述べられている。ここでは「生きる力」を、自ら学び、自ら考える力など、個人が主体的、自立的に行動するための基本となる資質や能力をその大切な柱とするものとしているが、宮城県では「生きる力」を育むために、PAを援用した「みやぎアドベンチャープログラム」を、小・中・高において平成14年度全面実施に踏み切っている。無論、これは授業の中でアクティビティを体験させるというだけではなく、教科教育においても応用しようとする積極的な試みである。

本研究では、「みやぎアドベンチャープログラム」同様、PAの手法を援用した授業を実践し、体験学習サイクルを講義に取り入れた授業が学生の意欲を喚起し、熱意を持って取り組めるものであるかどうかについて評価を行い、授業の更なる改善や調整、さらには学習に対しての有効でかつ適切な支援を目指すものである。具体的には、授業への参加、授業の展開、授業中の様子、さらには授業評価を通して、講義で体験学習サイクルを回すことを取り入れることの意義について論ずることを目的とする。

方 法

【対象授業】

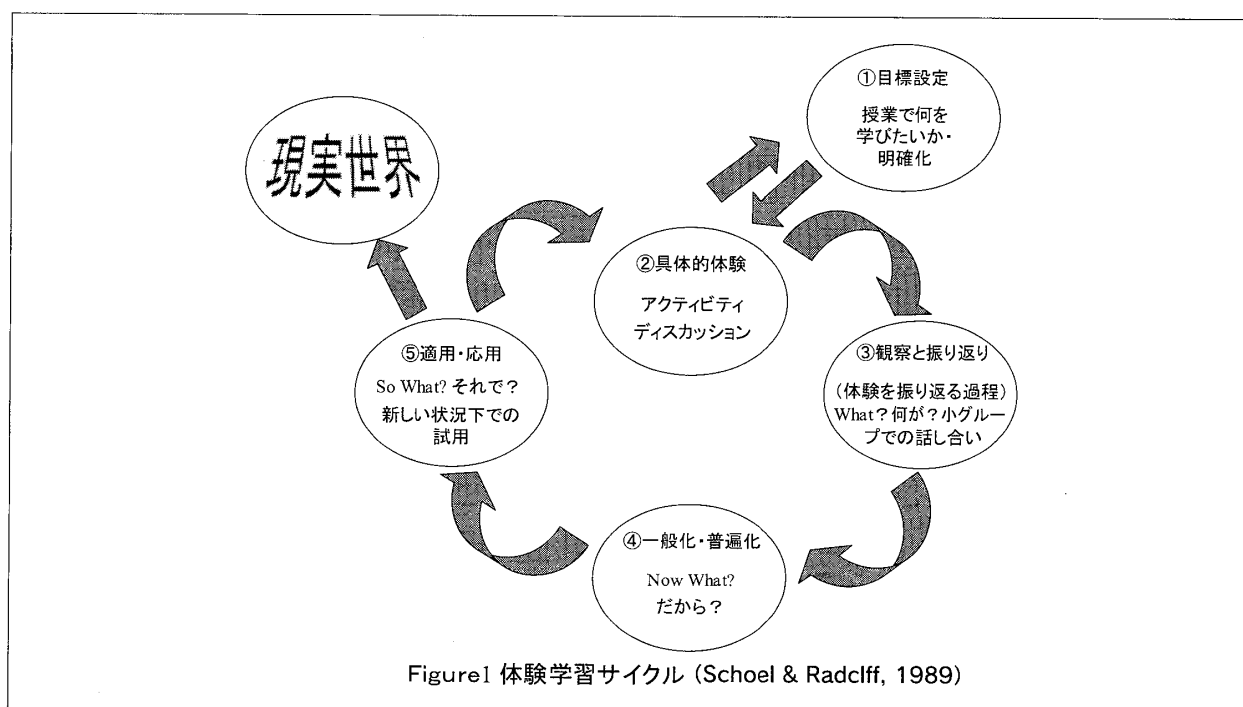
授業科目：「生活・運動とストレス」（水曜1校時：健康体力科学コースの選択必修）

学習者：体育学科3年次生40名（男子：26名、女子14名）

期日：平成14年10月4日～平成15年1月31日（計13回）

【手続き】

授業参加者に対し、体験学習サイクル



体験学習サイクルを用いた授業の試み

(Figure1) に則った授業カリキュラムを試行した。本授業における各単元の目的、材料をもそのサイクルの中で発見し、準備することとした。具体的な学習内容は、Table1 の通りである。

