3．学校体育における体力の位置づけ ～戦後学習指導要領の変遷を通して～

友添秀則*

●はじめに

本稿の目的は，戦後の我が国における学習指導要領（以下,「要領」と略す）の変遷を通して，学校体育が体力や身体形成をどう位置づけてきたのか，また，体力の育成をめぐる学校体育の現状を明らかにすることである．本稿でいう学校体育とは，小学校，中学校・高校の正課の体育授業や運動部活動を指すものとする．

●子供の体力の現状

子供の体力については，文部科学省（以下,「文科省」と略す）の「全国体力・運動能力，運動習慣等調査」によれば，概ね低下傾向に歯止めがかかってきているとの報告がある．しかし，体力水準が高かった昭和 60 年頃と比較すれば, 基礎的運動能力は依然として低いとの指摘もあり，積極的に運動する子供とそうでない子供の二極化現象が顕著に認められ(小・中の男女とも)，体力低下による将来の疾病等が懸念される状況にある．例えば, 1 週間の総運動時間をみると, 特に中学校女子については，2015（平成 27）年度調査結果では，約 21% が 60 分未満であるという状況であり，そのうち，0 分の子供が約 14% いる．さらに小学校男女及び中学校男子でも 0 分の子供が 3～5% いる状況である（スポーツ庁，2015）.

また，運動部活動の参加率は，中学校女子では 2014(平成 26)年度は 52.7%(日本中体連調べ)で，運動時間が極めて少ないといわざるをえない状況である．中学校段階に入ると，男女とも体育授業以外にまったく運動しない子供が決して少なくない現状があるといえる.

●学習指導要領における体力の位置づけ

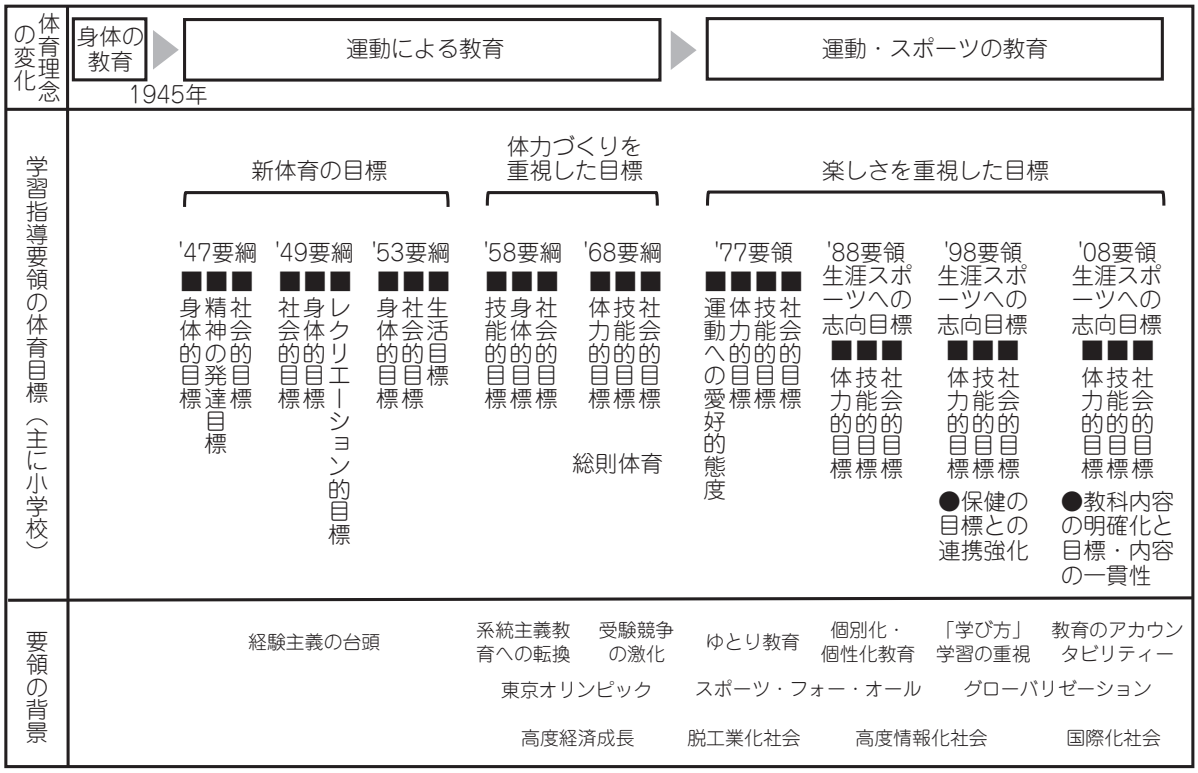
ところで，体育授業の内容は，全国的な教育課程の基準を定めた文科省の要領によって規定される．体育（小学校）・保健体育（中学校・高校）の要領は，1947（昭和 22）年の学校体育指導要綱を皮切りに，1956（昭和 31）年の高校の要領（保健体育科編)以降法的拘束力を持つようになったが, 現行の要領までおよそ 10 年毎に 8 度改訂されてきた.

一般に，要領における学校体育の指導内容は，①体育への時代的・社会的要請，②体育学やスポーツ科学，体育科教育学の成果，③体育への教育学的要請，④運動やスポーツ（文化）の特徴によって規定される．要領の作成過程は，最初に文部科学大臣から中央教育審議会に諮問が行われ，中央教育審議会の下に設けられた教育課程審議会等（改定の折々，会議体の名称が異なる場合がある）で議論され，その後，中央教育審議会から出される答申に基づき，改定の基本方針や原則が決定される．この原則の下で，文科省の中に設置された学習指導要領作成協力者会議（通常 15～20 名）の議を経て各教科の教科調査官が作成事務を担い，文科大臣が官報で告示する．現行のものは小学校・中学校では 2008（平成 20）年，高校では 2009（平成 21）年に改訂告示された.

