

各科教育法双書

7

体育科教育法

浜田靖一 編著



学文社刊



376690

体育科教育法

日本大学教授

浜田靖一 編著



東京学文社 発行

編著者紹介

はま だ せいいち
浜田靖一

日本大学教授

日本大学文理学部で方法論，体操，体育学演習，体育
科教育法を担当。

執筆者協力者

ながし まさとし
永嶋正俊

日本大学文理学部

サッカーの指導計画の例（高等学校）

やまがし あき お
山岸明郎

日本大学文理学部

バレーボールの単元計画の例（高等学校）

バレーボール学習指導案（高等学校）

すず き ひでお
鈴木英夫

横浜商科大学

わが国の学校体育の歴史

ながさ わねり で
長沢宗英

新潟県国上中学校

格技＜柔道＞指導案（中学校）

体育科教育法

昭和54年5月20日 第一版発行

検 印
省 略

編著者 浜 田 靖 一

印刷所 有限会社 修 文 社

発行所 株式 学 文 社
会 社

代表者 北 野 登

〒153 東京都目黒区中目黒1-2-6

電話 (715) 1501 振替東京 3-98842

（落丁・乱丁の場合は本社でお取替します）

定価はカバーに表示

3337-220008-1023

は し が き

私は大学で体育科教育法の講座を担当してすでに20年になる。また小学校、中学、高校での体育指導の経験もかなりながい。その間、体育指導者を対象とした講習会のような短期的、こまぎれの指導の経験ももっている。しかしいずれも快心の指導であったと満足できるものはごくすくない。多くは冷や汗ものである。ふりかえって心から体育の指導はむずかしいものだと思っている。

指導にとって経験は大切であり尊重されなければならないが、指導は単なる経験のくりかえしだけではだめである。よくいわれる、手なれたソツのない体育の指導をみることがある。なるほど見た目はたしかになめらかであるが、それが果たして児童・生徒の体のなかにしみこんで彼らのものになっている指導かどうかを疑問に思うことがよくある。体育の指導は表面をスルスルと流れていってしまうようなものであってはならぬと思う。体のなかに浸透して将来も継続的に役に立つものが育ち、あるいは残るものであって欲しいと願うのである。この願いをかなえてくれるものは綿密な計画性と謙虚な反省、その下地に熾烈な教育愛がなければならぬと思う。

体操はただ形式的な格好と順序を教えてから号令をかけてやらせ、スポーツはルールを教え、技能の伝達をすればよいとするような考え方のなかにはほんとうの体育の指導法は存在しないはずである。体育の指導法で自戒しなければならぬのは形骸化と惰性であると思う。体育の指導法こそいつも初心にかえって新鮮な意欲をもった働きでなければならない。

さて教育界というところは地味なわりあい流行に敏感なところである。体育の指導法もちろんその例外ではない。海外の教育思潮や目新しい指導法が流行衣裳のように流入してくる。教育的な面での食欲の旺盛なことは悪

くはないが吟味もしないで何でもまっさきにとびついていくことは危険である。とくにそれが発育盛りの児童・生徒の心身を扱う体育科の指導にとってはおしかりである。流行の衣裳なら、ぬぎすてればよいが体育の教育はそれではすまないところに慎重さを要するゆえんがあるのである。

体育科教育に関する本もかなり出されているし参考になるものもすくなくない。しかし概して本質論や海外における体育思潮や方法論の翻訳臭の強いものが多い。また他学科の指導法を体育に転移をはかり、しっくりしないものもある。海外の新しい考え方や方法に目をむけ研究することは今後大切なことであるが、不消化のまま利用を考えることは注意しなければならないと思う。どんなによい方法でも社会的な環境や社会機構、民族性、経済状態のちがいのなかでは生かされないものも多いはずである。現在の日本にしくりした、現在のこの日本の学校教育のなかで生かさせる、よりよいものの追究がその姿勢でなければならぬと思うのである。前述のように私はながく体育指導にたずさわってきたが、体育の指導性が一番重視され大切にされているのは幼稚園と小学校であると思う。少しうすれても中学校どまりで高等学校、大学においては理念や技術指導が幅をきかせ指導法などはあまり問題にされない場合が多い。指導者もトレーナーやコーチー的性格の人が多く技能の伝達にウェットがおかれていることが多い。しかし高校・大学こそ体育の指導法を重視改善してゆくことが生涯体育のいちばん近道につながるはずである。以上のような現場的・今日的・経験的立場の考え方に立ってこの小著をつくりあげてみた。