本授業は、「ストレス」について主に心理面から捉えることとし、特に「青年期」、「運動・ス

ポーツ」に焦点を当てている。このことは、まさに彼等がおかれている現状に合致しており、自分の問題として取り組みやすいものであることが予想された。

(1) 体験学習サイクル

本講義では、自分がどのような目的で授業に参加しているかを意識化し、常に受動的ではな

Table1 授業内容

週	目的	授業内容
1	1. 本授業に対する具体的なモチベーションを高める。 2. 授業の材料を学生の中から取り入れる。 3. 授業の対する意欲、希望調査	1. オリエンテーション 2. アンケート実施 ① 現在感じているストレスとその原因、取りいれている対処方法について ② 授業に対する意欲 (自由記述) 3. ストレスについて (概説)
2	1. 自分のストレスを自覚する 2. 他人との意見交換、発表する	1. 実習：ストレス度チェック (ストレッサー) 2. 先週のアンケートの集計を材料に3～4名の小グループで話し合い後に発表 ・体育大学特有のクラブでの悩み ・対処方法とその効果 3. 発表の中身について簡単なレポートで振り返り
3	1. 自分達のストレスに対する対処方法について考える	1. 先週の発表で出された意見をまとめた資料をもとに、各人の対処方法について小グループで話し合い、発表 ・グループメンバーで出された対処方略について意見をまとめる 2. 振り返りのレポート
4	ストレスの仕組みを知る	(略)
5	スポーツとストレス	(略)
6	青年期とストレス	(略)
7	人間関係とストレス	(略)
8	1. ストレスを体験する アクティビティ ・ネームキャッチ ・潜水艦	1. アクティビティを比喻として捉える ・ストレッサーとストレス反応について体験を振り返って (個人) レポート
9	1. ストレスを体験する アクティビティ ・ヘリウムフープ	1. アクティビティを比喻として捉える ・人間関係についてストレスを感じるシステムとそれを軽減するものを振り返って (個人) レポート
10	1. 体験について話し合い	1. 前回体験したしたストレスについて、グループで話し合う (特に具体的なテーマは決めないで、学生の話し合いたい方向を尊重)
11	1. ストレスに対するアプローチの多様性を知る 2. 「生理的な自己コントロール」(1)	1. 自律訓練法の概説 2. スポーツメンタルトレーニングとの関係などにも言及し、心身のコントロールの重要性について考える 3. 次の実習に向けての目標を明確にさせるため、その効果について自分の体験や考えをレポート
12	1. ストレスに対するアプローチの多様性を知る 2. 「生理的な自己コントロール」(2)	1. 自律訓練法の実習 2. 体験から感じたこと、今後への応用についてレポート
13	総括と授業の評価	レポートと授業評価アンケートの実施

