

実践報告「スポーツ方法 ゴルフの授業 その模索と試み」

藤田 和也

(2007.6.19 実践交流会報告)

はじめに

ゴルフの授業を開設することになったいきさつについてあまりご存じでない方もいらっしゃると思いますので、そのおさらいをしてから私の授業概要をご説明することにします。報告は、何をやってきたのか、今何をやっているのかについてのものですので、何かの問題を提起するとかの話題提供はできませんので、あらかじめご了承ください。

ゴルフの授業についての学生たちのニーズがどの程度あるのかは数値でつかんだことはないのですが、受講者の定員が少ないので希望者が受講できないというような話を学生から聞きますので、一定の需要があるということを見ると来年以降も開設していただいた方がいいという思いはあります。それはみなさんのご判断ですから、そのための判断材料の一つとして、どんなことをやっているのかということがなるべく伝わるようにと思って資料を用意いたしました。それでは早速レジュメに沿って説明します。

1. 授業開設のいきさつと経緯

確か 1997 年に小平校舎の国立移転を致しまして、それによって四年一貫教育のカリキュラムが実現できるというので、いわゆる「大綱化」という動向の中での一般教育を中心にしたカリキュラム改革が、既に他大学でなされていたんですけども、本学も遅ればせながらようやく 97 年にそれをしたわけですね。その時に、体育のカリキュラムも四年一貫カリキュラムと大綱化との絡みで選択制を大幅に取り入れようということになり、運動文化も選択制に耐えるようなメニューを並べなきゃいけないのではないかという議論があって、それで学生達にアンケートをとるとゴルフの授業の開設を求める声はかなりあるということがわかって、じゃあゴルフの授業を開こうじゃないかということになりました。とこれが経緯だったように思います。

それで私は個人的に「僕が開こうかな」と思って立候補したような記憶があるんですが、その頃少しゴルフに興味があったので自分で道具を一式購入して、98 年のほぼ一年間を費やして、ゴルフの授業の見通しが自分なりに立てられるように、いわば教材研究と称してゴルフの練習と授業構想を考えてみました。例えば、宇都宮大学に私の友達がいるので一般体育の授業でゴルフをやっているというので、その友達からも聞いたり、別の同級生に手ほどきを受けたりしました。ゴルフ練習場にもかなり通いました。だいたい 1 年くらいやったら、少し「こんな形で授業ができそうか」と思えるようになったので、99 年の 4 月にゴルフの授業を開設しました。合わせて、ゴルフの授業をやるための施設をある程度整えないといけないというので、あのときは石学長だったと思うんですけど、直談判してゴルフの打ちっ放しのための小さい施設の建設要求を出したところ、いいところまで行ったんですけど部局長レベルでつぶされてしまいました。そこで打ちっ放しの施設は断念して、みなさんのご理解をいただいて教材費を少し充てていただき、3 年ほどをかけて今のような施設を整えてきたわけです。こんな経緯で、見よう見まねでなんとかやり始めました。

私のこの報告は実践交流会では 2 回目にして、1 回目は 2000 年 1 月報告いたしましたので

ご記憶のある方もいらっしゃると思いますが、資料 はその時の年度末の総括文書から抜き出したものです。その時の内容は、最初の1年をやってみたうえでどんな授業になっているかというその様子を報告したものです。内容は重複しますので割愛します。

2002年から、夏学期に導入コース、冬学期に経験者コースと二つに分けて（最初は初心者だけ対象だったんですけど）、通年で開くようにしました。夏学期に初心者向けにやって冬学期はその初心者コースを受けた程度の人を対象に経験者コースにしたんですけども、実際上は経験者コースの中に3分の1くらいは全くの初心者が含まれていました。それを拒否するわけにはいかないの、あまり本格的な経験者向けの授業はできませんでした。夏学期とはかなり違ったものを作るつもりだったのですが、やはりあまりやれなくて、ちょっと応用的なものが入る程度のものを行っています。