小・中・高校で体育指導の授業を担当している先生方やこれから体育指導者として現場に出ようとする学生諸君の勉強の参考になれば幸いである。

昭和 54 年 3 月

編 者

目 次

第1章 体育の目的・目標

- 1 教育のなかの体育の位置をどう考えるべきか…………… 1
- 2 体育のねらいと学校体育の目標はどのように結びつくか…………… 3

第2章 体育科教育のあり方

- 1 保健体育科の目標は何か……………10
- 2 教育課程と保健体育科の関係はどうなっているか……………13
- 3 体育科教育はどんな特徴をもっているか……………15
- 4 体育の基本的性格とは何か……………17

第3章 運動領域

- 1 運動領域はどうなっているか……………21
- 2 体操の特性と内容はどうなっているか……………25
- 3 器械運動の特性と内容はどうなっているか……………35
- 4 陸上競技の特性と内容構成はどうなっているか……………41
- 5 球技の特性と内容はどうなっているか……………46
- 6 格技の特性と内容はどうなっているか……………54
- 7 水泳の特性と内容はどうなっているか……………58
- 8 ダンスの特性と内容はどうなっているか……………63
- 9 体育理論の特性と内容はどうなっているか……………69

第4章 計画と指導

- 1 体育の指導計画はどのようにたてられるか……………74
- 2 体育の指導はどのようにしたらよいか……………80

3	どんな形の指導法があるか	82
4	評価とは何か	85

第5章 学校体育における問題点

1	学校体育における基礎・基本とは何か	92
2	学校における体力づくりはどうあるべきか	97
3	学校における集団行動はどうあるべきか	102
4	指導要領のもつ拘束性とはどんなものか	105
5	第3体育とは何か	107
6	特別活動について	108
7	教育に関する勅語とは何か	109

第6章 わが国の学校体育の歴史

1	戦前の学校体育	111
2	戦後の学校体育	122

〔付録1〕	指導計画の実例	136
-------	---------	-----

単元	サッカー指導計画の例（高等学校）	136
----	------------------	-----

	バレーボール指導計画の例（高等学校）	139
--	--------------------	-----

	バレーボール学習指導案（高等学校）	139
--	-------------------	-----

	格技＜柔道＞学習指導案（中学校）	141
--	------------------	-----

〔付録2〕	指導計画作成のための資料	149
-------	--------------	-----

第1章 体育の目的・目標

1 教育のなかの体育の位置をどう考えるべきか

体育は教育の一側面であり、そのねらいは同じであるという考え方が現代の社会のなかに定着するまでにはいくつかの曲折があった。その曲折の要因をなしたものは心と体をどのように考えるかといういわゆる心身一元論と二元論に起因していると思われる。

人間を精神面と身体面に分けて考える二元論的な考え方は明治の初期には支配的であった。

これは教育を知育(intellectual), 徳育(moral), 体育(physical education)の領域者からなるととなえた H. Spencer (1820~1903) の影響によるものが大きいといえよう。

この考え方に立つと身体の健全性が知育や徳育に好影響をあたえ、心身相互間に因果関係はあるが元来精神と身体はそれぞれ独立した、まったく異なったものでそれが相互に影響しあっているという思想がよこたわっている。したがって精神を教育するのが知育や徳育で身体を教育するのが体育であるという考えがなりたち、身体は精神を入れる器^{うつわ}であり精神は主、身体は従という関係をつくるようになる。「健全なる精神は健全なる身体にやどるということがのぞましい」(ユベナーリス) という、よく引用される言葉の発想はこの考え方の典型的なものである。

この思想は「……のためにする」という体育指導の方法に陥りやすく、形式的・注的・画一的訓練の型を生みやすい。

ところがアメリカのニクソン (E. W. Nixon) とカズンズ (F. W. Cozens) は『体育序説』(大谷武一訳 同学社)のなかで教育とは「各個人個人の外

的なあるいは内的な環境の刺激乃至は事態に対する各自の反応によって起る個人の継続的な生涯続く変化、修正或は調整の過程」であるとし「各自の活動によって起る変化は、心理的な面と同様に個人生活の身体的、情緒的、道徳的或は倫理的な面にも影響を及ぼす」といっている。

この見解の足場は明らかに心一元論である。精神と身体は別のものでその間に因果の関係があるとするのではなく、心身は元来二つの異なった実体ではなく一つの全一体であり、一面からみれば、精神的過程としてとらえられ、他面からみれば身体的存在としてあらわれるとするもので、精神または身体の単独の活動はありえないとするのである。