く能動的に関わるために、「自分の問題」→「解決したい」という営みを誘発させることを導入として用いた。つまり、Figure1の『①目標設定』にあたる。例えば、第1週目では、彼等の意識に上る「ストレス」と捉えているもの、それに自分がどう対応しているかについて改めてフィードバックさせるために、「現在自分が感じているストレスとその原因、取り入れている対処方法」について、具体的に記述すること、2週目では、意識化されていないストレス刺激を学ぶために、標準化されたスケールを用いて自分の状況をチェックさせること、3週目では、彼等から提出された意見をデータとして表わし、実態を把握させた。その上で、『②具体的な体験』として「小グループでの話し合い・代表者を決めて発表」というアクティビティに入る。ここでは課題を解決するとともに、人間関係を成立させ、課題を遂行させるという心的ストレスを誘発する状態を体験することも目的としている。したがってその中には、『③観察と振り返り』が含まれ、体験について彼等は何らかの感想を持つ。授業の最後に必ず、各人が小レポートで当日の課題と体験についてそれぞれに振り返る機会を設け、記述させることによって漠然とした学びを意識化させ、次の授業への動機付けとする。次の授業では、「資料」として彼らのレポートからデータ化したものを用いたり、理論との一致から『④一般化・普遍化』が図られる。そしてそれを繰り返すことで、『⑤適応・応用』という、新しい状況下での一般化した概念の試行が行われる、といったサイクルを回す手続きを行なった。

(2) 体験学習スパイラル

本講義では、体験学習をサイクルとして回すことを基本としているが、このサイクルは2次元のみならず3次元のスパイラルになっていくことも特徴的である。つまり、1週から3週目までの営みを体験学習サイクルという2次元の営みとすると、その営みが繰り返される過程やその時取り上げたトピックや問題について得た

知識がまた次の目標設定や動機付けとなり、8週目以降の人間関係を比喩としたアクティビティでの体験へとスパイラル上に学習が継続する。例えば、9週目の「ヘリウムフープ」は、十数人のグループで一つのフープを床に着地させるというものであるが、条件として各人が指一本しか触れないこと、その指は離さないことが課せられている。この問題を解決するために、一つのグループ（人間関係）の中で、何が行われて何が行われなかったのか、またどうしたらよかったのかについて、自ら感じ考えることを通して「ストレス」とは何か、「その対処方法とは何か」について学び、体験がスパイラル上に継続的な学習となるよう手続きがなされた。

(3) 評価

評価は、学生の授業の参加、授業の展開、授業中の様子やレポート、さらに、評価の手がかりとして授業最終日に実施された、本学における自己点検委員会作成の授業アンケートの一部（学生の授業に対する理解や意欲、興味関心に関連する項目、授業の感想）を採用した。なお、このアンケートは学生の利害と無関係である旨を説明し、無記名で行われた。

結果と考察

1. Preテストの結果

授業に先駆けて、学習者の特徴を把握するために、オリエンテーションで以下のような調査を行った。またこのことは、既に「自分ごと」として授業に参加するための材料とする目的も含んでいる。

(1) 学習者が本講義に望むことについて、自由記述による調査を行ったところ、Table2のような結果が得られた。内容は、大きく①本講義で何を学びたいか、②どのように学びたいかの二つに分かれていた。それによると、特にストレスの解消法について学びたいと答えた学生が群を抜いて多く、彼等がストレスを身近なものと感じ、対処に戸

惑っていることが予想された。また、学習形態については「このままの雰囲気での」詳細は不明だが、具体的な事例を取り上げ解説することや、学生が参加する形の授業が望ましいという意欲的な姿勢が見られた。