戦後の体育の要領の変遷を概観すると，学校体育は**表**（小学校の要領の分析による）に示したように，戦前の軍国主義的体育の払拭と経験主義教育に立った「新体育」の時代（1947 年要綱，1949 年要領，1953 年要領)，体力づくりを重視した「体

* 早稲田大学スポーツ科学学術院スポーツ教育学・倫理学研究室

表　学習指導要領の体育目標の変遷



（友添，2010 文献 2 より作成）

力主義体育」の時代（1958 年要領，1968 年要領），楽しさを重視した「楽しい体育」の時代（1977 年要領，1988 年要領，1998 年要領，2008 年要領）と変遷してきた．

●体力向上の取り組みと総則体育

要領では，身体的発達に関わる目標や体力の向上に関わる目標は一貫して掲げられてきた．しかし，いずれの時代にも体力向上を指導内容に明確に位置づけてきたとは言い難いのも事実である．ただ，1958 年要領や特に 1968 年要領では，子供の体力低下の問題を受けとめ，全面的に学校体育でその向上を目指した時代がある．特に 1964（昭和 39）年の東京五輪を端緒に同時代の高度経済成長下における健康に対する脅威が叫ばれた時期には，五輪での体力科学の成果を活かしながら，技能関連体力（skill-related fitness）の重視と健康関連体力（health-related fitness）の重視が要領にも反映し，1968 年要領から，いわゆる「総則体育」が誕生した．この総則体育とは，要領の「総則」の第 3 項目で，「学校における体育・健康に関する指導は，生徒の発達の段階を考慮して，学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする．」との文言が入ったことを受けて誕生したものであり，全国の学校で子供の体力向上に向けての取り組みがこの総則体育で行われるようになった．具体的には始業前の業前体育，業中体育（授業の合い間，例えば 2 時間目終了後 30 分など），業後体育（放課後）という体力づくりの時間枠とプログラムが設定されるようになった．

この総則体育では結果的に，腕立て伏せ，サーキットトレーニング，長距離走など，体力の育成の掛け声で，子供の興味をあまり重視せずに，やらされる運動や強制される運動が多く用いられたという．つまり，子供側からすれば，運動の必要性の理解の欠如と教師側の教材開発が不十分で，結局，運動の生活化は果たせず，運動嫌いや体育嫌いを少なからず生み出し，体力向上の成果を十分に上げることができなかった．

その後の昭和 50 年代の体育以降，世界的な潮流もあって逆に楽しさを体育授業の本質とする「楽しい体育」の時代に突入することになったが，昭和 60 年代をピークに，子供の体力低下は著しくなった．

●「体つくり運動」と体力向上

子供の体力低下が顕著になった平成年代に入って以降,「体つくり運動」が 1998（平成 10）年告示の要領から新しい領域として登場し，小学校 5, 6 年生以上から中・高校に導入された．特に体つくり運動領域の「体力を高める運動」では,（ア）体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動,（イ）力強い動きを高めるための運動,（ウ）動きを持続する能力を高めるための運動が示され（1998 年中学校要領), 特に子供の体力低下が社会問題となって以降の現行の要領では，小学校 1 年生から高校 3 年生まで，すべての学年に「体つくり運動」が導入されるようになった.

現行の要領では，中学校では各学年 7 単位時間以上必ず行うこととされ，高校でも各学年 7～10 単位時間程度が必修となっている．小学校の低・中学年では, 多様な運動感覚づくりが目的とされ, 動きづくりの運動と「体ほぐしの運動」を中心にバランスよく授業を行うようになっている．中学校及び高校では「体力を高める運動」と「体ほぐしの運動」をバランスよく実施して，体つくりを行うこととなっている.

●「体つくり運動」の授業の限界

現在，学校体育では，小学校高学年，中学校及び高校の「体つくり運動」領域の「体力を高める運動」を中心に，各学年の各運動領域と連携して体力向上が図られているが，現実的には，授業だけでは限界があり，家庭や地域との連携が何よりも重要である．むしろ，授業では自分の体力の実態把握や体つくりの重要性の理解に重点をおき，授業を通して運動を普段の生活に活かしたり，普段の生活の中で体力の向上を実感させることが大切であろう．そして，小・中・高校を通じて，体つくり運動以外の領域においては，学習した結果として一層の体力の向上が図れるよう指導の在り方を考えていくことが望まれる．いずれにせよ，現行の要領では体力は体育で保障すべきものとの明確な位置づけが行われている.

●おわりに

最後に，子供の体力を高めるために以下の事柄が望まれる.

1）社会全体の子供の体力低下に対する危機意識の共有.

2）子供の体力向上のためのエビデンスを伴った情報の提供.

3）体育という教科のこれまでの教科観の再検討.

4）小学校教員の体育専科制.

5）子供の発達段階に応じた教材開発と教材の創案.

6）運動部活動の活用と見直し.

7）体育と保健との連携強化.

8）遊び時間，休憩時間，放課後の有効利活用.

文　献

1）スポーツ庁：平成 27 年度全国体力・運動能力．運動習慣等調査報告書．2015.

2）高橋健夫，岡出美則，友添秀則ほか編：新版 体育科教育学入門．大修館書店，2010.

3）友添秀則：体育の人間形成論．大修館書店，2009.