このような新しい見解の基盤をつくったのは生理学、心理学、社会学、近代哲学等々の近代科学の長足の進歩によるものである。

ニクソンとカズンズは前述の教育のすがたから体育のあるべきかたちをひき出し「体育とは教育の全過程の中で活発な筋肉活動と、それに関連する諸反応に関するものであり、このような反応の結果当然起される個人のさまざまな修正や適応作用に関するものである」としている。

このことは体育は教育の一分野であるが体育と他の教育との相違はどこにあるかという教育のなかにある体育のあり方を示しているものと思われる。すなわち体育は教育の目的と同じであるが、その目的達成のために身体や身体活動をもちいるという特殊性があり、身体を教育するのではなく身体を通しての人間の教育にほかならないとするものである。

2 体育のねらいと学校体育の目標はどのように結びつくか

体育の目標は当然、体育の目的につながるものであり、目的から導き出されたものが、その目標でなければならない。すなわち体育のめざすところのものを分析し具体的に明らかにしたものであるということができよう。

体育の目標を導き出すためにはまず体育を行なうものがどんな要求をもっているか、また社会が体育に何を求めているか、また体育の方法として使われる身体活動の場ではどんな経験があたえられるかの三つの方面から吟味する必要がある。

人間も動物の一員であるから、当然彼らとも共通な生理的欲求もあれば、人間だけにみられる社会的欲求もある。そしてこれらの欲求が複雑に関連し合って、一つの統一ある体制として行動の動機を形成するのである。そこでこれらの欲求のなかからとくに体育の目標を導き出すのに必要なものをピックアップすると、つぎのような欲求があげられる。

- (1) 身体活動に対する欲求
- (2) 安全に対する欲求
- (3) 集団帰属の欲求
- (4) 社会的承認に対する欲求
- (5) 興味の満足に対する欲求

つぎに現代社会は体育に何を要求しているかを考えてみよう。

『教育基本法』の第1条に「教育は、人格の完成をめざし、平和な国家及び社会の形成者として、真理と正義を愛し、個人の価値をたっとび、勤労と責任を重んじ、自主的精神に充ちた心身ともに健康な国民の育成を期して行われなければならない」とある。体育が教育の一環になっている以上、現代社会の体育に対する要請も当然これにつくされているわけであるが、このなかから体育が重点的に貢献できる面を具体的に考えてみるとつぎのような

点をあげることができる。

- (1) 国民を健康にすること
- (2) よく利く器用な体をつくること
- (3) 自由時を健全に使用する能力をつくること
- (4) 協力的人間関係をつくること

最後に経験の問題である。体育運動にはいろいろな種類があり、そこで経験される内容も多岐にわたるはずであるが、一般的にみて、つぎのような経験の機会があたえられる可能性をもっている。

- (1) 筋と神経系の作用の協調
- (2) 欲求満足の経験
- (3) 情緒支配の経験
- (4) 成功に対する歓喜の経験
- (5) 知的活動の経験
- (6) 社会的行動の経験

このように個人の要求、社会の要求を体育運動によってあたえられる経験内容をかみ合わせてみると、体育が何を目標としたらよいか明らかになってくるが、これを要約すればつぎの五つにまとめることができよう。

- (1) 身体の形態および機能の発達
- (2) 神経と筋支配の発達
- (3) 身体的レクリエーションに対する興味の発達
- (4) 行動基準の発達
- (5) 健康安全に対する理解と態度

以上のような手順によってだいたい五つの目標をあげてみたわけである。

さてこのようにして体育の目標が導き出されたわけであるが、これは体育の一般目標とでもいうべきもので、これを直接学校体育の目標として現場に直結するにはまだ距離があるとみなければならない。

体育の目標を学校ではいかにとらえるべきかについては、わが国では『教育基本法』『学校教育法』『学校教育法施行規則』などに示してあるが、直接指導につながるものとしては学習指導要領の示す目標をもって教科の指導にあたるべきである。学習指導要領の目標は大きく「発達の目標」と「生活的目標」に分けられている。

「発達の目標」は小学校、中学校、高等学校という発達の段階に応ずるという意図から設定されたもので、そのなかに、㊦身体的発達、㊧技能的発達、㊨知的発達、㊩社会的発達、㊪情緒的発達などがあげられる。また「生活的目標」は体育によって発達した、さまざまな能力を現在および将来の生活のなかに展開することを期待したもので、そのなかには「健全な運動生活の展開」「運動生活の充実」「余暇の健全な利用」「運動生活の楽しみや喜び」などがあげられている。これらの個人にとっても、社会にとってもたいせつと思われるものをその目標として、児童・生徒に実現させようとしているのである。以上をより具体的に学校にあてはめたものが学校体育の目標であり、昭和44年版の指導要領では小学校は4目標があげられている。

