

# 小学校体育における「体力を高める運動」の教材開発

伊藤 暢浩\*・岡野 昇\*\*・山本 俊彦\*\*・加納 岳拓\*

## Development of educational material 'Exercises for Physical Fitness' for Elementary P. E Lessons

Nobuhiro ITO, Noboru OKANO, Toshihiko YAMAMOTO and Takahiro KANO

### 要 旨

本稿では、まず小学校体育における「体力を高める運動」にかかわり、最近の実践報告や研究動向から、「体力を高める運動」の問題を浮き彫りにした。そこでは、「体力を高める運動」の実践報告はきわめて少なく、教材の開発もあまり進められていないことが明らかになった。また、その背景には小学生には受け入れられにくいとされる必要充足機能が強調されており、その内容はトレーニング的で量的な体力を問題にする数値主義に基づき、自己の体力の高まりに着目した個人主義的な立場から「体力を高める運動」が位置づけられていることが明らかになった。加えて、最近の研究では、「体力を高める運動」の運動の特性、学習観、身体観といった枠組みから展開されていることが明らかになったが、実際にどのように運動の内容構成を行っていけばよいのかという教材開発の提示までには至っていないことが浮き彫りとなった。

そこで、「体力を高める運動」における、①運動特性の捉え方、②学習観の捉え方、③身体観の捉え方の三点について検討した結果、運動の特性は欲求充足機能を前面に取り上げながら、結果として必要充足機能に結びつけるという表裏一体のものとして捉えることが肝要であると述べた。また、学習観は個人主義的な学習観から関係主義的な学習観へシフトすることが重要であると述べ、身体観は一人称的・三人称的身体から二人称的身体へと転換することで、新たな体育教育をひらく可能性があると考えた。

こうした視点を持ちながら、「体力を高める運動」の新たな内容構成に基づく教材開発を行った結果、欲求充足と必要充足の機能の両方を重視しながら教材を作成するために、カード(A6版)形式を採用し、カードの表面には欲求充足の観点が分かるように、「運動の中心のおもしろさ」をイラストと文章で表記し、カードの裏面には体力の四つの要素(体の柔らかさ・巧みな動き・動きを持続する能力・力強い動きを高めるための運動)のどれと結びついているかという観点で示した。また、仲間と共に楽しみながら行える運動を行うことができるという観点から30の運動を選定し、仲間働きかけたり、仲間から働きかけられたりすることにより生まれる世界を大切に二人称的な身体から運動を取り上げた。

## 1. はじめに

平成20年3月に学校教育法施行規則の一部改正と小学校学習指導要領の改訂が行われた。小学校体育にかかわる今回の改訂として「第1章 総則 第1 教育課程編成の一般方針3」に、「体育・健康に関する指導」があげられる。その中では、「体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導」について、「体育科の時間はもとより、

家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること」とされ、「生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない」(文部科学省、2008 a, p.25)と述べられている。また、体育科の目標には、「体力の向上を図り」(文部科学省、2008 b)と明記され、体力の向上が強く主張されている。このように体力の向上に焦点化された理由は、「子どもの体力水準が全体として低下していることがうかがえる

\* 教育学研究科

\*\* 教育学部

とともに、積極的に運動する子どもとそうでない子どもに分散が拡大しているとの指摘があることから、「〔中略〕児童が自ら進んで運動に親しむ資質や能力を身につけ、心身を鍛えることができるようにすること」(文部科学省、2008 a、p.25)が大切とされているからである。これらのことから、小学校体育科において、第1学年では90時間から102時間へ、第2学年から第4学年までは90時間から105時間へと年間時数が増加され、さらに、これまで第5・6学年で取り扱われていた「体づくり運動」の領域がすべての学年に位置づけられ、発達の段階に応じた指導内容を取り上げて指導するものとされた。「体づくり運動」の領域については、二つの小領域から構成され、一つは「体ほぐしの運動」で6年間を通して行われ、もう一つは体力を高めるために行われる運動として低学年に「多様な動きをつくる運動遊び」、中学年に「多様な動きをつくる運動」、そして、高学年は従前どおりの「体力を高める運動」が内容として示された。なかでも新しく導入される「多様な動きをつくる運動(遊び)」については、文部科学省から学校教育現場にパンフレットが配布され、それには改訂の主旨、その運動の位置づけ、指導計画、取り扱い方などの解説、多様な動きの工夫例が紹介されている。

このように体力の向上に重点をおいた今回の改訂ではあるが、これまでの「体力を高める運動」は直接的に体力を高めるために行われる運動として取り上げられることが多く、子どもにとっては興味関心が低く、意欲的に取り組めない領域でもあった。また、「体操」の領域の時代から、教師にとっても取り組みにくく、敬遠されたり、準備・整理運動にあてて行われたりしているため、実践が極めて貧困であるとの指摘もされている(板垣、1990;高橋・三木、1995;本間、1996)。また、前回の学習指導要領改訂時に埼玉県立スポーツ研修センター(1999)が実施した「体育に関する意識調査」では、「体力を高める運動(旧体操)」は、教師にとってはあまり指導のしやすい領域ではなく、子どもにとってはあまり好きではない領域であるという結果も報告されている。

平成11年5月に改訂された学習指導要領でもすでに体力・運動能力の低下傾向や二極化の状況を踏まえており、その状況を改善するために「体ほぐしの運動」が導入されているが(文部省、1999)、その後も体力の低下には歯止めがかからず、今回の改訂につながっている。加えてこれまでの「体力を高める運動」は教師にとっても子どもにとっても取り組みにくいという指摘や報告からも、「体力を高める運動」は対症療法的に取り組むだけでは問題の解決につながらない領域であると考えられる。