2. 授業の概要

ねらいと内容

まず「授業のねらいと内容」ですが、資料 の a と b は 2005 年度の講義要項の抜き刷りですけども、これは前半が初心者、後半が経験者となっています。基本的には、資料 - a の初心者コースの到達目標に書きましたように、初心者を対象にしてスウィングの基本を身に付けることに置いています。ミドルアイアンの7～5番くらいの長さのものを使ってフォームの基本を覚えようということで、基本ショットの習得を目標にしています。技術的にはスウィング軌道を安定させるといいますか、クラブヘッドが一定の真っ直ぐな軌道を通してスウィングできるようになるということと、ボールを捕らえる瞬間にクラブヘッドのフェイスが直角にボールを捕らえられること、この二つができるようになればボールの軌道は安定するわけです。それは理屈であって実際これが大変なんですけど、そんなことを目標にするぞということを言っています。

授業がどういうふうの流れていくかは後で紹介しますので、次の経験者コースでは、もうちょっと毛が生えた応用的なものを目標にするぞということを書いているんですけど、初歩的なスウィング経験のある人を対象にしているということにして、目標がゴルフの基本スウィングにあることは同じですけども、初心者コースの場合はほとんどミドルアイアンとウェッジで終始しますが、経験者コースではドライバーやウッドの長いものも使わせます。初めは初心者にもドライバーという長いウッドを振らせたんですけども、やっぱり半期の10時間あまりではスウィングは安定しないものですから、中途半端に持たせてやると非常にスウィングが乱れてくることがわかったので、最近はミドルアイアンの中間的長さのもの（7～5番）でフォームを体の中に刻み込むというようなことで行っています。それをゴルフの基本スウィングと言っているんですけど、技術的にはスウィング軌道を安定させるという点では、基本的には経験者コースもやることはあまり変わりません。ただ経験者コースの場合には、経験者といっても親父にちょっと連れて行ってもらったとか、そんな程度のものでしたのでそれほど高度なものを必要としないというか、それをやるには課題が大きすぎますので、結局は基本スウィングをやる。ただ後半は、後で紹介しますが、民間のゴルフ練習場に初心者も経験者も連れて行ってるんですけども、その回数が経験者の方が少し多いことと、パッティングとかバンカ

ーショットとか、ちょっと応用的なものを経験者コースの中に入れるようにしています。それからドライバーのヘッドスピードを計ってあげたりして、少し応用的なものを入れる程度の違いです。そんなところが初心者コースと経験者コースの色合いの違いですけど、もうちょっと経験者が集まってくればまた別なんですけど。しかし今の施設条件からするとゴルフ部のような経験者がきてもちょっとニーズに合わない、施設条件からしても限界があるかなと思っています。指導者の技術もそこそこですので、学生達もそれを知ってるのか、ゴルフ部のようなかなりの経験者は来ないというのが実状です。

オリエンテーション

授業スケジュールは、資料 に示してあります。これは去年（2006年）のもので、左側が初心者コース、右側が秋の経験者コースのシラバスです。初回の授業オリエンテーションで、トレーニング室に受講生を集めて説明するときを使う資料です。ここでは、授業資料(1)と(2)の全部を配ります。オリエンテーションでは、主要には(1)のスケジュールの流れを説明して、その後、道具の特性とか長さの違いとか、あるいはクラブフェイスの角度の違いとか、何でこんなにたくさんのクラブが必要なのかということの説明をします。その最後に、練習場に連れて行ってグリップやスウィングのしかたを簡潔に説明して、実際にケージでいきなり打たせてみます。これが第1回目の授業です。

基礎練習段階

その後の流れをシラバスに沿って説明しますと、最初のオリエンテーションの次の週からはスウィングの基礎練習という言い方をしていますが、ここはほとんど素振りです。まったく実球を打たせないかということそうではないんです。例えば、初回のオリエンテーションのあと、練習場へ行っていきなり打たせていますが、それはいかに当たらないかということを経験してもらうためにやっているんですけど、うまく当たらずに「大丈夫かな」と心配している子がいますが、それがだんだん打てるようになっていきます。2～4週目の授業が基礎練習段階ということで、90分のうち前半の50分くらいでしょうか、一人ひとりを半円状に間隔を取って並ばせ、その中心部分に立っている私に向かって一斉にスウィングさせます。クラブが飛んでこないかと、ちょっと恐いんですけどね。ボールを乗せる小さなグリーンマットを使ってターゲットライン（ねらう打球方向）を設定させて、一人ずつスウィングを見てやるんです。基本的なスウィングの要領を説明した後、一人ひとりを見ながら回るといのでかなり時間がかかるんですね。だけどそれをしてあげないとスウィングをした経験のない人達ばかりなので、どういうふうに体重の移動をしたらいいか、腕の振りとか腰のひねりとかそんなものをどう使ったらいいのかというのは、まだ要領を得ないわけですので。そんなことから入りますので、2週目、3週目はかなり素振りが多くなります。