- (1) 各種の運動を適切に行なわせることによって、基本的な運動能力を養い、心身の健全な発達を促し、活動力を高める。
- (2) 各種の運動に親しませ、運動のしかたや技能を身につけ、生活を豊かにする態度を育てる。
- (3) 運動やゲームを通して公正な態度を育て、進んで約束を守り、互いに協力して自己の責任を果たすなどの社会生活に必要な態度を養う。
- (4) 健康、安全に留意して運動を行なう態度や能力を養い、さらに保健の初歩的知識を理解させ、健康な生活を営む態度や能力を育う。

これが52年改訂版では「適切な運動の経験を通して運動に親しませるとともに、身近な生活における健康安全について理解させ、健康の増進及び体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる」となり44年版の4目標を一つにしぼった形がとられた。

44年版の指導要領では中学校は保健体育科の目標としてつぎの4目標があ

げられている。

- (1) 心身の発達について理解させるとともに、各種の運動を適切に行なわせることによって、心身の健全な発達を促し、活動を高める。
- (2) 合理的な練習によって、各種の運動技能を高めるとともに、生活における運動の意味を理解させ、生活を健全にし、豊かにする態度や能力を養う。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正な態度を養い、進んで規則を守り、互に協力して責任を果たすなどの社会生活に必要な態度や能力を向上させる。
- (4) 個人生活や社会生活における健康、安全について理解させ、自己や他人を病氣や傷害から守り、心身ともに健康な生活を営む態度や能力を養う。

となっているが、52年版ではまず保健体育の目標として「運動の合理的な実践を通じて運動に親しむ習慣を育てるとともに健康安全について理解させ、健康と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる」と一括し、さらに目標を体育分野の目標、保健分野の目標の二つに分け、体育分野ではやはり四つに分けて示している。

- (1) 各種の運動を適切に行なわせることによって、強健な身体を育てるとともに強い意志を養い体力の向上を図る。
- (2) 各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を習得させ、運動の楽しさを味わせるとともに、生活を健全に明るくする能力と態度を育てる。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、進んで規則を守り、互いに協力して、運動することができる態度を育てる。
- (4) 健康、安全に留意して運動することができる態度を育てる。

となっている。内容は44年版と大同小異であるが生涯体育への志向と体力を強調しながらもトレーニング主義のしめつけの苦痛からの反動として楽しさをうたっているところが注目される。

高等学校は『学校教育法』第41条に「中学校に於ける教育の基礎のうえに、心身の発達に応じて、高等普通教育および専門教育を施すことを目的とする」に基づいて中学校の保健体育科の学習成果を発展拡充させることをねらっており、47年版の指導要領ではつぎのような目標をかかげている。

「運動の合理的な実践を通して心身の調和的な発達を促すとともに個人及び集団の生活における健康や運動についての理解を深め、これらに関する問題を自主的に

解決する能力や態度を養い、国民生活を健全にし、豊かにしようとする意欲を高める。」

53年版の指導要領では中学同様、保健体育科の目標として「健康や体力についての理解と運動の合理的な実践を通して、健康の増進と体力の向上を図り心身の調和的発達を促すとともに、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てる」とし体育に関しては「各種の運動を合理的に実践し、運動技能を高めるとともに、それらの経験を通して、公正、協力、責任などの態度を育て、強健な心身の発達を促し、生涯を通して継続的に運動を実践できる能力と態度を育てる」、としている。これも47年版と内容的に大差はないが、やはり生涯体育のよびかけと中学校の楽しさに対して活力ある生活態度のよびかけをみとめることができる。要するにこれらの目標は児童・生徒の必要性が同時に社会の要求をもふくむと考えたからである。いいかえれば教師の立場から、こうあらしめたいという社会的要求を児童・生徒の必要経験のうちにおさめさせたいという考え方にたっているのである。

以上で教育のなかに体育を位置づけ、体育のねらいから学校における小・中・高校の体育の目標まで導き出してみた。小学校のほうではさらに各学年ごとに目標を細分化し、たとえば第1学年では、(1)各種の基本の運動及びゲームを楽しくできるようにし、体力を養う。(2)だれとでも仲よくし、健康、安全に留意して運動する態度を育てる、と具体的な目標までかかげている。そしてこの目標に到達するために準備すべきものが学習内容であり、この内容をどのような順序や配合で目標に結びつけるかを考える作業が指導計画である。この計画もちょうど教育の目的から体育の目標に、さらに発育段階に応じて小・中・高校に分けられるようにだんだんと細分化されて児童・生徒の身体活動に移される。中央計画から地方計画に学校計画を足場に年間計画がたてられ、単元計画から1時間ごとの指導案(学習指導案・時案)となり、この計画のなかに順にそれぞれの目標が消化しやすいようにバラまか