## 2. 研究の目的および方法

そこで本稿では、第一に、最近の実践報告や研究動向から、小学校における「体力を高める運動」がどのように捉えられているのかを明らかにし問題点を整理する。その方法としては、2000年1月から2009年11月までの約10年間の小学校体育における「体力を高める運動」の実践報告について調査する。調査の方法は、学術雑誌『体育科教育(大修館書店)』から、「体力を高める運動」についての実践報告を取り出し、その内容からキーセンテンスとキーワードを抜き出し、「体力を高める運動」の実践報告がどのような傾向にあるのかを整理する。また、最近の「体力を高める運動」の研究動向を概観し、そこでの研究の枠組みを明らかにすると同時に問題点を浮き彫りにする。

第二に、第一の調査から浮かび上がってきた「体力を高める運動」の問題点について検討し、本研究の立場を明確にする。

第三に、第二で明確にした本研究における立場から、「体力を高める運動」の新たな内容構成に基づく教材開発を行う。

## 3. 「体力を高める運動」の先行研究

### 3.1 「体力を高める運動」の実践例

前述した方法に基づきながら、「体力を高める運動」の実践報告の調査を行った結果、およそ過去10年間において、小学校における「体力を高める運動」に関する実践報告は14件であった。そのうち展開構成まで述べられている報告は11件であった。

また、実践報告の内容からキーセンテンスとキーワードから傾向を見ていくと、次の四点から整理することができた。

- 運動の特性については、「体力を高める」、「動きを身につける」、「運動を理解させる」など、必要充足機能にかかわるものが130件に対して、「楽しく行う」、「運動の楽しさ」、「楽しくて夢中」などという欲求充足機能にかかわるものが30件であった。
- 運動の目的としては、「高めたい体力」、「巧みさ」、「自分の体力を知る」など、数値や量で個人の体力を高めることが目的とされるものが81件であった。それに対して、「お互いの体のようすに気づく」、「気持ちの面で満足」、「すっきりする」というような実感的・質的な体力を高めることが目的とされるものは5件であった。
- 運動の内容については、「体力向上のプログラム」、「なわとび」、「練習」などという克服・達成的な内

容ととれるものが60件であった。それに対して、「一人ではできない長縄」、「大根抜き」、「鬼ごっこ」などという、一人では成り立たず、おもしろさを感じられる運動を内容とするものは15件であった。

- 運動によって感じられる身体観は、「自分の得意な運動を行う」、「なりたい自分を見つける」、「自分のめあてにむかう」など、自己の身体の高まりに向けられるものが60件に対して、「共感」、「かかわり」、「コミュニケーション」などと表されるものは33件であった。

以上の調査結果から、この10年間の「体力を高める運動」の実践は、運動の特性から見ると、筋力や心肺機能、循環機能への効果に注目したり、「走る」、「跳ぶ」、「まわる」などの身体の動き方に注目したり、体力の必要性や体力を高めるための運動の行い方を理解したりするという必要充足機能が強調されている。そして、体力テストなどの結果から平均値と自分の結果を比べるなど、量的に表される体力を高めることを目的としている傾向が見られる。そのため、運動の内容は体の部位の筋力を高めるために動き続けたり、同じ運動を繰り返したり、負荷をかけたりするというトレーニング的な運動が行われる傾向があり、自己の体力の高まりに注目した個人内の運動として取り上げられる傾向が強いといえる。

これらのことから、「体力を高める運動」は冒頭で取り扱いにくい内容であるとの指摘がされているように、実践報告数は14件ときわめて少なく、教材の開発もあまり進められていないことが明らかになった。また、その背景には小学生には受け入れられにくいとされる必要充足機能が強調されており、その内容はトレーニング的で量的な体力を問題にする数値主義に基づき、自己の体力の高まりに着目した個人主義的な立場から「体力を高める運動」が位置づけられていることが明らかになった。

### 3.2 「体力を高める運動」の研究動向

前述した「体力を高める運動」の問題点に対し、近年新たな枠組みから解決を目指そうとする研究として、佐々木(2000)、大塚(2004、2005)、鈴木・塩沢(2006)らの研究があげられる。

佐々木(2000)は、「体力を高める運動」について「従来から問題視されていた体操領域の活性化等によって、単に『必要の充足』だけで授業を展開することの限界が今まで以上に問われるようになった」と指摘し、そして、児童の欲求も充足できるような教材をつくることが重要で、特性理解の転換と教材づくりの必要性を述べている。

また、大塚(2004、2005)は、「体力を高める運動」と「体ほぐしの運動」を「別々の内容として捉えている」という点に、『体づくり運動』が難しい領域といわれる一因がある(2004、p.17)と指摘し、「体力を高める運動」も、「楽しさや爽快感を引き出す教材づくりの工夫が求められている」(2005、p.26)と述べ、運動をした時の心地よさを体験する機会を持つことが大切で、「体力を高める運動」と「体ほぐしの運動」を有機的に関連づけた教材開発が必要だと述べている。

