

体育の歴史と役割

大 塚 正 美

Abstract

Physical education, Taiiku, is an essential one of the three pillars of education along with intellectual education, Chiku, and moral education, Tokuiku. Physical education has been taught as subjects in schools. As "mental and physical health" has recently become a major social problem in Japan, physical education as well as sports are expected to play important roles in solving such social problems. There is, however, a big difference between physical education and sports. In the former, students are forced to practice a sport even if they don't want to do, while in the latter, people can join a game as players voluntarily and willingly. The Ministry of Education and Science seems to have been recommending life-long sports activities in a community. As physical education is not always a fun for students, it tends to be regarded as an outmoded and coercive one. Therefore, now is a time to rethink new roles of physical education to adjust to the present situation. This essay first attempts to overview the history of physical education and then clarifies the different roles of physical education from those of sports. The author concludes that the zero-tolerance system which has been introduced in the countries like the United States should also be adopted in the Japanese physical education in order to teach students to be more disciplined and sociable.

1. はじめに

体育は、知育・徳育と並び教育の3本柱として欠かせない大きな柱の1つである。体育は、学校における授業の教科または科目の一つとして小学校から高等学校まで実施されている。スポーツ等を通して“心身の健康”を育成する目的として行なわれている。

現代は“心身の健康”が学校教育だけの問題でなく社会の問題とも成っている。また、日本人の体力低下は年々下がる傾向とされている。当時の文部省が1964年から1998年までに実施した文部省スポーツテストによる調査結果では、1980年以降の体力低下が特に懸念されている。また、1990年より毎年間に3万人を超える自殺者（警察庁統計資料2010年5月発表より）を出している。体育についての取り組みや実践を現状に沿って考え直さなければいけない事態と言えると思う。

1999年に当時の文部省が高等学校に、体育理論・体づくりおよび野外活動を学習指導要領に指定している。このことから体力低下を体育教育で行う必要性が高まっていると考えられる。さらに、生涯スポーツの推奨と地域スポーツ振興が厚生労働省からも指導されている。このような、国を挙げての取り組みは実施方法に偏りが出てしまう場合もある。

体育とスポーツの意義はすべてに関しても同じものではないと思う。一般的に体育は学校教育の教科であり、スポーツはその体育の教科・教材として実施されることが多い。体育は教育的効果を求めて時間をかけての実践や基礎的行動が多く実施されることがあり、一般的には強制的で楽しみの少ないものとして捉えられることがある。一方、スポーツの特性はゲーム性が多く楽しく結果に結びつきや

すい特徴と実践以外に観戦をする者が応援者としてもゲームに参加する楽しみがある。また、スポーツは直接的にビジネスとも結びつきやすくスポーツビジネス産業は発展の一途である。体育のイメージは古臭く強制力が大きい、スポーツのイメージは開放的で個人を大切に考えられて楽しめるものと極端に思ってしまう傾向がある。

今、体育はあらたな時代に向けて変革の時期を迎えていると考えられる。現代社会にあった体育の役割があると考えられる。それには、体育の歴史的を参考にすることが重要であるとする。

2. 体育とは

1) 体育の起源

体育という言葉は、Physical Education として、1876 年（明治 9 年）に近藤鎮三（1849 年～1894 年）によって文部省の教育雑誌の中に使用されたのが最初とされている。当初は“身体に関する教育”として扱われ、その後、“身体之教育”から“身体教育”に、そして“身教”を経て、“体育”に至った。実際に、学校教育で“体育”という言葉が使われたのは、その後 70 年以上経ってからの 1947 年（昭和 22 年）と成っている。太平洋戦争終戦後にアメリカの占領政策の一つとして学校体育指導要綱が定められた。それまでの体練科が体育科として改められた。運動に関する教科としては、時代ごとで、遊戯、体操、教練、体練といった用語で位置づけられていたが、体育という言葉は用いられてなかった。体育に変わるまで用いられていた“体練”は、戦時の体制にともなって作られた言葉であり、“教練”“体操”“武道”の三分野からなる科目と成っていた。この体練が学校教育の体育として位置付けられたことは、ほとんど論議をされずに名称の取り扱いで現在に至っている。元々は、教育思想の中から体育という言葉が生まれたのに対して、終戦を機会に教練に当てはめられた経緯がある。現在でも、体育は精神論や体罰と結びつきやすいのは、この経緯が大きく影響していると思われる。そして、スポーツとの混同が体育の役割を阻害していると考えられる。体育とスポーツについては、諸氏が自身の専攻により論じられている。一般的に、体育は知的教育であり、スポーツは文化的活動とされている。