あまり細かいことをご説明しても、ゴルフ独特の用語ばかりが続くので、ゴルフをご存じの方はわかりますけど、それ以外の方はびんと来ないかもしれないので細部には立ち入りませんが、授業資料(2)と書いてある資料 は学生達に配付する資料ですが、これを学生たちが最初見てもおそらく全くわからないと思うんです。じつはこれはあまり有効に使えていません。とい

いますのは、オリエンテーションで説明しても学生達は何のことかぴんと来ないわけですね。かといって毎回持ってこさせて、練習場でいちいち照らし合わせながら説明するのも効率的じゃありません。です雨の日があれば説明しようと思うんですけど、このところ何年か幸いにして雨の日がなくて、たまに雨の日があっても体育館で半面を借りたりして、結局はスウィングの練習をすることになっていまして、ちょっとこれは生かし切れてないです。私自身がこんな事を扱わなければいけないというメモみたいなものに今のところなっています。

ただ、雨の時にタイミングよくこれを使って説明することはそれなりに有効だとは思っています。その資料の中に時計の絵（資料 図1）がありますが、これは時々使っています。その下のスウィング・プレーンの絵（資料 図2）も有効だと思います。スウィングしたときの軌跡がこの様に斜めに円が描かれるというイメージは必要だと思っていて、どこかで扱いたいなと思っているんですが、今のところこれは言葉で説明しています。スウィング・プレーンという言葉は、ターゲットラインという言葉と共に、僕はたくさん使うんですけど、スウィング面がゆがまないできっちりと描けると、こういう円盤のような面ができるんだよということを、この図をイメージしながら話しています。右側の時計の絵は、こういう説明の仕方も有効かなと思って、何時の位置とか言って説明したりします。ヘッドの位置と手の位置がどこらへんになるのかというのは、6時のところはセットアップ、最初のアドレスの構え。スウィングしたときにボールを捕らえるポイントですね。それからクラブをテイクバックしたときは大体1時と2時の間くらいにヘッドが来るんですけど、フルスウィングしたときに10と11の間にヘッドが来ますけど、これはさらにクラブが背中にへばりつくようになるまでスウィングしきるようにさせます。この図は学生達にその通過点を意識させる時に使うと有効だと思います。

それから、資料の図3は、ボールが曲がらずに真っ直ぐに飛ばすのがいかに困難かということの説明に使います。ボールが曲がる原因としてのスウィング軌道とクラブフェイスの組み合わせのいろいろなケースがあることの説明に使えます。学生がこれを実感するのは、後半にゴルフ練習場へ行った時なんですね。男の人がクラブをもって振ろうとしている絵がありますが、これはスウィング軌道とクラブフェイスの関係の組み合わせなんです。スウィング軌道が1の方向にまっすぐな軌道を通ればいいのですが、スウィングすると、一回一回が、内側から外側へ、外側から内側へというように多様な軌道を通っていて、しかもボールを捕らえたときのフェイスがどういう角度になっているかによっていろんな組み合わせができちゃう。それで結果的に飛び方がばらつくんだよということを説明するわけです。

ところが、ケージで3mくらいの距離から打っていてもよくわからないんですね。ケージには丸いのがついているので、大まかな方向はわかるんですけども、実際にはちょっと角度が違っていると、それがコンパスのように向こうに行ったらかなりずれる。そんな実感はああいう長い距離の練習場に行かないとわからないんですね。クラブフェイスと軌道の組み合わせの多様性というものがゴルフを困難にしているというか、そんなことを理解してもらったときに使えると思います。

