

# 体育科における体づくり運動をめぐる論議

## —その実践的位置づけに関する論点整理—

徳光 哲生\*・海野 勇三・中島 憲子\*\*・口野 隆史\*\*\*

Re-consideration of the Discussions about Contents of Physical Fitness  
in Physical Education

TOKUMITSU Tetsuo\*, UNNO Yuzo, NAKASHIMA Noriko\*\*, KUCHINO Takashi\*\*\*

(Received December 7, 2009)

キーワード：体育科学習、体づくり運動、小学校学習指導要領

### はじめに

文部科学省の示す学習指導要領において、体づくり運動が本格実施されて10年あまりが経過した。また、平成20(2008)年に示された次期学習指導要領においては小学校低学年から高校までの12年間、一貫して体づくり運動が導入されることとなった。

体づくり運動領域は、昨今の「巧みな動きができない」「育ちそびれ」また「体力の低下」という子どもたちの身体を取り巻く問題点から生まれてきたものである。生活環境が変わり、生活様式が変わってきた中で、本来日常生活の中で自然に、徐々に身につけていた多くの運動能力・巧みな動きが身につけていない傾向が強い今の子どもたちにとっては、体づくり運動に代表されるような学びの場が必要である、とされているのである。

しかし、体づくり運動領域の教育内容としての存在価値については、導入当初より、必ずしも肯定的な論調だけでなく、疑問視または批判的な論調も展開されてきた。体づくり運動領域の存在価値をさぐり、よりよいカリキュラム作成を目指す上でこれらの論議をひも解き、そこでの主要な論点を析出することは非常に有用であると考えられる。

そこで、本研究では、体づくり運動領域のうち特に多様な動きをつくる運動遊び・多様な動きをつくる運動・体力を高める運動に焦点化し、これらに関連する様々な意見を実践者及び専門家の主張をもとにまとめ、論点の整理を試みることにした。

### 1. 研究方法

まず、体づくり運動へと向かう領域の変遷に焦点を当て、戦後における小学校学習指導要領の流れをまとめるとともに、新・旧の学習指導要領の比較を行う。次に、体づくり運動をめぐる専門家や実践者の主張を、『体育科教育』(1990.1月号～2009.10月号ま

\*山口大学大学院教科教育専攻保健体育専修 \*\*中村学園大学 \*\*\*京都橘大学

で)、『たのしい体育・スポーツ』(1999.1月号～2009.8月号まで)、『体育の科学』(1989.1月号～2009.10月号まで)の中から探り出し、そこでの論議過程を考察する。本稿で考察の対象とした論文は以下の通り(『体育科教育』…34本、『たのしい体育・スポーツ』…19本、『体育の科学』…16本、計71本)である。

筆者	タイトル	雑誌名	年・巻・号
石井 喜八	新しい学習指導要領への改訂	体育の科学	1989.39
梅本 二郎	小学校学習指導要領改善の視点	体育の科学	1989.39
江橋慎四郎	学習指導要領と生涯スポーツ	体育の科学	1989.39
加賀谷熙彦	児童の体力の現状と小学校学習指導要領	体育の科学	1989.39
羽田 積男	新しい学校教育と「学習指導要領」	体育科教育	1999.2
佐伯 聡夫	新学習指導要領をめぐる論議と教育実践の主体化	体育科教育	1999.2
岩田 靖	新学習指導要領と体育教科論・授業論	体育科教育	1999.2
内海 和雄	新学習指導要領の目玉と今後の課題	体育科教育	1999.2
田中 聡	新学習指導要領に思う	体育科教育	1999.2
高橋建夫他	体ほぐし運動をどう授業に仕組むか(座談会)	体育科教育	1999.5
久保 健	転換が求められる体育教師の指導観	体育科教育	1999.5
小林 芳文	「体づくり運動」の考え方・進め方	体育科教育	1999.5
小林 寛道	体ほぐしの科学的背景	体育の科学	1999.49
高橋 建夫	学習指導要領にみられる「体ほぐし」の考え方	体育の科学	1999.49
大友 智	「体ほぐしの運動」	体育科教育	2000.2
本村 清人	移行期の体育をどうするか	体育科教育	2000.2
久保 健	「体づくり運動」をどう受けとめるか	たのしい体育・スポーツ	2000.4
丸山 真司	新学習指導要領の移行期の意味	たのしい体育・スポーツ	2000.4
神田 英雄	乳幼児期における発達の土台とはなにか	たのしい体育・スポーツ	2001.8
口野 隆史	子どもの発達と就学前の指導	たのしい体育・スポーツ	2001.8
鐘ヶ江淳一	幼児期における「発達の土台」とは何か	たのしい体育・スポーツ	2001.8
野井 真吾	今、子どもの体に何が起きているのか	体育科教育	2005.2
久保 健	権利としての子どものからだを見つめる	体育科教育	2005.2
滝沢 文雄	技(コツ)を習得する[からだ]から見えるもの	体育科教育	2005.2
小林 寛道	体育論と体力論	体育の科学	2005.55
新宅 幸憲	乳幼児期における体育	体育の科学	2005.55
久保健/原田奈名子	小学校教育における体育論	体育の科学	2005.55
中森 孜郎	「体力向上」政策の批判的検討	たのしい体育・スポーツ	2006.3
大貫 耕一	「身体能力づくり」をどう考えるか	たのしい体育・スポーツ	2006.3
山崎 健	「体力ってなあに？」	たのしい体育・スポーツ	2006.3
中瀬古 哲	「学習指導要領改訂」の動向	たのしい体育・スポーツ	2006.3
渡辺 孝之	「体力の管理」ではなく	たのしい体育・スポーツ	2006.3
久保 健	学習指導要領改訂でこれからの体育どうなるのか	たのしい体育・スポーツ	2006.10
藤井 千春	子どもを統一的に育てるカリキュラム	体育科教育	2007.3
小澤 治夫	「身体能力」の育成をはかるカリキュラムを創る	体育科教育	2007.3