【体育とスポーツの主なイメージ分類例：大塚】（表 1）

	体育	スポーツ
指導体制	・指導者が単一 ・思想優先 ・学校での活動	・複数の指導者と受講者 ・勝敗、楽しむことが優先 ・課外活動が中心
主な指導の方法	・一方的な指導 ・指示どおりに動く ・総合的運動	・自立できるような指導 ・指示以外での動きを求める ・単一種目運動
管理体制	・指導者の管理	・自己管理
受講者の反応	・強制力を感じる ・集団行動が身に付く ・苦手意識	・達成感を感じる ・個人能力を発揮 ・好き嫌いに分かれる

スポーツを教材の一種として指導するのが体育であるとすることや体育を健康科学と結び付けて知的教育の一つとして指導すればよいとする考えもある。体育はスポーツとのバランスから本来の役割を果たさなければならないと考える。それには、明治時代に入り、福沢諭吉(1835年～1901年)の“学問のすゝめ”中で教育の基本は「知育・徳育・体育」の3育であるとしたように、体育の役割は教育の柱として機能することが重要だと考える。ちなみに、福沢諭吉の3育の考えはハーバート・スペンサー(1820年～1903年)の教育論(1861年)を基にしたものとされている。このように体育という言葉は、明治以降になって定義づけられた経緯がある。

2) 時代と体育

体育は明治政府が、富国強兵のために兵士育成としての役割を担った経緯から始まった。例えば、2012年度より実施される新学習指導要領(高等学校)で示されている“心と体を一体ととらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動を親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成の向上を図り、明るく豊かで生活を営む態度を育てる”ことが規定されている。体育は各時代において常に教育的要素を持ち実践されるものであると理解できる。時として、平和な時代は体育の要素を必要性とするよりスポーツの要素を必要とされることもある。近年になって直面している体育の時間に“駆けっこ”で競走より平等が優先され先頭でゴールする生徒が後から来る生徒を待ってゴールをする“順位”をつけない状況の体育が行われていたりしている。また、サッカーでは“ラインサッカー”が導入され動くエリアを限定し平等にボールがわたるチャンスを増やし、動ける生徒の運動量を制限する種目も採用されている。これらは、教育的配慮を履き違えた頭れに繋がっていると考えられる。

例えば、駆けっこで敗れることや、サッカーでボールが回らないために得点ができないことが“どうしたら”“なんで”の疑問を持たせ、努力や工夫等の考える力に繋がり物事の理解と計画的な実践となることが目的であり重要であることを教育する。そして、近年では心身のバランスを崩し“こころの病”に陥る傾向が強いとして、新たに体育に保健教育も加わった。安全面は基より疾病の教育が体育に加わったのである。このように、体育は保健面の充実が加わったことで新学習指導要領の改訂に繋がったと考えられる。

肉体を鍛えるだけの体育として扱われていた時代から、スポーツの導入を経てレクリエーション的体育になり本来の教育的要素を持ち合わせた体育に至っている。2002年より、健康と栄養の意義を唱えた“21世紀における国民健康づくり運動(以下、健康日本21)”が(財)健康・体力づくり事業財団によって実践されている。2010年に最終評価を下して今後の国民に対しての指導が出される。その中では健康増進法も盛り込まれている。残念ながら、健康日本21は“身体運動”については特に強い指導は触れられていない。健康にたいする環境と栄養摂取と衛生面の環境については健康増進法の後押しがありながら強い指導となっている。新学習指導要領のように肝心の“身体運動”を考慮した体育が盛り込まれることや学校体育と連携することが必要であると健康日本21では唱えられていない。

3. 体育のねらい

明治政府は、西洋の近代国家体制を例に体育も兵士の養成に導入した。体制だけを取り入れて、イギリスなどが求めている“自由主義に支えられた人間形成”“将校を育てる”とした教育的な面に対しての配慮に欠けていたように思える。明治政府が、“将校として教育的な側面をもった判断力を養う体育”と“兵士として忠誠心を植え付ける体育”とに使い分けられたことが、スポーツと体育の分かれ道になったのである。前者の体育は、スポーツ的な思考も強く後に課外活動としてのスポーツに繋がった。そして、後者の体育は教練中心の指導型体育として型にはまった体育に進展して行くことになった。

体育の実践の経緯から近年の生活状況を考慮した新学習指導要領は年齢と保健衛生面が加味されている。新学習指導要領の教育目標は、以下のように学年ごとや保健体育を極め細やかに規定している。