さらに、鈴木・塩沢(2006)は、学習内容の意味や価値はどの学習者にとっても同じではなく、「体力の高め方」は個人や集団、環境、体調などの状況と文脈によって変化するので、「体力を高める運動」も学習内容の意味や価値は状況と文脈によって変わるという解釈的パラダイム(藤田、1995)に立ち、学習を捉える必要があると述べている。そして、従来「体力を高める運動」は必要充足の運動とされ、運動の効果的特性や構造的特性に基づいて授業づくりがなされ、体力を獲得することが目指されていたが、「体力を高める運動」も学習者にとっての意味や価値を生成させることが大切であり、自分へ気づき、体力の高め方を自分の内側から創造・発見していくことが学習であると捉え直していく必要があると述べている。

こうした先行研究は、いずれも「体力を高める運動」の運動の特性の取り上げ方に言及しており、これまでの必要充足機能だけではなく、欲求充足機能からも学習内容を導き出すことの必要性を論じている。また、「体力を高める運動」を展開していく学習観のこともふれており、これまでの獲得概念としての学習から学習者にとっての意味生成を大切にした学習概念への転換を促している。さらに、身体の見方にも着眼しており、心地よさや楽しさ、気づきなど、自分自身の身体を外基準に当てはめながら見ていくだけではなく、実感を手がかりとした内側から身体を見ていくことを提示している。

以上のことから、これらの先行研究は「体力を高める運動」の運動の特性、学習観、身体観といった枠組みの見直しに対する問題提起として受け止めることができる。しかし、新たな枠組みから実際にどのように運動の内容構成を行っていけばよいのかという具体的な教材開発の提示までには至っていないことから、本稿では小学校体育における「体力を高める運動」について、運動の特性と学習観と身体観に着目しながら、具体的な教材開発を行うことが課題としてあげられる。

## 4. 「体力を高める運動」の捉え方

### 4.1 「体力を高める運動」と運動の特性

運動の特性と分類について佐伯（1995、p.120）は次のようにまとめている。

運動の特性は、それぞれの運動を他の運動と区別する特徴であり、（中略）体育授業では、運動は目標を達成する活動を導く具体的なものであることから、目標との関係から特性を捉えることが有効である。この視点からの運動の特性は、運動の身体的発達に対する効果に注目する「効果的特性」、運動の技術的な仕組みに注目する「技術構造的特性」、そして運動の欲求や必要を充足する機能に注目する「機能的特性」の三つに大別される。

また、佐伯（1995、p.121）は機能的特性と分数について次のようにまとめている。

運動は、まず欲求を充足するために工夫され、その機能をもつ運動と、身体的必要を充足するために工夫され、その機能をもつ運動とに大別され、さらにそれぞれが充足する欲求もしくは必要の種類によって類型化される。前者はスポーツとダンスであり、後者は体操である。

「体力を高める運動」は、身体への効果的特性が目され、機能的特性の面では必要充足の運動として分類される。

冒頭で述べたとおり、平成20年小学校学習指導要領の改訂では、体力の向上が強く主張され、「体づくり運動」の一層の充実が図られている。しかし、「体力を高める運動」をこれまでのように、身体への効果的特性の面と必要充足機能の運動としての位置づけだけで捉えるならば、子どもの体育嫌いや落ちこぼしを大量に生む可能性もある。

宇土（1995）によれば、1968年の学習指導要領改訂後には、その頃の社会的背景も受けて、授業も含めた学校全体で「体力」を重視されるようになったと述べられている。そのため、「休憩時間も強制的な体育育成時間にされ、体育授業がトレーニング化され、もっぱら運動量ばかりをバロメーターとする授業が強調された。こうして学校全体が体力の調教場となり、体力は一時的に向上したが、『スポーツは好きだが、体育は嫌い』という体育嫌い、授業での見学者、『落ちこぼし（れ）』を大量に生んだ」とされる。また、本間（1996）は「体操は大人にとって意味のある運動でも、

子どもにとってはあまりおもしろくない運動」（p.165）であり、「手段的運動をくり返し行わせても、まだ子どもにはその必要性を十分に理解することができず、あまり意欲的には取り組まない傾向がみられる」（p.165）と述べている。

すなわち、「体力を高める運動」を身体への効果的特性や必要充足機能の側面を強調して運動を取り上げる考え方では、前述した問題を再び繰り返すことになるものと考えられる。

これに対して、山本（2001）は「子どもたちが、『我がもの』として本気で運動と取り組むようにするためには、『いまーここ』での活動が、与えられた活動やある一定の価値的な上昇にむけて組み込まれた活動としてあるのではなく、多様な広がりを持つ『プレイ（おもしろくて夢中にさせる）の連続』としてあることが重要」と主張している。また、松田（2001）は「運動・スポーツのそれ自体のよさとは何か、あるいは生涯にわたってそれに親しむことの原動力は何かと考えた場合、それはやはり運動・スポーツが持っている固有の『おもしろさ』や『楽しさ』だ」とし、『「運動を楽しむ」ということを体育で大切にするのはそのためである」と述べている。

両氏の見解は、「体力を高める運動」の領域に向けられたものではないが、運動を目的的・現実的に捉え、プレイの視点から運動の内容を構成していくことが、生涯にわたり運動に親しむ原動力になるとしている。

以上のことを踏まえると、次のようなことがいえる。小学校高学年の子どもは、これまでたびたび指摘されてきたように、体力を高めることへの必要性を自分事として感じにくい時期であり、身体への効果の必要性をこれまでの実践においては感じ取らせることが困難であるように考えられる。したがって、「体力を高める運動」の取り上げ方は、欲求充足機能を前面に取り上げながら、結果として必要充足機能に結びつけるという表裏一体のものとして捉えることが肝要であると考えられる。