東根 明人	体づくり運動を低学年から扱うことの意義とは	体育科教育	2007. 5
三木 四郎	体育の系統性をどう考えるか	体育科教育	2007. 5
高橋 建夫	学童期の体力づくり	体育の科学	2007. 57
酒井 俊郎	幼児期の体力づくり	体育の科学	2007. 57
上田 憲嗣	豊かな運動感覚を育む低学年体育の在り方	体育科教育	2007. 10
中村なおみ	体の主体者をめざして	体育科教育	2008. 2
高橋 建夫	教育改革でこれまでの体育はこう変わらねばならない	体育科教育	2008. 5
友添秀則他	新学習指導要領と体育（座談会）	体育科教育	2008. 6
岡出 美則	新学習指導要領にみる文科省の意図とねらい	体育科教育	2008. 6
石田 智巳	新学習指導要領への期待とその体制がもたらす不安	体育科教育	2008. 6
鈴木 秀人	「楽しい体育」を標榜する立場から	体育科教育	2008. 6
久保 健	新学習指導要領-体育の何が変わったか、どう向き合ったらよいか(1)	たのしい体育・スポーツ	2008. 9
久保 健	新学習指導要領-体育の何が変わったか、どう向き合ったらよいか(2)	たのしい体育・スポーツ	2008. 10
長谷川聖修	「身体能力」の育成を企図した授業をデザインする	体育科教育	2008. 10
久保 健	体育への期待「体力向上」にどう応えるか	体育科教育	2008. 10
口野 隆史	幼年期の遊びの進め方・まとめ（重点）と課題	たのしい体育・スポーツ	2008. 11
安武 一雄	中学年体育の授業づくり・まとめと課題	たのしい体育・スポーツ	2008. 11
岨 和正	高学年体育の教材・授業づくりの中間まとめと課題	たのしい体育・スポーツ	2008. 11
佐藤 毅	体づくり運動「7単位時間以上」はこう実践する	体育科教育	2008. 11
近藤 智靖	低中学年の体づくり運動への私案	体育科教育	2008. 12
岡出 美則	「学習指導要領」と子どもの運動	体育の科学	2008. 58
内藤 久士	「体力・運動能力調査報告書」の意味するもの	体育の科学	2008. 58
品田 龍吉	移行期には「新しい体育」へと踏みだそう	体育科教育	2009. 1
三木 四郎	いま、なぜ「体づくり運動」か	体育科教育	2009. 4
松本格之祐	「体づくり運動」では何をどう変えねばならないか	体育科教育	2009. 4
井谷 恵子	スーパーフィットは要らない！体づくり運動の「落ちこぼしゼロ」プログラムを！	体育科教育	2009. 4
白簇和也他	体づくり運動をどう授業に仕組むか（座談会）	体育科教育	2009. 4
徳永 隆治	「多様な動きをつくる運動（遊び）」はどう具体化するか	体育科教育	2009. 4
中島 憲子	幼児期のデータが語る子どもの今	たのしい体育・スポーツ	2009. 5
野井 真吾	子どもの“体力低下”の真の解決を目指して	たのしい体育・スポーツ	2009. 8
黒井 信隆	新学習指導要領に向き合う中学年体育	たのしい体育・スポーツ	2009. 8
小林 寛道	子どものからだど運動・遊び・スポーツ	体育の科学	2009. 59
近藤 良平	幼児期の運動	体育の科学	2009. 59
阿江 通良	幼児の動きの発達にはさらに何が必要か	体育の科学	2009. 59

最後に、それらから導き出される体づくり運動の存在価値とカリキュラム作成や実践上の課題についてまとめる。

## 2. 考察

### 2-1 小学校学習指導要領の変遷

#### 2-1-1 学習指導要領

学習指導要領は、周知の通り、小学校・中学校・高等学校の教育課程の編成、各教科・道徳・特別活動の目標や内容、授業時間数の取り扱い、各教科等の指導計画作成の配慮事項などに関する国の基準であり、学校教育法施行規則をもとに文部科学省が定めているものである。

その変遷をたどると、もとは戦後（昭和22年）の学校体育指導要綱であり、その後、昭和24年の学習指導要領、昭和28年学習指導要領、昭和33年学習指導要領、昭和43年学習指導要領、昭和52年学習指導要領、平成元年学習指導要領、平成10年学習指導要領と改訂が進められ、平成20年に最新の学習指導要領が示されるに至っている（昭和33年の改訂以後は文部省〔現：文部科学省〕告示の性格を有している）。