基礎練習での要点

動体視力を使って自分の軌道をとらえる

最近少し指導の要点を変えたので少し立ち入って説明しますと、基礎練習で大事にしている

点がいくつかありますが、その一つは学生達にスウィング練習の時に動体視力でクラブヘッドの軌道がボールのある位置をどういうふうに通過しているのかを見させるようにしています。これは意識させると見えるんです。「君はどういうふうに通過したと思う？」と聞くと、だいたい正確に見えているんです。ターゲットラインに対してインサイドアウトで通過しているとか、アウトサイドインで通過しているとか、自分で見えるようになるんですね。白い線がマットに引いてありますのでそれをターゲットラインにして、マットの白い線に沿ってクラブフェイスが通過するかどうか自分で常にチェックしなさいと言っているんです。毎時間、前半にスウィング練習をやるから、その時に必ずチェックすること、それが一つだと言ってます。

クラブフェイスでボールをとらえる距離を覚える

もう一つは、こういう小さなマットに白いセンターラインが引かれていますが、その真ん中に穴を開けて(私が自分でナイフで開けたんですが)そこにティーアップするときのラバーティーを立てるんですが、その高さがS、M、Lの3段階くらいあるんです。初心者には一番高いLを使わせ、少し慣れてくるとM、最後のSではマットより5mmくらい上に出るんですね。このゴムをコンスタントにフェイスで叩けばボールを正確に捉えられると。初心者がやると当たらないんですね。一生懸命やろうとすると上下動が入ってきてダフってマットを叩いちゃったりする。自分がスウィングしたときにクラブフェイスの底(ソール)の部分がゴムの高さで通過すると、それがボールとマットの間をうまく捕らえる距離だと。その距離(ボールと自分の肩や胸との距離)が安定しないと、地球をたたいたり空振りしたりする。結局、自分の肩や胸のあたりとボールとの距離を常に安定させないとボールにコンスタントに当たらないことを実感させるわけです。そのことを常に意識しなさい、それがスウィング時に意識する二つめです。自分で距離を覚えなさい、コンスタントにボールに当たる距離を自分で覚えなさいと。

ウェイトシフトとバランスのいいスウィング

もう一つはウェイトシフト。テイクバックしたときに右足の内側に体重がかかって、ダウンスウィングに伴って左足に移り、フィニッシュでは左足1本で立てるような体重移動がある。これは腰がスウェーするんじゃなくて、体重が移動しても腰はあまり横に動かないんだと。ただですね、ウェイトシフトを強調するよりも、どちらかというフィニッシュできっちりと一本足で立てるようなスウィングがバランスのいいスウィングと判断していいから、スウィングした後きちっと左足で一本で立てる、そんなバランスのいいスウィングを心がけてほしいと言っています。

スウィング・プレーンを意識する

その前にスウィング・プレーン(面)を意識させる練習をします。スウィングの軌跡がきれいに斜めの半円状の面になっているかどうか、学生たちをペアにして互いにスウィングしているところを後ろから見させて指摘させ合います。これはわりあい早い時期に意識させます。テイクバックしたときのヘッドの位置がどこにあるのか、そこから振り下ろした時にどういうプレーンができるか。たとえば、トップでクラブヘッドを前の方に持ってくる子がいるんですね。そういう子はスウィングすると円がゆがむんです。それをなるべくフラットにしなさいと言っています。ただ、じつは(横峰)さくらちゃんはヘッドを少し前にもってくるんですね。藍ち

ゃんはきれいに後ろにもってくる。だけど両方ともいいスコア出すんだから、曲がってちゃだめだというわけじゃない、ボールを捕らえるときに軌道が真っ直ぐでフェイスがスクウェアになればいいけれども、軌道が安定するには理屈の上ではプレーンが歪まないほうがいいんだよと説明しています。

スウィング軸を意識する

それからだんだんとスウィングができてくると、5月11日のスウィングの基礎練習のところに「スウィング軸」と書いてありますけど、これも比較的早い段階で扱っています。スウィング軸というのは、スウィングする時に自分の頭くらいの太さの電信柱が上半身を通っているようにイメージしなさいと言うんですね。上半身を腰から少し曲げてくの字にしますから、少し斜めにした電信柱がからだの軸にあって、その電信柱を回す(ねじる)んだと。その電信柱を起こしたり上下させると、ボールとの距離が変わるのでダフったりする。それを上下動させるとボールに安定的に当たらないので、上下させないでねじるんだと言って、一人がスウィングする人の正面に立ってその人の頭を軽く持つんですね。スウィングする人は頭が左右や上下に動かないように、軸を一定にしてスウィングするようにさせます。それをペヤでやるんですけどね。こうしてスウィング軸を意識してクラブを振らせることもやります。

