

健やかな体の育成を目指す体育の授業

【プロフィール】

埼玉県内公立中学校教諭、埼玉大学教育学部附属中学校教諭、同副校長、文部科学省スポーツ・青少年局体育参事官付き教科調査官、埼玉県春日部市立柏壁小学校長、県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事、現職に至る。この間、学習指導要領の改訂に係る指導助言者(2回)や評価の参考資料の作成協力者(国立教育政策研究所)を務める。『中学校 新学習指導要領の展開 保健体育編』,明治図書(共著) .2018、『体育科教育学入門[三訂版]』,大修館書店 .2021(分担),『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料』,東洋館出版社 .2021 他



いしかわ やすなり
埼玉大学 准教授 石川 泰成

はじめに

編集部からいただいたテーマについて、まず、健やかな体をどのように捉えるか、そして、教科の授業での育成について私見を述べてみる。いわゆる「生きる力」に示された健やかな体は、健康、体力を指すものであるが、教科としての体育・保健体育科の授業では、他の教科等と同様、資質・能力の三つの柱ごとに指導すべき内容が存在していることは確認しておきたい。

1 健やかな体

まず、体育の授業で育成したい健やかな体をどのように捉えるか、である。

(1) スポーツ基本法から

スポーツ基本法(2011年6月公布)は、我が国のスポーツに関する基本理念等を定める法律である。スポーツを世界共通の人類の文化とした上で、特に青少年への意義等を取り上げ、次のように定めている。

(前略) スポーツは、とりわけ心身の成長の過程にある青少年のスポーツが、体力を向上させ、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培う等人格の形成に大きな影響を及ぼすものであり、国民の生涯にわたる健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育む基礎となるものである。(後略) 第二条第二項

(*傍線は筆者による。以下同様)

(2) 「持続可能な開発のための2030アジェンダ」(SDGs) から

2015年9月の国連サミットにおいて採択された。誰一人取り残さない社会の実現を目指し17の持続可能な開発のための目標と、169のターゲットが示されている。教育については、目標4に「すべての人に包摂的かつ公正な質の高い教育を確保し、生涯学習の機会を促進する。」として示し、本稿と関係の深いスポーツについては、ターゲットに次のように示された。

26. (スポーツ) スポーツもまた、持続可能な開発における重要な鍵となるものである。我々は、スポーツが寛容性と尊厳を促進することによる、開発及び平和への寄与、また、健康、教育、社会包摂的目標への貢献と同様、女性や若者、個人やコミュニティの能力強化に寄与することを認識する。

以上、国内外におけるスポーツへの期待や願い、可能性を示しているものとして2例を引いた。体の発育、発達への刺激や体力の向上にとどまらず、公正、規律、克己心、寛容性や尊厳、共生、等々が取り上げられていることに注目したい。体育の授業において育成したい健やかな体は、こうした社会と共有できる価値を宿した体と捉えたいのである。体育の授業で扱う教材が、既存のスポーツを素材に、教材へと改変して子供たちに提供されるものであるならば、目標や内容に運動やスポーツの価値等を強調して取り込むことが重要となろう。

2 学習指導要領と健やかな体

令和3年度、中学校で平成29年告示学習指導要領が全面実施となった。その理念と、健やかな体との関わりを検討してみる。

(1) 教科の目標

保健体育科の目標		
体育や保健の 見方・考え方 を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、 生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現 するための資質・能力を次のとおり育成することを旨とする。(注書き)		
知識及び技能	思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等

周知の通り、子供たちの今と将来を含め「豊かなスポーツライフを実現」するために、資質・能力の三つの柱ごとに目標が設定されている。これらをバランスよく指導し評価することを通して「何ができるようになるか」への答えを備えた、健やかな体の育成が求められているのである。

柱書きにある「見方・考え方」は、今次改訂で新たに盛り込まれた。「楽しさや喜び」、「体力の向上に果たす役割」、「する・見る・支える・知る」の多様な関わり方に関連付けること、が示されている。こうした、子供たちの見方・考え方を広げ、深め、繋げることができると学習指導の実現の中に、健やかな体の育成が成就するはずだ。さらに、注目したいのは、冒頭の運動やスポーツの「価値」である。答申¹では、この「価

値」を「公正、協力、責任、参画、共生、健康・安全等と考えられる、と示している。これは、資質・能力の三つの柱でいうところの「学びに向かう力、人間性等」の目標、内容との関連が深いと言えよう。