体育に関して見てみると、戦後、「体育科」という教科名への変更が行われた。体操領域・体づくり運動領域に関して見てみると、昭和43年の学習指導要領で体操領域が拡大したことから、それまでの「徒手体操」から「体操」へと領域名が変更されると同時に、体力づくり重視の体育や業間体育が重視されるようになった。また昭和52年の改訂以降は「楽しい体育」の考え方が学習指導要領に反映されていった。

その間、「動けない身体」「巧みな動きができない子ども」および「体力低下」が問題視され、さらには子どもたちの心の問題もクローズアップされるなかで、平成10年の改訂では「体ほぐしの運動」が体操領域に位置づけられ、それに伴い名称も「体操」から「体づくり運動」へと変更される。以上を表1に簡単に示す。

表1 小学校学習指導要領における体操及び体づくり運動の変遷

改訂年	名称および内容
昭和24年	「徒手体操」
昭和43年	「体操」（「用具を用いた運動」「力試しの運動」の導入）
平成10年	「体操」から「体づくり運動」へ
平成20年	「体づくり運動」 小学校低学年より（高等学校まで）一貫して導入

#### 2-1-2 現行の学習指導要領との比較

次に、現行の小学校学習指導要領と改訂（次期）学習指導要領の比較についてまとめておきたい。

これまで、低・中学年では「基本の運動」と「ゲーム」という大まかなくくり、高学年で各種の運動領域に分類されていたものが、次期学習指導要領では領域の明確な分化によって高学年での学習に接続する構成となっている。次期学習指導要領では、「体育科改訂の要点」において「特に、『基本の運動』については、高学年への系統性が見えにくいものとなっていたことから変更し、従前「内容」として示されていたものを『領域』として示すこととした<sup>1)</sup>と説明されている。この点に関し、久保(2008)は「動きや技能の

発展の系統性を重視した」<sup>2)</sup> ものであると述べている。

表2 現行小学校学習指導要領における運動領域構成

1・2年	3・4年	5・6年
基本の運動	ゲーム	体づくり運動
		器械運動
		陸上運動
		水泳
		ボール運動
表現運動		

表3 次期小学校学習指導要領における運動領域構成

1・2年	3・4年	5・6年
体づくり運動		
器械・器具を使つての運動遊び	器械運動	
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳
ゲーム		ボール運動
表現リズム遊び	表現運動	

## 2-2 体づくり運動

「体づくり運動」とは、「心と体の関係に気づくこと、身体の調子を整えること、仲間と交流することなどの体ほぐしをしたり、体力を高めたりするために行われる運動」<sup>3)</sup> であり、前述の通り、次期指導要領では低・中学年にも位置づけられた。その構成は全学年に位置づけられた「体ほぐし」と、低・中学年の「多様な動きをつくる運動遊び」「多様な動きをつくる運動」と高学年の「体力を高める運動」である(表4)。

表4 体づくり運動の内容

1・2年	3・4年	5・6年
体ほぐしの運動		
多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動	体力を高める運動

体ほぐしの運動に関しては低・中学年では「心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動をすること」<sup>4)</sup> が、高学年では「心と体の関係に気付いたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするための手軽な運動や律動的な運動をすること」<sup>5)</sup> が内容として記載されている。また、各学年における多様な動きをつくる運動遊び、多様な動きをつくる運動および体力を高める運動の内容については、例示の中で以下のように示されている。

表5 各学年の内容

(「多様な動きをつくる運動遊び」・「多様な動きをつくる運動」・「体力を高める運動」に関して)

1・2年	体のバランスをとったり移動したりする動きや、用具を操作したり力試しをしたりする動きを意図的にはぐくむ運動遊びを通して、 <u>体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとして行う。</u>
3・4年	体のバランスをとったり移動をしたりする動きや、用具を操作したり力試しをしたりする動きを意図的にはぐくむ運動を通して、 <u>体の基本的な動きを総合的に身に付けるとともに、それらを組み合わせた動きを身に付けることをねらいとして行う。</u>
5・6年	「多様な動きをつくる運動遊び」や「多様な動きをつくる運動」で身に付けた動きや動きの組み合わせをもとに、 <u>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、自己の体力に応じて体力づくりが実践できることをねらいとする。</u>

以上、表5にまとめたとおり、1・2年生では、体の基本的な動きを身に付け、3・4年生では身に付けたものを組み合わせた動きづくりを目指し、5・6年生では、それまでに身に付けたものをもとに自己の体力に応じて体力づくりを実践することをねらいとしている。

また、体づくり運動領域の詳しい内容・運動の例示等についての詳細は、表6に示すとおりである。

## 2-3 学習指導要領改訂をめぐる論議

### 2-3-1 学習指導要領全体を見渡しての議論

次期学習指導要領における運動領域の編成についてはすでに前節でまとめたが、この編成について、久保(2008)は「動きや技能の発展の系統性を重視したという意味では理解できるが、反面、これまでの低学年の運動遊びの「未分化性」や「総合性」への配慮という観点は薄れる」<sup>6)</sup>としている。また、「「基本の運動」についても同様の問題がある」<sup>7)</sup>とも述べ、「これまで「基本の運動」や「ゲーム」の中にあった各種目には直接つながらない運動内容(鬼遊びなど)の扱いがどうなるのかは気になるところである」<sup>8)</sup>としている。