ツレバーショットでヘッドスピードを上げる

そして少しフォームができてきたら、ヘッドスピードを上げる工夫をしてみようということで、リストターンを教えます。リストターンというのは手首をちょっと入れる(テイクバックをしながらテイクバックの方向に手首を曲げる)のをコックというんですけど、コックを入れてそれをダウンスウィングしながら外す、野球でボールを投げるときにスナップを効かせるのと同じ原理なんですけど。これを使うとツレバーショットになるというんですかね。どうということかという、スウィングはクラブを腕で振ってるわけですが、その腕の振りおろしの中盤(ボールをとらえる少し前)あたりからコックを外してやるとヘッドスピードがさらに増すんですね。それは腕全体とクラブの二つのレバーがあって、肩関節と手首の二箇所を回転軸にして腕の振りとコックを連動させることになり、それがヘッドスピードを上げる。その使い方を覚える必要があるんだと。初めは腕全体に力を入れて打つんですけど、余分な力を抜いて連動させるとヘッドスピードが上がりボールの飛ぶ距離が伸びます。ヘッドスピードが距離を決めるということはずっと前に説明しているんですけど。ただ、初めのうちはどうしても腕全体に力が入るんですね。僕もそうでして、いまだにそうなんですけど。正確にボールを捕らえないといけないと思うと、あまり手首や腕をぐらぐらさせたらスウィング軌道が不安定になるような気がするんですね。だから固定しなきゃいけないということで固いフォームを作りがちになる。私もそうだったんですが、そういう子が結構いるんですよ。真面目な子ほどそうですけどね。ずらしてはいけないと。それからだんだんと力が抜けてくる。

その時に、腰の回転を先導させて、それから腕の振り、そしてコックというふうに、スムーズにエネルギーを連動させていくとヘッドスピードが上がっていくんだよということを一応説明します。だけどすぐに理屈通りにはいかないようで、それでも彼らは理屈を説明するとなるほどと思うらしく、納得はしてくれます。それで、コックとリストを使ってビュンビュン振る動作も入れながらスウィング練習もします。

これをあまり早い時期にやるとスウイングが結構乱れてきます。からだや筋肉の使い方がまだ十分にわかってないですから、これを意識すると他のことを忘れちゃうというか、指導のタイミングが難しいと思いました。野球をやっている子やテニスをやっている子はわりあいゴルフスウイングに与しやすいようで、早く覚えてくれます。学生によっても、スポーツ経験によっても、どういう時期に何を言ってあげたらいいのかは一様ではないなと思いますが、そんなに個別のメニューを作れませんので一斉にやりますけど、そんな印象を持っています。

応用的な練習段階

この頃からプラスチックボールとゴルフの実球とバードゴルフのボールの三つを使い分けます。毎回、授業のはじめにウォーミングアップを兼ねて、それぞれの学生のスウイングチェックをします。その後、球を打ち始める。最初はプラスチックでやります。プラスチックはフルスウイングで打てますが、実球ではできません。プラスチックボールだと飛んでもせいぜい20~30mくらい、フワーッと飛びますから。だけど飛び方はわりあい正直で、フェイスが開いていると右の方向へシュート回転して飛んでいくんですよ。いい当たりで飛ぶとクラブフェイスのロフト（角度）にあった飛び方をします。例えばショートアイアンだと、きちっと当たればフワーッと上に上がりますし、ミドルアイアンからロングアイアンだとライナー性の飛び方をします。プラスチックの軽いものでも、打ってみるとクラブフェイスのスイート部分に当たるとあれでも感触がいいんです。ゴルフボールの方がはるかにその差が出ますが、あのボールでも結構感触が得られるんですよ。ですからプラスチックボールも初心者にとってはそれなりに意味のある道具です。