### 4.2 「体力を高める運動」と学習観

次に、これまでの「体力を高める運動」の実践報告にみられる運動内容は、一人で行うものが中心で、学校で取り上げなくても行える運動が多かったことから、ここでは「体力を高める運動」を学校体育で行う意義について検討してみたい。

里見（2005）は、「学校という空間は、ほかの空間にはない大きな可能性が潜在している。子どもたちが集まって、ひとつのことがらを、協同的に、持続的に、かつ知的に追及できる場として、学校以外に現在、どのような場所がありうるだろうか」と述べている。ま

た、佐藤（1997）は『学力』や『能力』として見られているものがあるとすれば、それは、人とモノ、人と道具、人と人のあいだの関係だろう。その証拠に、教材を工夫したり教室の環境や人間関係を改善したりして、関係や状況を変化させれば、『学力』や『能力』と呼ばれるものも著しく変化する」と述べている。

両氏が述べるように、「体力を高める運動」も学校という共同的な空間で、人とモノ、人と人との関係の中で、協同的に、持続的に、かつ知的に探求したいと思う運動でなければ、行っている運動に対し意味や価値は感じられず、体力の向上にもつながらないであろう。

このことは、「体力を高める運動」を捉える学習観を、所与の知識や技能の個人的獲得や個人の内的プロセスとみなす個人主義的学習から、他者とのかかわりのある多様な活動を通して意味を構成していく社会的行為とみなす関係主義的学習へと学習観の転換であると受け止めることができよう。

近年のわが国の学習観は、これまでの学校教育の底流にある「客観主義的知識観（普遍的正答を指定してその個人的獲得を学習と見立てようとする考え方）」を超え、「知識は人々の社会的な関係性の中で構成される」と考える「社会構成主義的知識観」が台頭してきている（広石、2005）。教科教育研究も歩調をあわせるように、この後者に基づいたカリキュラム研究や教材開発が進められているが、体育科教育は教科の特性上から、身体を鍛えるという「トレーニングとしての体育」の時代が長く続き、昭和50年代に入ってからようやく「ラーニングとしての体育」へと転換が図られたという経緯がある。しかし、その「ラーニングとしての体育」の学習概念は、先の客観主義的知識観にとどまるものであり、社会構成主義的知識観を基調とする「関係主義的アプローチ」によるカリキュラム研究や授業研究、教材開発は他の教科と比べ遅れをとっていることは否めない。特に「体づくり運動」の領域はその傾向が強く、授業実践に変化をもたせにくくなっているといえよう。

一方、深刻化が叫ばれる子どもの体力低下問題について、最近の識者らの指摘は、子どもたちの遊びや運動環境（人的・物的）の整備の必要性に集中している。例えば、脇田（2004）は「子どもたちに健康のために運動やスポーツをするのではなく、運動やスポーツを楽しむことによってより高いレベルの健康を獲得できることを伝える必要がある」（p.13）とし、「屋外遊びやスポーツに親しむ機会を意識して確保し、積極的に体を動かす機会をつくっていく必要がある」（p.13）と述べている。このことは、行動主義的学習論の「連合」を持ち出し無意味にトレーニングさせたり、認知

主義的学習論の「獲得」することが必要だからと煽ったりするのではなく、自然に遊びたくなったり運動したくなるような環境づくりの重要性を説いている。

以上のことから、関係主義的な学習観に基づく「体力を高める運動」とは、「数値（高い数値、速い数値、強い数値など）交換」に動機づけられるから運動を行うのではなく、眼の前に広がる濃密な運動のおもしろさに誘われて思わずその世界へ「参加」したくなるというものである。すなわち、学校外で積極的にかつ安心して屋外遊びやスポーツに親しむ環境が減少してきている今日において、自己（学習者）と他者（人・モノ・自然など）との関係づくりによって体力を高めるのではなく、体力が高まるような運動の世界を構成していくことが学校体育の役割というように考えられる。

#### 4.3 「体力を高める運動」と身体観

今ひとつ問題として取り上げたいことは、「体力を高める運動」における子どもの身体の捉え方である。

戦前の体操は労働力や兵力としての身体教育であり、教師によって指示された運動を繰り返すトレーニングであり、運動をする人の身体は、国家や社会に向けられた、いわば三人称的身体であったといえよう。そして、戦後の体育は運動を手段とする全人教育を経て、一人一人の子どもの主体的な学習活動を導くための個性化・個別化学習の台頭により、運動する人の身体は一人称的身体へとシフトしていったものと見ることができよう。

これは先の学習観の問題にも通じることであり、客観主義的な身体や主観主義的な身体については、通過してきたと見ることができ、そこには関係主義的な身体が不在と見ることができよう。最近、話題性の高い「コミュニケーション力」や「対話力」、学校においては「伝え合う力」の育成や「学び合い」による授業の浸透、体育においては「心と体を一体としてとらえる」といった教科目標の設定など、すべては関係主義的な身体観を背景にもつものと考えることができ、これについての識者らの意見として次のようなものがあげられる。

例えば、佐伯（1991）は外界から適切なアフォードンスをピックアップする体を持っているはずの人間が、現在の教育によって「閉じられたからだ」を育ててしまっていることを指摘し、本来人間に備わっている「働きかけられるかかわり」が軽視されていることへの警鐘を学校教育・体育に促している。また、佐藤（2000）は現在の日本の小学校の教室の特徴を「騒々しさ（発言の過剰）」にあるとし、いつわりの主体性を追求する授業の形式主義を改め、「〈受動的能動性〉としての主体性」の必要性を強調している。さらには、