### 2-3-2 「体力向上」指向に関する論議

続いて、体づくり運動の「体力向上」につながる処方箋としての意味合いに関する視点での論である。

次期学習指導要領では、改訂の要点として明確に「体力向上の重視」が謳われている。そこでは、「運動する子どもとそうでない子どもの二極化の傾向や子どもの体力の低下傾向が依然深刻な問題になっていることから、すべての運動領域で適切な運動経験を通して、一層の体力の向上を図ることができるよう指導の在り方を改善することとした」<sup>9)</sup>とされ、「特に『体づくり運動』は基本的な動きを培うことねらいとして低学年から示すとともに第1学年から第6学年のすべての学年で指導することとした」<sup>10)</sup>と示されている。次期学習指導要領に関する座談会においても、高橋(2008)は「これまで体づくり運動は体力向上のための運動、その他の運動領域は体力向上に一切関係ないと区切って理解さ

れるくらいがありました。その区分はあまりに形式的<sup>11)</sup>と述べ、佐藤(2008)も「体づくり運動の領域以外でも学習した結果としての体力の向上を図ることができるような指導の在り方を重視して<sup>12)</sup>いるとし、どちらも「体力向上」を重視した論調である。

果たして、体力向上を謳う領域が小学校から位置づけられることが適切なのかどうか、様々な専門家もこの点については、危惧を抱いている。石田(2008)は「政策的にも体力の向上が目指されるようになって<sup>13)</sup>「そのため『健やかな体を育てる』と枠づけられた部会での議論も、『身体能力』が柱の最初に来たわけである<sup>14)</sup>とし、「指導要領の外枠を見る限り、外部から体育に期待されているのは『健やかな身体をつくる』ことであり、『体力の向上』だといえよう<sup>15)</sup>と述べている。そして、「どれだけ文化論的な内容が指導要領に盛り込まれたとしても、目標と結果が管理されている状況下では、授業が体力テスト対策的になり、体力管理主義に陥ることを危惧する<sup>16)</sup>とまとめている。この点に関しては、鈴木(2008)も同様に「今回の改訂で低学年まで広げられた『体づくり運動』を1つの拠点にして、体育の授業は、体力づくりのためのトレーニングの時間に転化してしまう危険性も十分に孕んでいる<sup>17)</sup>と述べている。

ここで体力低下に関する論議に少し触れておきたい。

久保(2008)は体力向上について「体力が本当に低下しているのか?」、という投げかけの後でさらに続け次のように述べている。「したがって、私には、『体力低下』→『体力づくり』という主張は、親・国民の漠然とした健康不安に乗じた『作られたキャンペーン』ではないかという疑いがある<sup>18)</sup>と。また、中森(2006)は、わが国の「体力向上」施策の問題点として、まず第一に、体力低下の原因のとらえ方を挙げ、「60年代からの受験戦争の激化、学校と塾の二重構造化、野放しのメディア漬けを指摘し、今日の「学力向上」施策がこれまで以上に子どもから「子ども期」を年齢にふさわしく生きる権利を抑圧することは必至である<sup>19)</sup>と述べている。さらに第二の問題としてあまりにも短絡的に「体力向上」の効果をあげる対策に走っていることだとして「全国的な体力検査の実施を批判し、体育が体力数値を自己目的化することになり、体育が文化ではなくなり、調教・訓練に墜ちてしまう<sup>20)</sup>とまとめている。

以上を小括すると、特に、小学校低・中学年における体づくり運動(多様な動きをつくる運動遊び・多様な動きをつくる運動)において、結果としての体力向上を見据えることの危険性を指摘できよう。運動に対する二極化傾向やうまく動けない現状をしっかりと把握したうえで、「運動に親しむ素地」「動ける身体」「巧みに動ける子ども」の育成を第一義とすることを忘れずにカリキュラム作成や実践を行う必要があるといえる。

### 2-3-3 動きの発達に関する論議

小学校期(特に低・中学年)の体づくり運動領域が、体力向上の観点よりも「多様な動きを身につけること」にしっかりと焦点を当てた取り組みが求められるべきと捉えるならば、「動けない身体」の現状に迫り、「動ける身体」獲得に向け、どのような取り組みが必要なのかを考える必要がある。

文部科学省中央審議会・教育課程部門の「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会」(平成16年10月)では、保健体育科において「すべての子どもたちが身につけるべきミニマムとはなにか」について審議された。そのような中、日本体育協会スポーツ医・科学専門委員会事業で行われたものに「幼少年期に身につけておくべき基本運動(基本的

動き)に関する研究」等も行われ、その研究の成果が期待されているところである。

今の小学校期における子どもたちの「育ちそびれ」の実情を中島(2009)も次のように指摘する。「3S(スリーエス)といわれる「ス潰けの生活」が増え、子どもたちに必要な遊ぶための時間、空間、仲間といった「3つの間」と反比例し<sup>21)</sup>、「そのことによって子どもらしい生活が影をひそめてしまった」<sup>22)</sup>。3Sとは、スクリーン(テレビやビデオ、ゲームなど)、スクール(習い事)、スポーツ(習うスポーツ)である。「子どもたちは遊びを通してさまざまな体力や身体能力を身につけていくが、ここ近年では「運動遊び」＝「身体を動かす遊びを自分たちで自由に生み出し、想像力を発揮してルールを造りながら好きな仲間とたっぷりと遊び込むもの」というより、「お金を出して1つのスポーツを習い、その習ったスポーツの技や技術を上達させ、決められた仲間と決められたルールで汗を流すもの」というように特殊な身体能力や技術の習得が「運動ができる子ども」として解釈されることがあるように思う<sup>23)</sup>。さまざまな遊びや身体を動かす機会がなく、多様な動きの獲得が困難な今の子どもたちの現状を的確に指摘しているものだと捉える。習うスポーツを行っていない子どもに至っては、ますます運動の二極化傾向を引き起こす危険性を孕んでいるということである。