【小学校の体育目標】

『運動技能を経験によって獲得し、健康・安全に関する知識を身につける。これによって運動能力の習得と体力向上、生活態度の育成を目指す。』（新学習指導要領より抜粋）この目標は、イギリスが求めた“人間形成”を育てる教育的な面に則しているように思う。経験を通して、知識を身につけ習得し、生活態度を養うことは正しい体育の役割である。

【小学校の学年目標】（表 2）

1 年生・2 年生	ルールの遵守や協調性を重視。以後の活動の根源にする。
3 年生・4 年生	低学年の目標に、保健の知識を習得する。
5 年生・6 年生	中学年の目標に、記録への挑戦が求められる。

（新学習指導要領抜粋）

1 年生・2 年生の低学年で、ルールを守り協調性を身につけることを行い 3 年生・4 年生の中学年で保健を習得し、5 年生・6 年生の高学年には協調性を持ちながら記録への挑戦とされている。

【基本の運動】

『走・跳の運動』

徒競走や幅跳びなどの陸上競技をはじめとした基本運動を行う。

『力試しの運動』

相撲に類似したゲームをはじめとした、筋力増強につながる運動を行なう。

『器械・器具を使つての運動』

跳び箱・鉄棒・マットをはじめとした器械運動につながる全身の巧緻性を高める運動を行なう。

『用具を操作する運動』

縄跳び・竹馬・一輪車をはじめとする手具操作技巧を高める運動を行なう。

『水遊び』

水泳の前段階にいる低学年の運動。中学学年では 3 年生のみ「浮く・泳ぐ運動」とし、4 年生から

「水泳」として独立させる。

『表現リズム遊び』

低学年で実施されるダンス・物まね遊びなどの全身表現活動。中学年からは「表現」として独立させる。

以上が基本の運動とされている。個人競技から記録の競い合い、運動補助などの助け合いや交流活動も積極的に組み込まれている。そして、基本の運動に下記の種目を取り入れることが規定されている。

【ゲーム】

低学年・中学年に設定され、高学年では細分化され独立されている。体力の向上以外に集団での遊びを通してローカルルールやチームワークの創造と涵養の養成が求められている。

『鬼遊び』

低学年で実施、「鬼ごっこ」のバリエーション（高鬼・影踏み・警泥など）を通じて目標達成を目指す。

『ボールゲーム』

「転がしドッジボール」、「ミニサッカー」など低学年で実施し、球技の基本事項と技能を身につけさせ、中学年ではバスケットボール型の「ポートボール」をはじめ本格的な3オン3などに発展させることが可能であり、サッカー型ゲームはヘディングを用いないように成っている。シュートはグラウンダーと初心者向きのローカルルールを用いてもよく、ベースボール型ゲームはハンドベースボールや三角ベースなどの導入を行なう。

これらのゲームは集団競技としてのチームワークと作戦構想などを養わせることや運動が苦手な児童への対策としてハンデ戦とローカルルールで擁護することが課せられている。

【器械運動】

4年生より実施され、3年生は「器械・器具を使つての運動」とされ、跳び箱の支持飛び越し（開脚飛び）は必修となり、鉄棒・マット運動では連続技の習得を行なう。

『飛び箱運動』

支持飛び越し（開脚飛び）の必修以外に、閉脚飛び越しの習得やマット運動と組み合わせた台上前転やヘッドスプリングの実施を行なう。

『鉄棒運動』

「逆上がり」を中心に「足掛け上がり」、「前方支持回転」「後方支持回転」「後方足掛け回転」「前方足掛け回転」「後方飛び降り」「前方踏み越し降り」の実施と「こうもり振り降り」を取り入れる。

『マット運動』

必修ではないが、慣習的に中学年は「開脚前後転」と「側方支持回転（側転）」

と成っている。高学年は「倒立系」のマット運動と「飛び込み前転」「伸膝前後転」や「ハンドスプリング」のようなスピードと技の習得をする。

これらの種目は、危険性が伴うので児童への安全配慮と注意が必要となる。特に瞬発系の種目に関しては身体にかかる負担も大きいことから、怪我につながらない対策が必要となる。

【水泳】

一般的には、寒冷地と水泳設備のない学校で取り扱っていない。実施校は中学年前半に「浮く・泳

ぐ運動」から入り、中学年後半になり「競技型水泳」に移る傾向にある。「クロール」「平泳ぎ」は必修であり、「背泳ぎ」を取り入れることも可能とされている。スタートは、過去に事故が多かったことから水中での「キックスタート」が主流となっており、「逆飛込み」は実施校の判断で行っている。ちなみに、スタートは指導することが義務付けられている。ターンに関しては、特に指示されていないために指導されていないことが多く「クイックターン」が出来ない児童は多い。水泳の場合は、タイムより距離に対しての取り組みが多く成っている。そして、安全指導として「着衣泳」を実施校の裁量で行っている。