齊藤（2001）はかつては自然に行われていたような他人との息や気が通じ合うような対話力が落ちてきているように感じるとし、「レスポンス（対応・応答）する身体」の重要性を謳っている。

岡野（2003）は、こうした識者らの意見を取り入れながら、関係主義的な身体にかかわり、『かかわり合い』とは、『関係を持つこと』である」（p.127）と述べている。そして、自己が『主体となって働きかけるかかわり』と、自己が『客体となって働きかけられるかかわり』の二つの『かかわり』から成り立っている。したがって、関係成立時のからだは、『主体としてのからだ』と『客体としてのからだ』の両義性を持ち合わせている『関係としてのからだ』として存在していることになる」（p.127）と述べ、自分と相手との間に起こる運動の実践を提示している。例えば、二人が座った状態から背中を合わせたままお互いが立つという運動があげられ、自分の力を相手にあげたり相手の力を自分にもらいながら、相手の体を受けいれたり自分の体を相手にゆだねたりすることによりお互いが立つ（立ってしまう）、というようなものである。

これは、自分と他者との間に生まれる「間主観的意味世界」（松田、1999）、あるいは「二者の身体が意識することなく呼応し、そこに相互的、相補的な関係が成立するという間身体的な関係（メルロ・ポンティ）の次元」（鯨岡、2006）を生み出すものであり、二人称的な間身体関係（湯浅、1996）の視点に着眼したものと考えられる。

以上のことから、「体力を高める運動」における身体を二人称的身体と捉えることで、これまで問題にされてきたことができることはよいことに象徴される「持つこと（to have）」の重視から「丸ごとの存在としての人間（to be）」の問題としての一人ひとりのからだを見つめ、新しいからだの教養を培い育む体育教育への可能性がひらかれるように考えられる。

## 5. 「体力を高める運動」の教材開発

### 5.1 教材開発のコンセプト

新しい「体力を高める運動」の教材を開発するにあたって、次の三点に重点をおいた。

第一に、運動の特性の位置づけであり、欲求充足と必要充足の機能の両方を重視しながら教材を作成することにした。そのため、欲求充足と必要充足を表裏一体として表せるように、カード（A6版）を作成することとした。カードの表面には欲求充足の観点に分かるように、「運動の中心のおもしろさ（その運動固有のおもしろさ、本物のおもしろさ）」をイラストと文章で表記した。そして、裏面には表面で取り上げた

運動が小学校学習指導要領体育の「体力を高める運動」に示される体力の四つの要素（体の柔らかさを高めるための運動、巧みな動きを高めるための運動、動きを持続する能力を高めるための運動、力強い動きを高めるための運動）のどれと結びついているかという観点で示した。

第二に、仲間と共に楽しみながら行える運動を行うことができるという観点から、30の運動を選定した。選定については、第二筆者と第三筆者が大学の専門授業「小学校専門体育」（1999年～2009年）の中で行われた200以上の運動を対象とした。

第三に、自分の身体の高まりだけに注目する一人称的な身体だけではなく、仲間に関わりかけたり、仲間から働きかけられたりすることにより生まれる世界を大切に二人称的な身体から運動を取り上げた。

### 5.2 「体力を高める運動」のカードの内容構成

「体力を高める運動」のカードの内容構成は、表1のとおりであり、①運動の特性（欲求充足機能と必要充足機能）、②学習観、③身体観の三点から構成し、①の欲求充足機能は運動の中心のおもしろさを表記し、必要充足機能は体力的要素を表記した。また②についてはどのような他者関係から成り立っているかを明記し、③については二人称的身体から明記した。

なお、必要充足機能の体力的要素は、学習指導要領に示されてある四つの要素を次のように解釈し直した。

- 「体の柔らかさを高めるための運動」は、自分の体に関心を持ち、主として仲間とかかわり合うことで、自分の体が柔らかく変化していくことが実感できるようにした。また、体の柔らかさを連想させるタコのイラストで表示した。
- 「巧みな動きを高めるための運動」は、リズムやタイミング、仲間との駆け引きを楽しむことで巧みさを高めることができるようにした。また、巧みな動きを連想させるサルのイラストで表示した。
- 「動きを持続する能力を高めるための運動」は、主に鬼遊びを楽しむことで、いろいろな方向に体を切り返す動きを続ける能力を高められるようにした。また、持続する動きを連想させるカメのイラストで表示した。
- 「力強い動きを高めるための運動」は、仲間と触れ合い、支持し合い、押し合い、引き合い、抵抗し合うことで力強い動きを高めることができるようにした。また、力強い動きを連想させるゾウのイラストで表示した。