安武(2008)は、中学年における教科内容の重点として、「発達の質的転換期」を重視している。「それまでの幼児性を引きずった時期を越え、認識面では具体的思考から抽象的思考への移行期に入る。時間や空間を把握しながら見通しを持って行動していく力も伸びていく。身体・運動能力の面でも、神経系の発達に導かれ基礎的な運動能力の上に持久力や心肺機能が発達してくるので、特別な巧緻性や筋力・パワー・熟練度が必要な運動以外はほとんど可能になってくる時期でもある」<sup>24)</sup>としている。また、この時期の子どもは、「特定の集団内ではあるが、個々の結びつきを強め、役割分担や約束・ルールを自ら作って社会的知識や技能の基礎を学び合う」<sup>25)</sup>時期としながら、「かつて『発達の安定期』とも考えられてきた」<sup>26)</sup>ものは、社会環境の変化により、「この時期においても困難性をましている」<sup>27)</sup>としている。「この時期には『姿勢操作』や『スピードコントロール』『予測・判断』といった運動技能を養う」<sup>28)</sup>さまざまなスポーツに出会うことの必要性を論じているが、これは、そのまま中学年における体づくり運動における多様な動きづくりに密接に関連する指摘と捉えることができよう。

#### 2-3-4 論点の整理

1998年以降の多くの文献をさぐった結果、平成10年の学習指導要領改訂の折に、「体操」から「体づくり運動」へと名称変更を行うきっかけとなった「体ほぐしの運動」については多くの論や実践に向けての試案等が見受けられた。

一方、「多様な動きをつくる運動遊び」「多様な動きをつくる運動」「体力を高める運動」について、次期学習指導要領実施に向けた動きが活発化する現在、これもまた多くの議論や試案が見受けられる。

この中には、いわゆる実践に向けての試案となるものが数多く提案されている一方で、その本質についての議論の中心はやはり「体力向上」をどう捉えるか、ということが中心となっている。「結果としての体力向上」を提言する論に対し、「子どもの現状を踏まえると、体力低下の原因をもっとしっかりと見つめ直す」ことや「育ちそびれ」「うまく動けない身体」に対する体育科として行うべきことをしっかりと見つめ直すことの重要性を

述べた論が多数を占めている。

## おわりに

本研究において、体力づくり運動をめぐる諸見解を分析した結果、体づくり運動を体力向上を第一義とする運動領域であると理解することは、実践レベルで体づくり運動の教育可能性を制限することにつながり、結果として、体力づくりの体育へと逆もどりさせしてしまう危険性を孕むことになるように思われる。むしろ小学校期においては、体づくり運動を多様な動きを確実に身につけ、広い意味での身体能力をすべての子どもに育成することを主要な目標として取り組むことが求められているように思われる。

今後は、こうした理解を踏まえた上で、いかに有効なカリキュラム作成を行うことができるかを検討し、実践の中で検証していく必要がある。

## 引用文献

- 1) 文部科学省：「小学校学習指導要領解説 体育編」，東洋館出版社，5，2008.
- 2) 久保 健：新学習指導要領-体育の何が変わったか、どう向き合ったらよいか（2），たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，44，2008年10月号.
- 3) 文部科学省：「小学校学習指導要領解説 体育編」，東洋館出版社，44，2008.
- 4) 文部科学省：「小学校学習指導要領解説 体育編」，東洋館出版社，23,40，2008.
- 5) 文部科学省：「小学校学習指導要領解説 体育編」，東洋館出版社，61，2008.
- 6),7) 久保 健：新学習指導要領-体育の何が変わったか、どう向き合ったらよいか（2），たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，44，2008年10月号.
- 8) 久保 健：学習指導要領改訂をめぐる動向と問題，たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，8，2008年11月号.
- 9),10) 文部科学省：「小学校学習指導要領解説 体育編」，東洋館出版社，6，2008.
- 11) 高橋建夫：新学習指導要領と体育，体育科教育，大修館書店，10，2008年6月号.
- 12) 佐藤 豊：新学習指導要領と体育，体育科教育，大修館書店，10，2008年6月号.
- 13)～16) 石田智巳：新学習指導要領への期待とその体制がもたらす不安，体育科教育，大修館書店44，2008年6月号.
- 17) 鈴木秀人：「楽しい体育」を標榜する立場から，体育科教育，大修館書店，47，2008年6月号.
- 18) 久保 健：体育への期待「体力向上」にどう応えるか—からだと動きの「育ちそびれ」の克服に向けて—，体育科教育，大修館書店，24，2008年10月号.
- 19),20) 中森孜郎：「体力向上」施策の批判的検討，たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，12，2006年3月号.
- 21)～23) 中島憲子：幼児期のデータが語る今の子ども，たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，28-30，2009年5月号.
- 24)～28) 安武一雄：中学年体育の授業づくり・まとめと課題，たのしい体育・スポーツ，学校体育研究同志会，18-20，2008年11月号.