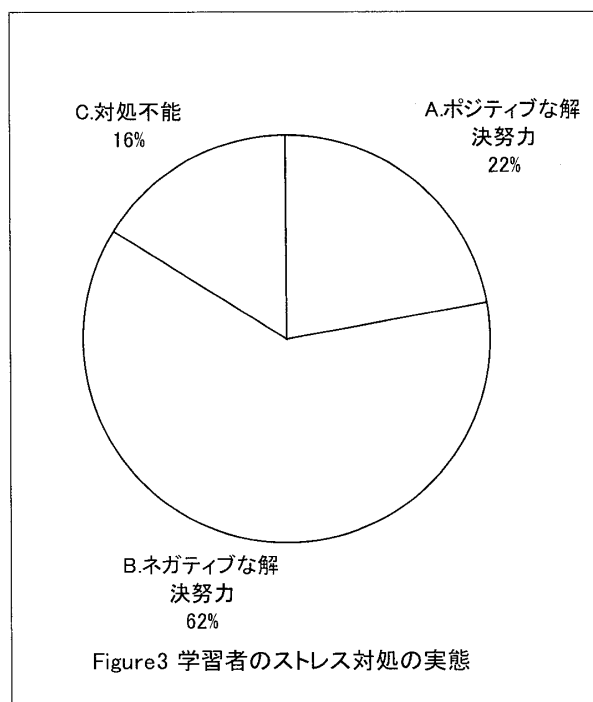
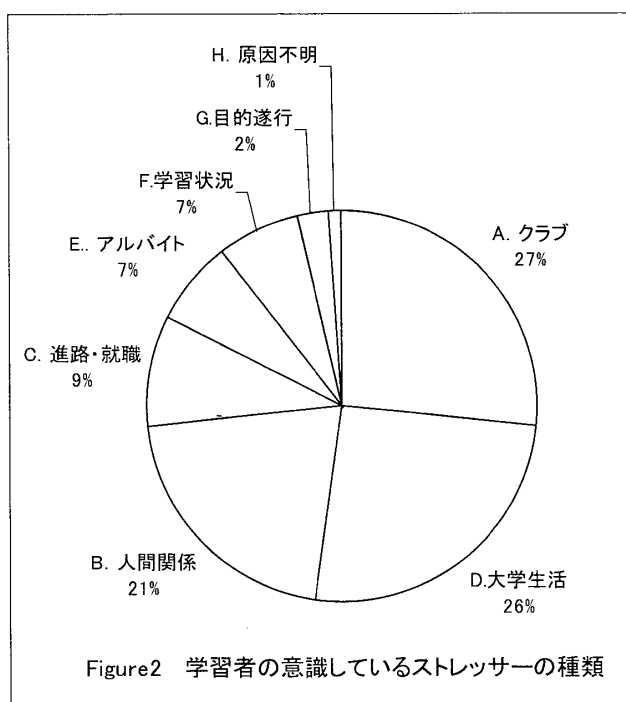
(2) 同調査において、授業の材料とするために彼等が日ごろから感じているストレスとその原因、対処法について調査したところ、Figure2、3のような結果が得られた。彼等が主に感じているストレスとして、クラブ関係 (27%)、大学生活 (26%)、

人間関係 (21%) が多いことが示された。またストレス対処については、「考えないようにする」「酒を飲む」等、ネガティブな解決方法に偏っていることが示され、意識化に役立った。この結果については、授業でも資料として配布し、学習の材料とした。

(3) 以上から、本講義履修の際にシラバスを参考にしたかどうかについて全員が「シラバスを見ていない」と答えていたが、ストレスが彼等にとってより身近なものであったこと、その対処に悩まされていることが履

Table2 本講義に望むことについて

①何について学びたいか	(人)	②どのように学びたいか	(人)
1 ストレス解消法	29	1 事例を挙げて説明	8
2 ストレスによる影響	6	2 このままの雰囲気	7
3 個人の生活に直接関わる知識	4	3 学生と一緒に考えてたりできる授業	5
4 ストレスの意味や原因	3	4 学生が参加できる授業	5
5 ストレスと競技 (スポーツ) の関係	2	5 視聴覚教材で事例の紹介をして欲しい	3
		6 板書して欲しい	2
		7 学生が興味を持っている内容を取り入れる	2
		8 先生の体験談などが聞きたい	1
		9 板書は少な目にして欲しい	1
		10 時間ぎりぎり終わらないで	1
		11 無回答	2



修の主な動機付けになったことが予想された。

2. 授業の参加、授業の展開、授業中の様子について

- (1) 授業は全 13 回実施された。履修者 56 名中出席 2 回未満の学生 16 名を放棄者とした。毎授業の平均出席数は、40 名中平均して 33.7 人であった。
- (2) 本授業の特色の一つであるグループでのディスカッションでは、ほとんどの学生が意欲的に話し合いに参加していた。グループの中で課題に対してディスカッションをすることを通して他の意見や考え方に触れ、自己の状況を客観的に把握する場となった感もある。中にはディスカッションが苦手な学生が数名おり、そのことは更に次の授業展開のきっかけとなった。本授業のねらいは、「ストレス」について学ぶことが主な目的であり、「話し合いやグループ活動」は、人間関係を成立させ課題を遂行する、とい