体育・保健体育科における「見方・考え方」

【体育の見方・考え方】

運動やスポーツの価値や特性に着目して楽しさや喜びを見出すとともに、体力の向上に果たす役割を捉え、自己の適性に応じた『する・見る・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること。

子供たちの見方・考え方が広がり、深まり、繋がっていく授業づくりを！

(2) 学びに向かう力、人間性等の「内容」

他教科等と違い、体育・保健体育科の運動に関する領域には、学習指導要領に「内容」が示されている。解説²⁾の表記から、改めてその背景を確認したい。

特に「学びに向かう力、人間性等」については、目標において全体としてまとめて示し、指導事項のまとまりごとに内容を示さないことを基本としている。しかし、運動領域においては、豊かなスポーツライフを実現することを重視し、従前より「態度」を指導内容として示していることから、「学びに向かう力、人間性等」に対応した内容を示すこととした。

運動に関する領域には、学習指導要領解説において、更に、公正、協力、責任、参画、共生及び健康・安全の具体的な指導事項が例示されている。また、生涯にわたって運動に親しむなどの運動への愛好的な態度は、これらの学習を通して育成されるものであるとし、その関係性も整理された。多くの愛好者を獲得し、持続可能な運動・スポーツを実現するには、スポーツのintegrity(高潔さ、健全性)が今後益々重視されることになる。この点からも、学びに向かう力、人間性等で示された内容は、児童生徒にとって大切な学習する内容となるはずである。

(3) 体育・健康に関する指導

学習指導要領の総則において、「体育・健康に関する指導」は、学校の教育活動全体を通して適切に取り組むことを求めている。これは、発育、発達過程にある児童生徒にとって、健やかな体の育成は一教科にとどまらない、極めて重要な教育課題であるためだと言える。その際、考慮したいのは、解説³⁾に記載されている、次の一文である。

体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、「生きる力」を支える重要な要素である。

体力は、単に強健な体だけではなく、健康の維持、意欲や気力といった精神面の充実にも寄与するものであるとしている。クオリティ・オブ・ライフの向上に向け、豊かな資源を蓄えた健やかな体こそが「『生きる力』の重要な要素」と呼べるのではないだろうか。関

連して解説⁴⁾において、新体力テストの活用について留意点が示されている。

新体力テストなどの測定結果を利用する際には、例えば、測定項目の長座体前屈は体の柔らかさの一部を測定するものではあるが、これ以外にも体の柔らかさを高める必要があることや、成長の段階によって発達に差があることなどを理解させ、測定項目の運動のみを行ったり、測定値の向上のために過度な競争をあおったりすることのないよう留意することなどが大切である。

例えば、各測定項目の県の平均値等を児童生徒に示し、その記録を超えるまで計測を繰り返す、などの実践を危惧していることが、透けて見える。

個々の児童生徒により体力の程度は違う、という前提に立つならば、一律の、目標や内容、運動の負荷等の提供がそぐわないことは明白である。各自の現状把握、目標や課題設定、運動選択、成果の確認、目標等の修正といったPDCAサイクルを回し、課題解決的な取り組みの中で、達成感を味わわせ、やればできるの自尊感情を高めたものである。まさに、思考力、判断力、表現力等の育成に絶好の教材と言えまいか。必要な知識等を基に、自己の体力に応じた適切な行い方を工夫し、実践できる資質・能力の育成は、全ての子供たちが学ぶ体育の授業を中核に保障されるべきものである。さらに、教科の学習で育んだものを、学校の他の教育活動や家庭等において、積極的に活用することができる、健やかな体を育成したいのである。自らの学びを、自らの手で改善できる学び手の育成の中で。

むすびに

『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)」(中教審 2021)が示された。ここでは、学習指導要領の着実な実施とICTの活用を踏まえた「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善への取り組みが強調されている。個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実、具体的に授業の何を変え、健やかな体の育成に結び付くのだろうか。コロナ禍で得た教訓や財産をも活かしながら、ポストコロナへ向けて、自ら学び続ける力の育成が求められている。子供たちに、先生方に。

<引用・参考文献>

- 1) 中央教育審議会：幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について(答申)。2016. p.187脚注
 - 2) 文部科学省：中学校学習指導要領(平成29年告示) 解説 保健体育編。2017. p.13
 - 3) 前掲 p.243
 - 4) 前掲 p.55
- ・文部科学省：小学校学習指導要領(平成29年告示) 解説 体育編 2017