表6 小学校学習指導要領「体育」

	1・2年	3・																						
(1) 運動	<p>(1) 次の運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では、心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動をすること。</p> <p>イ 多様な動きをつくる運動遊びでは、体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、用具の操作などをすること。</p>	<p>(1) 次の運動を行い、体を動かす楽しさにする。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では、心と体の合ったりするための手軽な運動</p> <p>イ 多様な動きをつくる運動遊びで用具の操作などをすること。</p>																						
運動の例示	<p style="text-align: center;"><b>ア 体ほぐしの運動</b></p> <p>体を動かすと気持ちが良いこと 力いっぱい動くと汗が出たり心臓の鼓動が激しくなったりすること</p> <p>■のびのびとした動作で用具などをを用いた運動 ■リズムに乗って、心が弾むような動作で運動 ■リラックスしながらペアでのストレッチング ■動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動 ■伝承遊びや集団による運動遊び</p> <p style="text-align: center;"><b>イ 多様な動きをつくる運動遊び</b></p> <p>体の基本的な動きを総合的に身に付ける</p> <p style="text-align: center;">(ア) 体のバランスをとる運動遊び</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■回る 片足を軸にして</td> <td>■寝ころぶ、起きる 足の裏を合わせて座り、両手で足をもち、背中を床に接触しながら回る</td> <td>■座る、立つ 肩を組んだり背中を合わせたりして</td> <td>■バランスを保つ しゃがんで相手のバランスを崩したり、相手にバランスを崩されないように</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(イ) 体を移動する運動遊び</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■這う、歩く、走る 大きな門を</td> <td>■跳ぶ、はねる 両足や片足で跳び、①空中で向きを、②リズムや方向を変える</td> <td>■一定の速さでのかけ足 無理のない速さで2～3分程度続けて</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(ウ) 用具を操作する運動遊び</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボール、輪で</td> <td>■くぐる 長なわの大波小波回っているなわ</td> <td>■運ぶ 友達と背中にボールをはさんで</td> <td>■投げる、捕る 上に投げたボールを両手や片手で</td> <td>■乗る 低い竹馬に乗って</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(エ) 力試しの運動遊び</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■人を押す・引く、力比べ すもう遊び、引き合い遊び</td> <td>■人を運ぶ、支える いろいろな方向に引きずる、おんぶ、腕立て伏臥で手や足を支点に回る</td> </tr> </table>	■回る 片足を軸にして	■寝ころぶ、起きる 足の裏を合わせて座り、両手で足をもち、背中を床に接触しながら回る	■座る、立つ 肩を組んだり背中を合わせたりして	■バランスを保つ しゃがんで相手のバランスを崩したり、相手にバランスを崩されないように	■這う、歩く、走る 大きな門を	■跳ぶ、はねる 両足や片足で跳び、①空中で向きを、②リズムや方向を変える	■一定の速さでのかけ足 無理のない速さで2～3分程度続けて	■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボール、輪で	■くぐる 長なわの大波小波回っているなわ	■運ぶ 友達と背中にボールをはさんで	■投げる、捕る 上に投げたボールを両手や片手で	■乗る 低い竹馬に乗って	■人を押す・引く、力比べ すもう遊び、引き合い遊び	■人を運ぶ、支える いろいろな方向に引きずる、おんぶ、腕立て伏臥で手や足を支点に回る	<p style="text-align: center;"><b>ア</b></p> <p>体を動かす 体の力を抜</p> <p>運動を通して、日常生活での身のこなしや体の調子を整えるとともに、心の状態を軽やかにする。</p> <p>だれとでも仲よくし、協力したり助け合ったりし、体を動かす楽しさが増すことを体験する</p> <p style="text-align: center;"><b>イ</b></p> <p>体の基本的な動きを総合的に身に</p> <p style="text-align: center;">(ア) 体のバラン</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■回る 片足を軸にして回りながら移動</td> <td>■寝ころぶ、起きる 手をつないで</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(イ) 体を移動す</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■這う、歩く、走る 物や用具の間を速さや方向を変えて</td> <td>■跳ぶはねる 両足でとんで足じゃんけん 速さやリズムを変えたスキップやギャロップ</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(ウ) 用具を操作</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボールを片手で</td> <td>■転がす、くぐる、運ぶ 輪を両膝や足首にボールを挟んで</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(エ) 力試しの</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■人を押す・引く、力比べ 重心を低くして押す・引く 人数を変えて綱引き</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">(オ) 基本的な</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>■バランスをとりながら移動 物を持つたりかたまりして歩く、走る</td> </tr> </table>	■回る 片足を軸にして回りながら移動	■寝ころぶ、起きる 手をつないで	■這う、歩く、走る 物や用具の間を速さや方向を変えて	■跳ぶはねる 両足でとんで足じゃんけん 速さやリズムを変えたスキップやギャロップ	■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボールを片手で	■転がす、くぐる、運ぶ 輪を両膝や足首にボールを挟んで	■人を押す・引く、力比べ 重心を低くして押す・引く 人数を変えて綱引き	■バランスをとりながら移動 物を持つたりかたまりして歩く、走る
	■回る 片足を軸にして	■寝ころぶ、起きる 足の裏を合わせて座り、両手で足をもち、背中を床に接触しながら回る	■座る、立つ 肩を組んだり背中を合わせたりして	■バランスを保つ しゃがんで相手のバランスを崩したり、相手にバランスを崩されないように																				
■這う、歩く、走る 大きな門を	■跳ぶ、はねる 両足や片足で跳び、①空中で向きを、②リズムや方向を変える	■一定の速さでのかけ足 無理のない速さで2～3分程度続けて																						
■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボール、輪で	■くぐる 長なわの大波小波回っているなわ	■運ぶ 友達と背中にボールをはさんで	■投げる、捕る 上に投げたボールを両手や片手で	■乗る 低い竹馬に乗って																				
■人を押す・引く、力比べ すもう遊び、引き合い遊び	■人を運ぶ、支える いろいろな方向に引きずる、おんぶ、腕立て伏臥で手や足を支点に回る																							
■回る 片足を軸にして回りながら移動	■寝ころぶ、起きる 手をつないで																							
■這う、歩く、走る 物や用具の間を速さや方向を変えて	■跳ぶはねる 両足でとんで足じゃんけん 速さやリズムを変えたスキップやギャロップ																							
■つかむ、持つ、降ろす、回す、転がす いろいろなボールを片手で	■転がす、くぐる、運ぶ 輪を両膝や足首にボールを挟んで																							
■人を押す・引く、力比べ 重心を低くして押す・引く 人数を変えて綱引き																								
■バランスをとりながら移動 物を持つたりかたまりして歩く、走る																								
(2) 態度	<p>(2) 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたることができるようにする。</p> <p>ア 進んで取り組む。</p> <p>イ 順番やきまりを守り、仲よく運動をする。</p> <p>ウ 準備や片付けを、友達と一緒にする。</p> <p>エ 危険物が無いか、友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付ける。</p>	<p>(2) 運動に進んで取り組み、きまりをできるようにする。</p> <p>ア 進んで取り組む。</p> <p>イ きまりを守り、動ましあって運準備や片付けを、友達と一緒に</p> <p>エ 危険物を取り除いたり、用具の</p>																						
(3) 思考・判断	<p>(3) 体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫できるようにする。</p> <p>ア 体を動かすと気持ちが良いことに気付き、友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動をしたりするなど、楽しく運動できる行い方を選ぶ。</p> <p>イ 多様な動きをつくる運動遊びの行い方を知り、友達の良い動きを見付ける。</p>	<p>(3) 体づくりのための運動の行い</p> <p>ア 運動に仕方によって気持ちが変わったりするなど、楽しく運動できる</p> <p>イ 多様な動きをつくる運動の行い方</p>																						