う実は高いスキルが要求され、まさしくストレスを感じるものであるからである。したがってその時々にはどのように対処すればその問題が解決し、ストレス対処に役立つか、について彼等はまさに自分の問題として取り組むことができ、当然授業でもそれが取り上げられ、体験と共に理解が深められた様子であった。

- (3) 振り返りのレポートでは、グループディスカッションを通して自分の状況を分析したり、問題意識をもって講義を聞いたりすることによって内省が深まり、更なる知識の要求が見られ、次の授業への動機づけに影響を与えていたようである。

3. 授業アンケート(自己点検評価表)とレポートの結果

- (1) 最終授業終了時に実施した、自己点検のための「授業アンケート」の中で、本研究でねらいとする学生の興味・意欲等に関連す

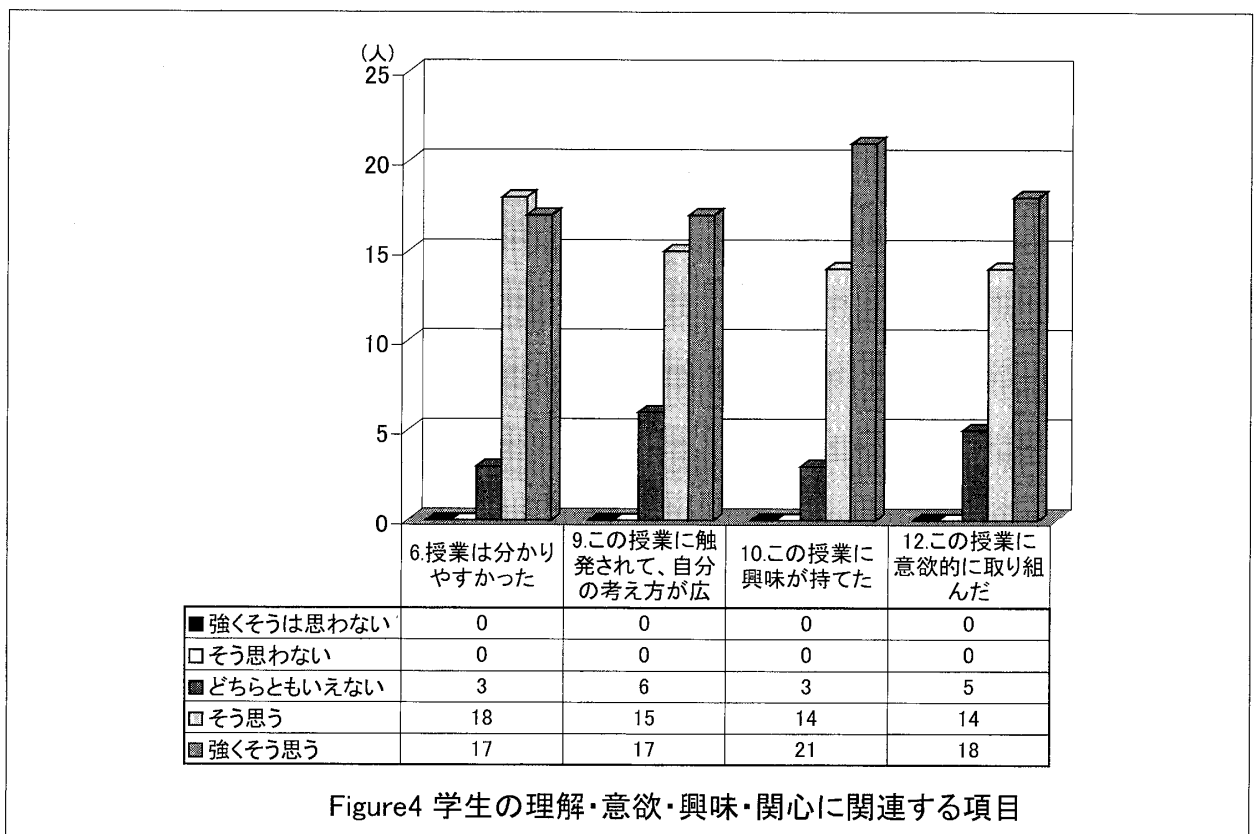


Figure4 学生の理解・意欲・興味・関心に関連する項目

と思われる項目を授業評価として Figure4 に示した。それによると、80%以上の学生が本講義に興味を持ち、意欲的に取り組んでおり、自分の考えが広がったと認識していることが分かった。また、「強くそうは思わない」、「そうは思わない」というネガティブな評価をした学生が1人もいなかったことは、学力や学習に対する耐性に差のある集団に対して、体験学習サイクルを使った教授法が有効であったと考えることのできる一つの指標となるであろうと思われる。

- (2) 授業の感想についての自由記述欄には、「実際に体験することが理解を深めた」「授業に参加しているという感じのする授業であった」「楽しかった」等、体験学習に対して極めて積極的な記述が見られた。また、中には「これからの糧となった」「授業を受けて大学生活が楽しくなった」等の記述も数人に見られ、まさに受講者は自分ごととして学習に参加できたといえる。

まとめと課題

本研究の目的は、体験学習サイクルを講義に取り入れた授業が学生の意欲を喚起し、熱意を持って取り組めるものであるかどうかについて評価を行い、授業の更なる改善や調整、さらには学習を有効に支援する可能性の一つを提示することであった。結果として、体験学習サイクルを回すことによって学生の講義への興味・関心・意欲が促されたことが示されたが、それは同時に体験を通して課題に自分の問題として取り組み、解決していくプロセスを踏んだことが学びにつながったともいえ、体験学習が学力や学習に対する耐性に差のある学生集団に対して有効な教授法の一つであることが示唆された。特に、目標設定→具体的な体験「アクティビティ」→観察と振り返り→一般化・現実への適応→(体験) というサイクルを回すカリキュラムは、体