小学校体育における「体力を高める運動」の教材開発

表1 「体力を高める運動」のカードの内容構成

No.	運動名／イラスト	運動の特性		学習観	身体観
		欲求充足機能 運動の中心的なおもしろさ	必要充足機能 体力的要素	他者関係	二人称的身体
1	変化する体1 	体の柔らかさの変化に気づくことがおもしろい	体の柔らかさを高めるための運動	*	*
2	変化する体2 	体の柔らかさの変化に気づくことがおもしろい	体の柔らかさを高めるための運動	*	*
3	ペアマッサージ 	相手の体に触れたり、自分の体に触れられたりという「触れ合う（触れる－触れられる）」ことがおもしろい	体の柔らかさを高めるための運動	1人対1人	触れる身体と触れられる身体
4	ペアラジオ体操 	ペアで掛け合いながらラジオ体操をすることがおもしろい	体の柔らかさを高めるための運動	1人対1人	見る身体と見られる身体
5	後転 	自分の体の重さを感じながら、ゆっくりと後転することがおもしろい	体の柔らかさを高めるための運動	*	*
6	エア－長なわ 	跳ぶ人は見えないなわを仲間と一緒に跳ぶ、まわす人は見えないなわを仲間と一緒に跳ばせるという「跳ぶ－跳ばせる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	2人対2人	跳ぶ身体と跳ばせる身体
7	縄張りエーション 	跳ぶ人はまわっているなわのリズムをつかみ跳ぶ、まわしている人は跳ぼうとしている人のタイミングをつかみ跳ばせるという「跳ぶ－跳ばせる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	跳ぶ身体と跳ばせる身体
8	輪渡しの力 	跳ぶ人はまわっているなわのリズムをつかみ跳ぶ、まわしている人は跳ぼうとしている人のタイミングをつかみ跳ばせるという「跳ぶ－跳ばせる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	跳ぶ身体と跳ばせる身体
9	なわ跳びリズム走 	跳ぶ人はまわっているなわのリズムをつかみ跳ぶ、まわしている人は跳ぼうとしている人のタイミングをつかみ跳ばせるという「跳ぶ－跳ばせる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対2人	跳ぶ身体と跳ばせる身体
10	綱フェイク 	相手の動きを読みながら「引く－引かれる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	引く身体と引かれる身体

No.	運動名／イラスト	運動の特性		学習観	身体観
		欲求充足機能 運動の中心的なおもしろさ	必要充足機能 体力的要素	他者関係	二人称的身体
11	尻手相撲 	相手の出方を察しながら「押すー押される」「引くー引かれる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	押す身体と押される身体 引く身体と引かれる身体
12	じゃんけん手たたき 	相手の手をたたいたり、自分の手をたたかれないようにしたりという「たたくーたたかれる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	たたく身体とたたかれる身体
13	とっさの出来事 	振り向きざまに玉を「取るー取られる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動	1人対1人	取る身体と取られる身体
14	背中にタッチ 	攻めながら守る、守りながら攻めるといふ「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対1人	追う身体と追われる身体
15	タッチ&エスケープ 	タッチされないように逃げる、逃げられないようにタッチし続けるという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対1人	追う身体と追われる身体
16	犬のしっぽとり 	鬼が追いかけて、鬼から逃げるという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対1人 対1人	追う身体と追われる身体
17	子とり鬼ごっこ 	末っ子を追いかけて、鬼から末っ子を守り抜くという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対4人	追う身体と追われる身体
18	鬼が島の鬼ごっこ 	みんなを追いかけて、みんなから追いかけるという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対全員	追う身体と追われる身体
19	助さん格さん 	悪代官が姫を追いかけて、悪代官から助さん格さんが姫を守り抜くという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対3人	追う身体と追われる身体
20	サイン交差イン 	子どもは、鬼にタッチされずにコーン間を入れ替わったり、鬼は動いている子を追いかけてという「追うー追われる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対4人	追う身体と追われる身体



小学校体育における「体力を高める運動」の教材開発

No.	運動名／イラスト	運動の特性		学習観	身体観
		欲求充足機能 運動の中心的なおもしろさ	必要充足機能 体力的要素	他者関係	二人称的身体
21	Hip ホップ 	お尻だけで前に進む、思うように前に進まないということがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	*	*
22	ペア足踏み 	相手の足を踏みむと同時に、相手にも足を踏まれないようにするという「踏みむー踏まれる」ことがおもしろい	巧みな動きを高めるための運動 動きを持続する能力を高めるための運動	1人対1人	踏みむ身体と踏まれる身体
23	くつ下レスリング 	相手のくつ下をとりまくと、自分のくつ下もねらわれるという「取るー取られる」ことがおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対1人	取る身体と取られる身体
24	お地藏さん倒し 	お地藏さんは体をあずけ、受け入れる人はお地藏さんの体をあずけられるという「あずけるーあずけられる」ことがおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対2人	あずける身体とあずけられる身体
25	じゃんけんおんぶ 	「背負うー背負われる」ことがおもしろい	力強い動きを高めるための運動	2人対2人	背負う身体と背負われる身体
26	人間なわ跳び 	仲間の手を跳んだり、仲間を跳ばせたりするという「跳ぶー跳ばせる」ことがおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対2人	跳ぶ身体と跳ばせる身体
27	人間オセロ 	相手をひっくり返したり、相手からひっくり返されたりするという「ひっくり返すーひっくり返される」ことがおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対1人	ひっくり返す身体とひっくり返される身体
28	人間風車 	自分のからだがフワッと浮かされる感覚がおもしろい	力強い動きを高めるための運動	4人対4人	支える身体と支えられる身体
29	人間逆上がり 	自分の体がフワッと回される感覚がおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対2人	支える身体と支えられる身体
30	人間バック宙 	自分の体がフワッと回される感覚がおもしろい	力強い動きを高めるための運動	1人対1人	支える身体と支えられる身体