【表現運動】

身体を使って様々な“物”“事象”を表現する「表現運動」と「フォークダンス」が必修に成っている。これらは運動会で行われる「組体操」と「民謡」として実施されることも多い。

【陸上競技】

高学年より「短距離走」「リレー」「走り幅跳び」「走り高跳び」が必修となっている。取り組み方に、球技と同様な平均化を取り入れるやり方がある。「10秒走」は10秒で走れる「距離」を測定する。また、走ることの苦手な児童のために「ハンデリレー」を導入することもある。そして、「走り高跳び」の恐怖心をなくすために、バーをゴム紐に代用している。

【ボール運動】

高学年より、「バスケットボール」「サッカー」が必修である。「ソフトボール」と「ソフトバレーボール」は選択種目に成っている。地域によっては「ハンドボール」などの種目を差し替えることも認められている。ローカルルールなどの人数やハンデなどの導入を行っている。

【体づくり運動】

高学年で実施されている。「体ほぐしの運動」はウォーミングアップ・クールダウンの理解と実施を行う。この時に児童のスキンシップを図り相互の関係を深めることを目的とする。「体力を高める運動」は単独の種目での実施は少なく、授業の導入や終了時に実施されることがある。両者とも技能の習得以外に理解を求められることが多い。

【保健】

2003年度から以下のように実施されている。

3年生：健康な生活

内容；食事、運動、休養、睡眠、清潔、生活環境

4年生：体の変化

内容；発育（食事、運動、休養、睡眠）、性徴（初経、精通）

5年生：けがの防止

内容；手当、環境整備、心の健康

6年生：病気の予防

内容；喫煙、飲酒、薬物（有機溶剤と覚せい剤）の防止

このように、小学校から体育に関しては明確な課題と目標が課せられている。幾つかの種目に関し

ては、スポーツのような特徴である勝敗や活動範囲の制限を設けることについて物議を読んでいるが基本的にはゴールデンエイジとプレゴールデンエイジあたりの成長段階に沿った内容と思われる。

4. スポーツと体育

スポーツと体育は実施目標と取り組み方によって違いが感じられる。一般的には学校では体育であり、課外および学校以外ではスポーツの活動がそれぞれの特徴を生かすと考えられる。しかし、お互いの特徴と背景によって実施されているのが近年の状況のように思う。体育とスポーツと同様に考えられて実施されることが多い。体育という言葉と取り組みは近年になって整ったが、スポーツは人類の歴史的・文化的な発展から実施されて来ている。

1) スポーツの歴史

一般的に、西洋と東洋を問わずにスポーツは、神事と大きな関わりがあるとされている。五穀豊穡と天候、病等に際しての踊りや力試しを奉納されたことが発祥とされている。やがて、踊りはダンスとなり個から集団へ発展し、力試しも個の能力から対決へと発展して行くことに成る。お互いとも当初は演じること試すことは収めるもので披露するものでは無かった。人々の貧富の差が出始めると富める者が報酬を与え、踊りと対決を行わせるように成った。ここで、見せる者と見る者にスポーツは大きく発展する。ちなみに、両者の関係は形が少し違いますが現在まで続いている。このような発展の経過からスポーツは集団と力の要素を戦争という出来事に利用されることが多くあった。戦争が終着すると、そのエネルギーを祭典として生まれたのがオリンピックと成った。このようにスポーツは歴史的に暗い部分と明るい部分を担ってきたと言える。

【スポーツの発祥と変遷例：大塚】(表 3)

	主な時代背景と目的
1	未開生活の身体運動・・・踊り → ダンス 神事の祭り（儀式）・・・収穫の喜び、感謝・安全への祈願 【自らが行い楽しむことも目的としていた】
2	宮廷娯楽の身体運動・・・遊戯 → 創作ダンス 限られた披露宴・・・宮廷の身内へ見せる 【魅せるダンスとして発展する】
3	勝冠競技（ギリシャ時代）・・・強い戦士の発掘 力と能力のあるものを兵士として雇用する 【強い競技者が兵士として高い報酬を得る】
4	古代オリンピック・・・エネルギーの変換
5	軍事訓練（第一次世界大戦） 個より団体の士気統制として訓練になる 【集団行動、トレーニング → 教練】
6	近代オリンピック・・・平和への祈願