もう一つはバードゴルフ。これはご承知のようにバドミントンの羽根みたいな形をしたボールで、羽根で空気抵抗を受けてフルスウイングで打ってもあまり飛ばないので、狭いところでもフルスウイングで打てる。距離的にはプラスチックとよく似た飛距離ですが、プラスチック以上に重みがあるので打つ実感があるわけです。こうもり傘を逆さまにしたような網を立てて、そこをめがけてフルスウイングすると、うまく方向と距離が合うと、9番アイアンとかウェッジで10数ヤード飛んでスポンと入るんですよ。ホールインワンというわけです。

そんな3種類のものを使ってグループに分けてサーキュレートさせます。ケージで実球を打ち、その前のバラスを敷いているスペースでバードゴルフ、パレーコートでプラスチックボールを使ってフルスウイングさせます。それぞれの打ち方を練習できますのでそれが中盤の時期の授業です。その間、ケージのところにきたらビデオをセットしておいて5人で一組くらいのグループになっていますから、一人ずつ撮り合いっこをして自分たちでフォームチェックさせます。雨が降ったときはその撮ったビデオを見て時々アドバイスします。ケージの前でのビデオチェックの時はアドバイスできないんですね。3箇所を見て回らなきゃいけないので。それが難点なんですけど。そのビデオをもうちょっと有効に使いたいと思っています。プロのスウイングのビデオもあるんで、雨の時はそれを見せたりもします。彼らにとっては自分のフォームがどうなっているのかということを確認するという方法はかなり有効なようで、納得しているような気がします。手応えはありました。最近ではビデオを常にセットしておいて、回ってきたら自由に自分たちでチェックするというやり方をしています。

バードゴルフでラウンド

6月15日に「バードゴルフコンペ」というのがありますが、これは割合評判がいいんです。バードゴルフでゴルフのようなコースを回る設定ができるんですね。網でできたコウモリ傘のような道具を4基買ってもらってるんですけど、ケージの前のクヌギ林のところまで坂口さんが慣らしてくれているので、そこにパー5のホールを作るんです。それから同じところで、駐車場のところにロープを張っていますが、そこからクヌギ林の方に短いホールを作ってパー3のホールを設定する。そうするとホールインワンがねらえる距離になる。それからバレーコートの南側と北側にそれぞれパー4のホールをつくる。そうすると全部で、パー5、パー3、パー4、パー4と四つのホールができる。それを2回まわるんです。資料にそのコンペの成績表がありますが、これは2ラウンドしたデータです。これを翌週に彼らに配って説明する。規定打数より二つ少ない打数をイーグル、一つ少ない場合はバーディ、同じ場合はパーと言うとか、規定打数を超えると1ボギー、2ボギーと数えるとか。コンペでも、前のホールで一番打数の少なかった人をオーナーと呼んで次のホールで最初に打つ、その後、前のホールで打数の少なかった順に打っていくとか、途中はボールがホールから一番離れている人が先に打つ、といったようなルールとかマナーを折り込みながらやります。結構彼らは夢中になります。最後の授業で感想を書かせると、練習場（後半にタチヒゴルフ練習場に行くんですけど）へ行ったことと、このバードゴルフコンペが良かった、充実感があったといいます。ある程度スウィングができるようになった頃にやってあげます。これを2回くらいやってあげるといいんですが、そうするとシラバスのメニューがこなせませんので一回しかできていないんです。

そのあと、パッティングを例のグリーンで練習したり、アプローチショットの練習をしたりという新しい技術を後半に入れます。そしてアプローチショットは、実球を使ってバレーコートで距離を決めて、テイクバックを小さくして短い距離のショットをさせます。テイクバックの大きさによって飛距離が違うということをウェッジを使って実感させます。バードゴルフで使う直径1m余りの輪を真ん中のバレーコートあたりに置いて、それをめがけてボールを落とせるように練習します。ゴルフはどこへ落とすかをイメージしてから打つのが大事だといって、アプローチショットを練習させます。これは実球でやらせます。その前にバードゴルフでロフト（クラブヘッドのフェイスの角度）を使った上げ方をやらせているんですけど、ここでは実球でそれを試みます。バードゴルフのボールは少し大きいので、比較的ボールが上がりやすいんですが、小さくなるとヘッドのソールを正確に入れないうまいに上がらないんですね。それから距離を思い通りにコントロールするのが難しいんですね。この練習は経験者コースの方が効果があるという感じがしましたが、一応初心者にもアプローチショットを練習させます。