## 【体づくり運動】領域の内容

4年	5・6年					
<p>心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるよう</p> <p>変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわりや律動的な運動をすること。</p> <p>は、体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、</p>	<p>(1) 次の運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体力を高めることができるようにする。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では、心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするための手軽な運動や律動的な運動をすること。</p> <p>イ 体力を高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動をすること。</p>					
<p><b>体ほぐしの運動</b></p> <p>と心も弾むこと くと気持ちがよいこと</p> <p>■のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ■リズムに乗って、心が弾むような動作で運動 ■リラックスしながらペアでのストレッチング ■動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動 ■伝承遊びや集団による運動遊び</p>	<p><b>ア 体ほぐしの運動</b></p> <p>運動をすると心が軽くなったり、体の力を抜くリラックスできたりすること など、心と体が関係し合っていること</p> <p>運動を通して、日常生活での身のこなしや体の調子を整えとともに、心の状態も軽やかにし、ストレスを軽減したりすること</p> <p>運動を通して仲間と豊かにかかわる楽しさを体験し、仲間のよさを認め合う</p> <p>■のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ■リズムに乗って、心が弾むような動作で運動 ■互いの体の変化に気付き合いながらペアでのストレッチング ■動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動 ■伝承遊びや集団による運動遊び</p>					
<p><b>多様な動きをつくる運動</b></p> <p>付けるとともに、それらを組み合わせた動きを身に付ける</p> <p>スをとる運動遊び</p> <table border="1" data-bbox="157 801 569 879"> <tr> <td>■座る、立つ 手をつないで、片足で</td> <td>■渡る 平均台などをいろいろな姿勢で</td> <td>■バランスを保つ ケンケンで</td> </tr> </table>	■座る、立つ 手をつないで、片足で	■渡る 平均台などをいろいろな姿勢で	■バランスを保つ ケンケンで	<p><b>イ 体力を高める運動</b></p> <p>「多様な動きをつくる運動遊び」や「多様な動きをつくる運動」で身に付けた動きや動きの組み合わせをもとに、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、自己の体力に応じて体力づくりが実践できるようにする</p>		
■座る、立つ 手をつないで、片足で	■渡る 平均台などをいろいろな姿勢で	■バランスを保つ ケンケンで				
<p>る運動遊び</p> <table border="1" data-bbox="157 927 569 1023"> <tr> <td>■登る、下りる ジャングルジムや肋木を姿勢を変えながら</td> <td>■一定の速さでかけ足 無理のない速さで3～4分程度続けて</td> </tr> </table>	■登る、下りる ジャングルジムや肋木を姿勢を変えながら	■一定の速さでかけ足 無理のない速さで3～4分程度続けて	<p>(ア) 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動</p> <table border="1" data-bbox="617 927 1166 1023"> <tr> <td>■徒手で 各部位を大きく広げたり曲げたり姿勢を維持、全身や各部位を回したりねじったり</td> <td>■用具などを用いて 短なわや長なわでいろいろな跳び方、投げ上げたボールを姿勢を変えて捕球、用具や等間隔に並べたコースをリズムカルに走る、段差のあるコースで物を持ちたり姿勢や速さを変えたりして移動</td> </tr> </table>	■徒手で 各部位を大きく広げたり曲げたり姿勢を維持、全身や各部位を回したりねじったり	■用具などを用いて 短なわや長なわでいろいろな跳び方、投げ上げたボールを姿勢を変えて捕球、用具や等間隔に並べたコースをリズムカルに走る、段差のあるコースで物を持ちたり姿勢や速さを変えたりして移動	