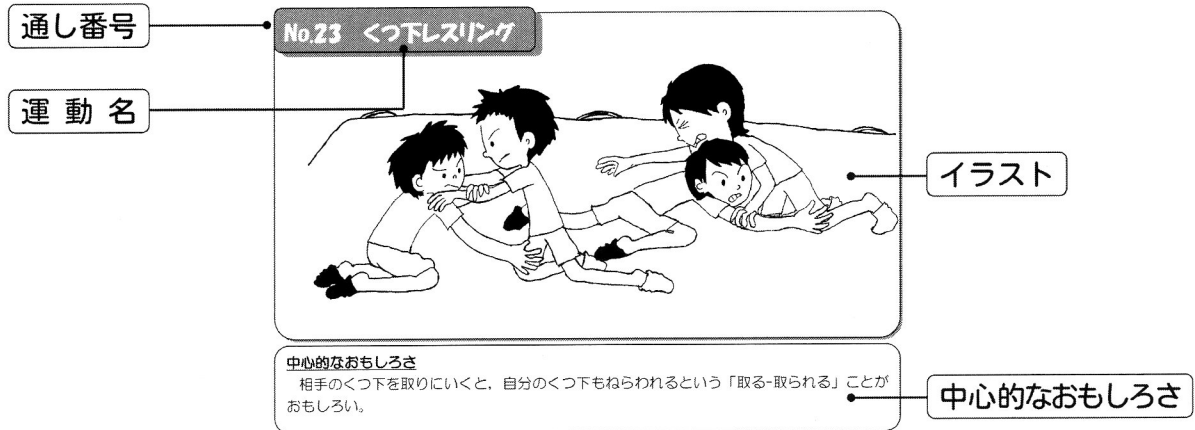


図1 カード表面

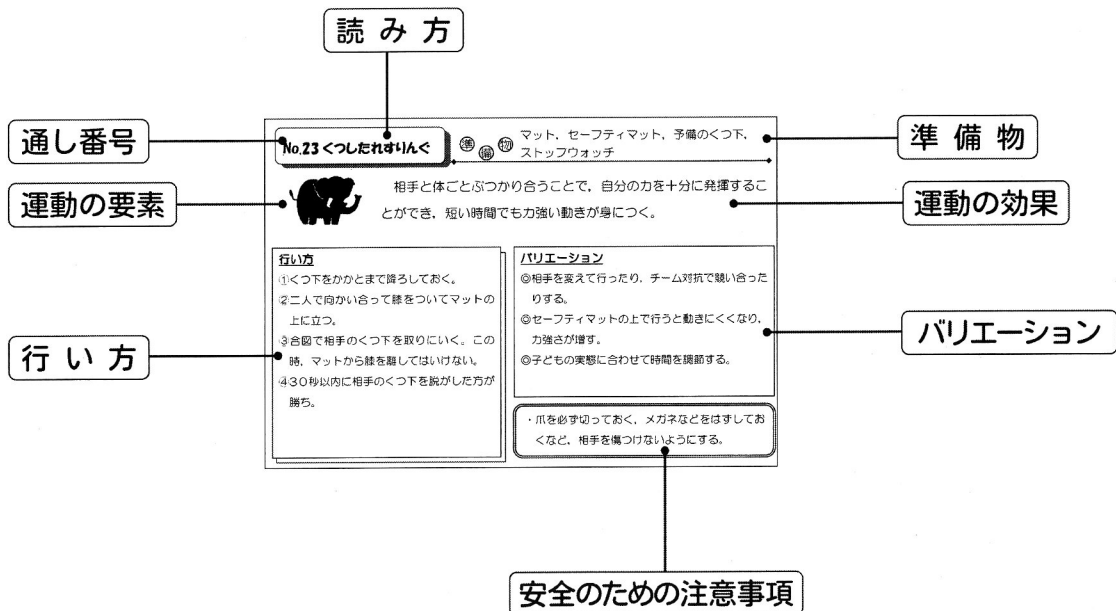


図2 カード裏面

### 5.3 「体力を高める運動」のカードの実際

カード表面（図1）は、主として欲求充足機能から構成し、「通し番号」、「運動名」、「イラスト」、「中心のおもしろさ」の観点から表記した。なお、カード表面は、そのまま実際の授業などで子どもたちに提示できるように作成した。

カード裏面（図2）は、主として必要充足機能から構成し、「通し番号」、「（運動の）読み方」、「準備物」、「運動の要素」、「運動の効果」、「行い方」、「バリエーション」、「安全のための注意事項」の観点から表記した。「運動の要素」は一目で分かるように動物のイラストで表し、「運動の効果」は必要充足機能から表記した。また、その運動のおもしろさを十分に味わえるように「行い方」の順序性を記したり、おもしろさが発展していくように「バリエーション」も表記した。加えて、怪我や事故の防止のために「安全のための注意事項」を端的

に表し、「運動名」には作成者の意図や思いを込めているので、「（運動の）読み方」も表記した。

## 6. まとめ

本稿では、小学校体育における「体力を高める運動」にかわり、第一に、最近の実践報告や研究動向から、「体力を高める運動」の実践がどのような傾向にあるのかを整理した。その結果、「体力を高める運動」はこれまでも取り扱いにくい内容であるとの指摘がされてきており、実践報告数は14件ときわめて少なく、教材の開発もあまり進められていないことが明らかになった。また、その背景には小学生には受け入れられにくいとされる必要充足機能が強調されており、その内容はトレーニング的で量的な体力を問題にする数値主義に基づき、自己の体力の高まりに着目した個

人主義的な立場から「体力を高める運動」が位置づけられていることが明らかになった。

また最近の研究では、「体力を高める運動」の運動の特性、学習観、身体観といった枠組みから展開されていることが明らかになったが、実際にどのように運動の内容構成を行っていけばよいのかという教材開発の提示までには至っていないことが浮き彫りとなった。