2) 体育とスポーツとの併用での教育

体育は教育的配慮が優先されると、平和的・平等的な要素が大きいのでスポーツ的要素を場合によっては著しく軽減させてしまうことがある。一方的なスポーツ主義ではなく、教育的なスポーツ特性を生かした育成システムの構築が必要と考えられる。

欧米のような体育は学校でスポーツは学外でのスポーツクラブ等と明確に役割配分も分業ができている状況であればお互いの利点で目的の追及が可能であると考ええる。しかし、日本の現状は体育が担う課題と目標は高く新学習指導要領のような状態と成っている。多様化した子供と保護者を現状の体育教師だけでは負担が多くなり趣旨から外れた教育になりやすいと考える。

課外体育として行われている“部活動”の曖昧な位置関係と総合型地域スポーツクラブ（2003年より文部科学省が都道府県に立案実施）がさらなる体育を混迷にさせているのが懸念される。アメリカは1997年に教育方針の一つとして「ゼロ・トレランス方式」を採用して、規則と社会性を育むのは子供頃から家庭で行うこととした。これは“子供中心主義”から親の家庭教育を重視したものである。これによって、学校での規則と社会性を教えての教育に対しての負担が軽減され暴力的行動とう犯罪も激減された。

[ゼロ・トレランスの区分]

- i. 学校は、本来、規則を守らない生徒たちにあえて規則をまもらせようと無益な努力を重ね、必要な教育力を消耗する場所ではない
- ii. 学校は、きちんと規則をまもることのできる生徒だけを受け入れ本来の教育を施す場所である
- iii. 規則を守らない生徒は処罰するか、排除するしかない
- iv. 子供に規則を守るように教え、きちんとしつけるのは、親たちの義務であり、家庭教育の問題である

このように、規則と罰則を明確にできれば体育の役割負担がさらに少なくなると考える。教育問題を家庭と分担し、総合型地域スポーツクラブを通してスポーツの利点を導入することで、より一層体育を通した教育が行われると考える。

5. まとめ

スポーツの特徴は“ルール、技術の習得・肉体鍛錬（継続）、楽しむ”である。体育の特徴である“身体教育（Physical Education）”と結び付けることは、現状として複数の障害があると考えられる。まずは、体育が教育的思想の下で実践されることが大切であり重要だと思う。そして、一時期方向が軍国主義の道具として扱われた時代を認識して、精神論や命令系統を忠実に行動させる強制力だけを植え付けさせる体育の間違いを繰り返さないことが必要だと思う。

最後に、近年は特にスポーツとの混同を避けなければいけないと思う。新学習指導要領に指針として掲げられたことは、今の社会に求められていることだと考える。しかし、生活規範がしっかりとしていない日本では体育に求められる役割は多大で複雑極まりない状態と成っている。すでに、学級崩

壊やハイリスクの子対策に国を挙げて対処したアメリカをはじめとして数カ国で実施され始めているゼロ・トレランス方式を導入すれば、体育に求められている規則・社会性の教育に対してより一層の効果が得られると考える。

【参考文献】

- 生涯体育の科学 鎌田章他著 (株)遊戯社 昭和53年4月10日
- 体育の文化史 岸野雄三著 (株)不昧堂出版 昭和34年9月15日
- 現代トレーニングの科学 猪飼道夫他著 (株)大修館書店 昭和43年4月15日
- スポーツ文化論 寒川恒夫著 (株)杏林書院 1994年3月25日
- 生活の保健学 秋山房雄著 (株)杏林書院 1982年10月6日
- 健康・体力づくりマニュアル 青木高監修 (有)ブックハウス・エイチディ 1983年6月21日
- スポーツ文化の脱構築 稲垣正浩著 (株)叢文社 2001年7月20日
- スポーツ倫理を問う 友添秀則共著 (株)大修館 2000年9月20日
- 人体は進化を語る 坂井健雄著 (株)ニュートンプレス 1998年11月10日
- 図説 運動処方論の理論と実践 波多野義郎著 (株)コム 1998年3月14日
- 人間とスポーツ 亜細亜大学・文化研究所 (株)南窓社 平成6年3月31日
- 身体感覚を取り戻す 斎藤孝著 日本放送出版協会 2000年8月30日
- スポーツを殺すもの 谷口源太郎著 (株)花伝社 2002年10月13日
- 教職論 佐藤徹編著 東海大学出版会 2010年3月31日
- 先生のためのアドラー心理学 赤坂真二著 (株)ほんの森出版 2010年1月7日
- 児童心理 8月・9月号 深谷和子編集代表 (株)金子書房
- 児童心理 6月・9月号 深谷和子編集代表 (株)金子書房
- その子育て科学的に間違っています 國米欣著 (株)河出書房 2010年6月20日