■登る、下りる ジャングルジムや肋木を姿勢を変えながら	■一定の速さでかけ足 無理のない速さで3～4分程度続けて					
■徒手で 各部位を大きく広げたり曲げたり姿勢を維持、全身や各部位を回したりねじったり	■用具などを用いて 短なわや長なわでいろいろな跳び方、投げ上げたボールを姿勢を変えて捕球、用具や等間隔に並べたコースをリズムカルに走る、段差のあるコースで物を持ちたり姿勢や速さを変えたりして移動					
<p>する運動遊び</p> <table border="1" data-bbox="157 1081 569 1178"> <tr> <td>■投げる、捕る 輪を</td> <td>■跳ぶ (短なわ) 片足、交差 (長なわ) 連続回転</td> <td>■乗る 補助してもらって竹馬や一輪車、Gボールに乗って弾む転がる</td> </tr> </table>	■投げる、捕る 輪を	■跳ぶ (短なわ) 片足、交差 (長なわ) 連続回転	■乗る 補助してもらって竹馬や一輪車、Gボールに乗って弾む転がる	<p>(イ) 力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動</p> <table border="1" data-bbox="617 1081 1166 1178"> <tr> <td>■人や物をの重さなどを用いた運動 登り棒や運棒などにぶら下がったり登り下りをしたり、いろいろな姿勢で腕立て伏臥腕屈伸、押し寄りを用いてすもう、2～3人組で互いに持ち上げたり運んだり</td> <td>■時間やコースを決めて行う全身運動 短なわや長なわ、無理のない速さで5～6分程度の持久走、一定のコースに置かれた固定施設や器械・器具や地形などを越えながら移動</td> </tr> </table>	■人や物をの重さなどを用いた運動 登り棒や運棒などにぶら下がったり登り下りをしたり、いろいろな姿勢で腕立て伏臥腕屈伸、押し寄りを用いてすもう、2～3人組で互いに持ち上げたり運んだり	■時間やコースを決めて行う全身運動 短なわや長なわ、無理のない速さで5～6分程度の持久走、一定のコースに置かれた固定施設や器械・器具や地形などを越えながら移動
■投げる、捕る 輪を	■跳ぶ (短なわ) 片足、交差 (長なわ) 連続回転	■乗る 補助してもらって竹馬や一輪車、Gボールに乗って弾む転がる				
■人や物をの重さなどを用いた運動 登り棒や運棒などにぶら下がったり登り下りをしたり、いろいろな姿勢で腕立て伏臥腕屈伸、押し寄りを用いてすもう、2～3人組で互いに持ち上げたり運んだり	■時間やコースを決めて行う全身運動 短なわや長なわ、無理のない速さで5～6分程度の持久走、一定のコースに置かれた固定施設や器械・器具や地形などを越えながら移動					
<p>運動遊び</p> <table border="1" data-bbox="219 1236 507 1304"> <tr> <td>■人を運ぶ、支える おんぶをして運ぶ 手押し車</td> </tr> </table>	■人を運ぶ、支える おんぶをして運ぶ 手押し車					
■人を運ぶ、支える おんぶをして運ぶ 手押し車						
<p>動きを組み合わせた運動</p> <table border="1" data-bbox="192 1352 535 1429"> <tr> <td>■用具を操作しながら移動 短なわを跳びながら輪を回しながら投げ上げたボールを落とさないように</td> </tr> </table>	■用具を操作しながら移動 短なわを跳びながら輪を回しながら投げ上げたボールを落とさないように					
■用具を操作しながら移動 短なわを跳びながら輪を回しながら投げ上げたボールを落とさないように						
<p>守り仲良く運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることが</p> <p>動をする。 する。 安全を確かめたりする。</p>	<p>(2) 運動に進んで取り組み、助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を気を配ったりすることができるようにする。</p> <p>ア 進んで取り組む。 イ 約束を守り、仲間と助け合って運動をする。 ウ 準備や片付けで、分担をされた役割を果たす。 エ 危険物を取り除いたり、用具の安全に気を配ったりする。</p>					
<p>方を工夫できるようにする。</p> <p>ることに気づき、友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動をしたり行い方を選ぶ。 を知り、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れる。</p>	<p>(3) 自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫できるようにする。</p> <p>ア 体ほぐしの運動には、気づき-調整-交流のねらいがあることを知り、ねらいに応じた運動を選ぶ。 イ 体力を高める運動のねらいや行い方を知り、自己の体力に応じた運動を選ぶこと。</p>					