験をしたという「体験しただけ学習」に止まらず、自分の問題と関連させるなどの内省や応用が促され、学習がより促進されたと考えることができた。

本研究では、対象授業における取り組みに対する評価のみに焦点を当てているため、学生のパーソナルな「学習に対する意欲」そのものを喚起したかどうかについては検討していない。また、評価に採用した授業アンケートは独自に行った調査ではなく、全学的に行われたものであるため、評価に他の要因が反映される可能性もあることを付記しておく。

引用文献

- 1) 川嶋 直：体験から学ぶ技法～インタープリテーションの可能性～、第1回ワンダーシップシンポジウム抄録、1999.
- 2) 飯田稔：みやぎ発信！教育改革と体験学習法全国ミーティング報告書、独立法人国立花山少年自然の家、2003.
- 3) Schoel, J., Pruty, D & Radcliffe, P. Island of Healing: A guide to Adventure Based Counseling. Project Adventure, Inc., hamilton, MA. 1989. (伊東稔(訳)アドベンチャーグループカウンセリングの実践、みくに出版、1977.)
- 4) 徳山美知代、田辺肇、徳山郁夫：プロジェクトアドベンチャー(PA)による信頼と自己概念の肯定的変化、千葉大学教育実践研究 No9, 2002.
- 5) William J. Kreidler and Lisa Furlong with Libby Cowles and Ila Sahai Prouty Copyright : Educators For Social Responsibility and Work/Family Directions. Exclusive published 1995. (プロジェクトアドベンチャー・ジャパン(訳)プロジェクトアドベンチャーの実践 対立がわからぬグループづくりに生かせる体験学習のすすめ、2001.)
- 6) 安岡高志、滝本喬、三田誠広、香取草之助、生駒俊明：授業を変えれば大学が変わる、プレジデント社、1999.

(平成15年5月30日受付、平成15年8月20日受理)