民間のゴルフ練習場で打球方向と飛距離を確認

次の6月29日には、民間のゴルフ練習場へ行くを書いてありますね。これは初心者コースですが、最近は3週続けて連れて行きます。その移動がちょっと大変です。大体受講者が20人登録しても、3~4人は登録だけとか一回目のオリエンテーションだけで来なくなってしまいますので、後半で常時来るのは20人の登録のうち15~6人です。そこで、ゴルフ練習場では7~8打席借りて一打席に二人配置します。入場料はタチヒで1打席300円（今は420円に

上がってしまいました)ですので、一人 150~200 円。貸玉料は 1 球 10 円のところ、学割で 6 円にしてくれています。したがって 50 球で 300 円という計算になります。学生達は 10 時半に移動して 20 分ほどかかり、11 時~12 時までの 1 時間を借りるんです。正味 60 分あると結構打てます。1 時限目の授業を受けてから移動してもなんとか間に合います。私が 7 打席分のクラブ(1 打席に 5 本=ウッド 2 本、アイアン 3 本)を車に積んで運びます。学生たちのうち自転車も何もないという子が僕の車に便乗していきますが、ほとんど自転車か電車で行きます、それがちょっと難点です。最初始めた頃は国立駅の北口にゴルフ練習場があったのでそこを利用していたのですが、マンションに変わってしまって、その後、国分寺セントラルゴルフを利用したのですが、料金が少し高くて、しかもあまり融通がきかないので、今はタチヒに行っています。あそこは距離が長いので(300 ヤードあまりある)落下地点が確認できる。彼らは自分の打った球がどういう飛び方をしてどこに落ちるかが確認できるので、きれいに飛ばなくてもかなり満足します。7 打席を回りながら見てあげてちょっとアドバイスするとうまくいくケースが結構あります。最後の日には、50、70、100 ヤードずつの距離に落としなさいといって、一人ずつスウィングとボールの安定度を見ます。そして、授業最終日のミーティングの日に、各自の技術的到達度と課題を簡単にいってあげるようにしています。最近授業終了後に、比較的安定的に打てる学生をエクストラで青梅のショートコースへ連れてあげるようにしているのですが、そのためにも到達度を見る必要があります。7 月 13 日に「技術の到達度チェック」と書いてあるのはそういうことです。この 3 回くらいのタチヒ行きで、一回につき大体 1000 円近くを使います。これが 3 回続きますと結構お金がかかるんですね。この分お小遣いをためておくようにと、最初のオリエンテーションでいいます。

3. まとめの授業と評価など

成績評価にかかわっては、最後にレポートを必ず書かせています。それは自分の技術習得過程を対象化することが大事だからと言って、練習過程を振り返ってみて、練習したときにこうしたらうまくいったとか、私や友達に指摘されてこうしたら良くなったとか、そういう自分が技術を身につけていくプロセスをできるだけ丁寧に再現してほしいと言います。丁寧にいってもなかなか字数を使ってくれないですが、比較的丁寧にレポートされているものを持ってきましたので回覧してください。レポートでは自分の練習過程と技術習得過程を対象化して分析しなさいという課題を与えていますので、分析的に丁寧にレポートしてくれているといい評価をつけているんです。それが一つと、あと出席日数です。講義要項では技術点を評価の要素に入れているのですが、これはあまりウェイトを置いていませんので、主要にはこの二つで評価しています。後ろに授業評価の結果を載せておきましたが、評価結果はかなり高いです。少人数ですから割合一人ずつ見てあげるということをやっていますので、それなりに彼らは満足はしているんだろうと思います。最後のまとめの授業では、もう一つ、ゴルフのコースに出たときにどんなマナーやルールがあるのかをイラストで説明した資料を配付して説明しています。君たちはまだコースに行けないけれども、コースというのはこうなっていると知識として持っているのはいいと思うし、親父さん等に連れて行ってもらうときは、これを見て基本的なルールやマナーを理解して行くとあわてなくて済むということで資料を配って簡単に説明します。以上が最近の私の授業概要です。