そこで、第二に、第一で問題として浮き彫りにされた、①運動特性の捉え方、②学習観の捉え方、③身体観の捉え方の三点について検討した。その結果、「体力を高める運動」の運動の特性は、欲求充足機能を前面に取り上げながら、結果として必要充足機能に結びつけるという表裏一体のものとして捉えることが肝要であると考察した。また、「体力を高める運動」の学習観は個人主義的な学習観から関係主義的な学習観へシフトすることが重要であると述べ、「体力を高める運動」における身体観は一人称的・三人称的身体から二人称的身体へと転換することで、新たな体育教育をひらく可能性があることを考察した。

こうした視点を持ちながら、第三に、「体力を高める運動」の新たな内容構成に基づく教材開発を行った。その結果、欲求充足と必要充足の機能の両方を重視しながら教材を作成するために、カード(A6版)形式を採用し、カードの表面には欲求充足の観点が分かるように、「運動の中心のおもしろさ」をイラストと文章で表記し、カードの裏面には体力の四つの要素(体の柔らかさを高めるための運動、巧みな動きを高めるための運動、動きを持続する能力を高めるための運動、力強い動きを高めるための運動)のどれと結びついているかという観点で示した。また、仲間と共に楽しみながら行える運動を行うことができるという観点から30の運動を選定し、仲間働きかけたり、仲間から働きかけられたりすることにより生まれる世界を大切に二人称的な身体から運動を取り上げた。

今後は、作成したカードを三重県内の小学校教師に配布することとし、カード活用に関する調査を行うことで、更なる教材の改善に資することが課題としてあげられる。また、作成したカードを活用した授業の開発や展開構成の検討が今後としてあげられる。

#### 【引用・参考文献】

- 広石英記(2005) ワークショップの学び論 ― 社会構成主義からみた参加型学習の持つ意義 ―, 教育方法学研究 31: 1-11.
- 本間二三雄(1996) 子どもにとって体操とは, 吉田茂・三木四郎編 教師のための運動学 運動指導の実践理論, 大修館書店, p.165.
- 藤田英典(1995) 学習の文化的・社会的文脈, 佐伯胖ほか編 学びへの誘い, 東京大学出版会, pp.108-109.
- 板垣了平(1990) 体操論, アイオーエム, はじめに.
- 鯨岡峻(2006) ひとがひとをわかるということ ― 間主観性と相互主体性 ―, ミネルヴァ書房, p.12.
- 松田恵示(1999) なぜ、子どもにやさしい教材を開発する必要があるのか, 学校体育 52 (9) : 8.
- 松田恵示(2001) 「かかわり」を大切にしたい新しい体育授業, 松田恵示・山本俊彦編 「かかわり」を大切にしたい小学校体育の365日, 教育出版, p.2.
- 文部科学省(2008 a) 小学校学習指導要領解説総則編, 東洋館出版社
- 文部科学省(2008 b) 小学校学習指導要領解説体育編, 東洋館出版社, p.9.
- 文部省(1999) 小学校学習指導要領解説体育編, 東山書房, p.21.
- 岡野昇(2003) 「かかわり合い」の成り立ちを重視した大学教育実践 ― 教員養成学部における「小学校専門体育」の実践から ―, 日本教師教育学会年報 12: 127
- 大塚隆(2004) 「体づくり運動」の教材研究―「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」に関する意識調査―, 東海大学紀要体育学部 34: 17
- 大塚隆(2005) 「体づくり運動」の教材研究(2)―「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」の関連性について―, 東海大学紀要体育学部 35: 26
- 佐伯聰夫(1995) 運動の特性と分類, 阪田尚彦ほか編 学校体育授業事典, 大修館書店, pp.120-121.
- 佐伯胖(1991) からだを動かすものは何か, 稲垣忠彦ほか編 シリーズ授業7 体育 跳ぶたのしき・側転, 岩波書店, pp.173-181.
- 埼玉県立スポーツ研修センター(1999) 体育に関する意識調査, 埼玉県立スポーツ研修センター研究報告書 50: p.6.
- 斉藤孝(2001) 自然体のつくり方 レスポンスする身体へ, 太郎次郎社.
- 佐々木浩(2000) 一人一人が楽しく学べる「体力を高める運動」, 女子体育 42 (2): 12
- 里見実(2005) 学校でこそできることは、なんだろうか, 太郎次郎社, p.36.
- 佐藤学(1997) 学びの身体技法, 太郎次郎社, p.98.
- 佐藤学(2000) 授業を変える 学校が変わる, 小学館.
- 鈴木直樹・塩沢榮一(2006) ワークショップ形式を導入した「体力を高める運動」の実践提案, 体育科教育学研究 22 (1): 25-34.
- 体育科教育編集部(2000~2009) 体育科教育 48 (1)-57 (14).
- 高橋健夫・三木四郎(1995) 体操の授業, 体育科教育 43 (13), 大修館書店, p.9.
- 宇土正彦(1995) [2] 学習指導要領にみる体育目標の変遷 学校体育授業事典, 宇土正彦監修 阪田尚彦ほか編, 大修館書店, p.104.
- 脇田裕久(2004) いま, どうなっている子どもの体力, 体育科教育 52 (12)
- 山本俊彦(2001) 「かかわり」を大切にしたい新しい体育授業,

松田恵示・山本俊彦編「かかわり」を大切にした小学校体  
育の 365 日、教育出版、p.20.

湯浅泰雄（1996）身体と間身体関係、井上俊ほか編 身体と  
間身体の社会学、岩波書店、pp.49-70.