れ、現場で児童・生徒の活動のなかに吸収されるという形がとられている。

ちょうど山中の大きなダムに溜められた水が市や町の浄水場に送られ、太いパイプからつぎつぎと分節されて、家庭の蛇口から人の口にはいるように、体育の目的から目標が導き出され、それが学校、学年に分節され児童・生徒の活動となつて行なわれるのである。ただ水道管と違うところは、圧力の関係で流れるのではなく、「児童・生徒の必要性が同時に社会の要求をも含む」という考え方「こうさせたいという社会的要求を児童の必要経験のうえにおさめて」という一体的なつながりであり、ダムと蛇口からの両方からの交流のパイプでつながっていると考えねばならぬのである。

このように体育の目標に到達させるために生徒に経験させる運動の内容は、どのようになっているかを考えてみよう。

生徒が行なう体育活動には学校で時間割のなかに組み込まれ必修的に行なうものと、各自の意志によって自由に行なうものとがある。必修時の体育活動のなかには通常、週何時間ずつか時間割に組み込まれて行なうものと1年のうち数回、学校の行事として行なうものとがある。

自由時の体育活動のなかには生徒の自治活動として学校行事と同じように行なうもの、あるいは校内競技、対外試合のように、わりあい組織だったスポ

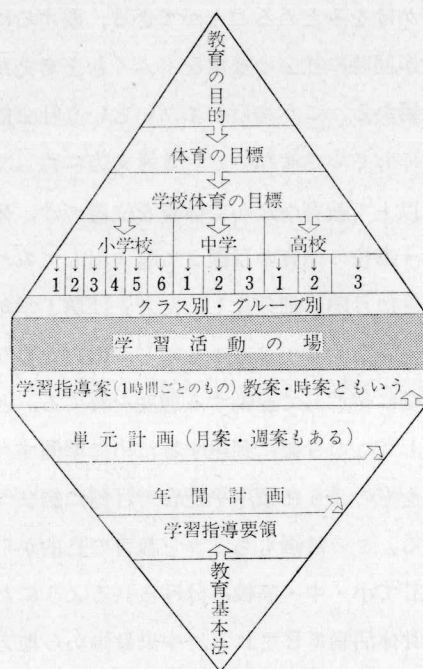


図1-1 目標と指導案の関係

ーツ活動および休憩時、その他に行なう比較的組織立たない活動などがある。

これら必修時および自由時における各種の体育活動では、その活動のやり方や割合は、個人により学校により当然異なるわけであるが、その一般的なものをあげればだいたいつぎのようになる。

必修時の体育 { 課業——1週間何時間
行事——数回

自由時の体育 { 校内競技
対外競技
クラブ活動
行事

これらの体育的機能が十分に発揮されるためには教師の指導組織と児童・生徒の集団がつくられねばならない。そしてこの両者が主として身体活動を媒介として融合され効果的に活動するのが理想である。

第2章 体育科教育のあり方

1 保健体育科の目標は何か

教科は学習経験を分類して一つのまとまりとしたもので保健体育科も、もちろんその一つである。保健体育科は昭和22年の『学校体育指導要綱』では、体育のなかに「運動」と「衛生」の二分野がもうけられてあったものが、昭和31年の『保健体育指導要領』からは衛生が保健という名目で正式に指導要領のなかにはいり、保健と体育の二つの科目になったのである。小学校では4年までは保健はなく、5年と6年で行なわれる。

このような組み合わせによって一つの教科がつくられたことは、当然『学校体育指導要綱』のなかで体育の任務としてうたってある「運動と衛生の実践を通じて……」の考え方によったものである。このように概念的には明確に区別ができる二つのものが一体となって行なわれることによって、はじめて教科の実をあげることができるものであるとしたのである。したがって保健体育科の目標は、当然この両者のかみ合わせによってとらえることができるのである。

体育は活発な身体活動およびそれに関連する諸反応によって、人間を教育するものであると考えられているが、体育が人間の教育である以上、身体的な面からみた人間の完成、したがって健康の保持増進にも当然貢献するものでなければならないことはいうまでもない。健康を保持増進するための身体活動ということになれば保健のルールによって行なわれなければならないことはいうまでもなからう。たとえば「漸進的、負荷原理」のような生理的法則とか、身体活動を十分に行なうための栄養物質、休息や睡眠による疲労回復の知識や方法、身体検査による学習者の健康状態の把握、運動時のコンデ