

学校教育における“からだづくり”の位置づけ

阿 部 茂 明*

(平成 12 年 5 月 22 日受付, 平成 12 年 8 月 23 日受理)

Promotion of Physical Function in School Education

Shigeaki ABE

The purpose of this study was to make clear what was a current educational problem from the situation of changes in children's physical function and what must do with the subjects in school education for those educational problem. Through these work, I would like to participate in educational reform discussion currently from the viewpoint of "promotion of physical function".

The methodology of literature, field research, and scientific movement by people were adopted in this study.

From observation of results of governmental statistics, the present subjects to develop physical various function were increase of back strength and flexibility. Similarly, from the results of field study, it was suggested that activity of the prefrontal cortex and physical fitness for protection mainly on the autonomic nerve system were normally developed.

As the conclusion of this study, I suggested points as follows;

- 1) Establishing the performance objective about back strength index (back strength/body weight), and practicing it toward this objective.
- 2) Making much of "promotion of physical function" in the physical education class for improving flexibility.
- 3) Taking in the play of body contact type in living for prefrontal cortex development.
- 4) Playing the degree to sweat once all day long outside for developing physical protection fitness.
- 5) Furthermore, setting up these aims while hearing an opinion of a child. Simultaneously, necessity to do "physical learning" was pursued.

As for current educational reform discussion, it was discussed mainly on "mental problem". However, necessity of scientific movement mainly on discussion about "physical problem" which was based on "mental problem" was pointed out.

Key words: Child, School education, School physical education, Promotion of physical fitness, Promotion of physical function

キーワード: 子ども, 学校教育, 学校体育, からだづくり, 体力づくり

1. 問題意識と研究目的

2002 年からの新学習指導要領は、「生きる力」と「ゆとり」をキーワードとして、その実施に向けて教育現場は大きく動いている。一方、最近続発している青少年による犯罪に対して、政府からは「心の教育」が強調され、カウンセラーのさらなる配置などが検討されている。

また、民間の各方面でも 21 世紀を目指す教育改革論

議が盛んに行われ、さまざまな提言も提案されてきている。

しかしながら、これらの教育改革の提案の中には、子どものからだについての問題意識が全くないか、ほとんどないと言ってもよく、このままでは、子どものからだの変化がますます進行し、子どもの心が支えきれずに、子どものからだの問題はさらに悪化していくことが懸念

* 学校体育研究室

される。

そこで、本研究では、子どものからだの変化の進行状況から、今何を問題としなくてはならないのかを明らかにし、それらに対して学校教育では何を課題として取り上げなくてはならないのかについて、若干の経過を振り返り、現在の教育改革論議に「からだづくり」の観点から参加することを、目的とする。本稿により、これからの教育改革においてムード的、非人間的改革に進まないよう、子どもの“からだ”の問題を土台にし、科学的にして人間的な教育改革が進むことを期待している。

2. 研究方法

ア 子どものからだの変化をいち早くとらえる方法として、われわれが1978年以降行ってきた「子どものからだの“おかしさ”」についての保育・教育現場での実感調査の結果¹⁻⁴⁾から何が進行しているのかとこの認識の到達点から、最近の子どものからだの問題状況を明らかにする。

イ この最初の調査結果を映像にしてNHKは特集番組「警告！子どものからだは蝕まれている」を放映したが、この番組に触発されて結成された「子どものからだと心・連絡会議」による諸議論によって明らかにされてきた子どものからだの変化の実体について整理する。

ウ このような子どものからだの変化に対する、文部省の対応の変遷を概観し、子どものからだの問題が学校教育において取り上げられる方向や程度について整理する。

エ 政府による教育改革のなかで、子どものからだの問題がどのように扱われていくことになるのかを予想し、このことによって生じる問題を明らかにする。

オ 子どものからだの問題を学校教育の問題として位置づけるためには、少なくともどのようなことを考える必要があるのかについて考察する。

したがって、本研究の方法は、文献的研究と、野外調査の方法ならびに研究者による科学運動だけでなく、国民による科学運動の方法とを結合させるもの、とすることができる。

3. 今、子どものからだについて問題にしなくてはならないこと

(1) 「子どものからだの調査2000」の結果から

われわれは、2000年1月から3月にかけて「子どものからだの調査2000」⁴⁾を実施したが、「最近増えている」と実感されている「からだのおかしさ」の事象の中で回答率が第1位、第2位を占めたものは「アレル

ギー」と「すぐ“疲れた”という」であり、どの学校段階でも80パーセントに達しているという結果であった(表1～5)。

図1には、これまでの調査の結果「アレルギー」が“最近増えている”と実感された回答率の推移を示した。図からわかるように、「アレルギー」が“最近増えている”という実感は、1980年代後半に急増していた。1986年に全国社会福祉協議会・全国保母会においてアレルギーについての全国調査⁵⁾を行ったが、医師からアレルギーと診断されている子どもが11パーセントであったが、1991年に厚生省が全国調査⁶⁾を行った際には、医師からアレルギーと診断された子どもは30パーセントになっていた。文部省が日本学校保健会に委託してサーベイランス調査^{7,8)}を実施した結果では、1994年、1996年で医師からアレルギーと診断された小学生は40パーセントを超えて50パーセントに近づいている。このように、現在小学生の5人に2人は医師からアレルギーと診断されたことがあり、からだの不調をかかえながら学校生活を送っていることが予想できる。そして、さらにこれが最近増えているという実感が全国的に広がっているのであるが、アレルギー体質の者が国際的に見て3割程度であると言われていたところから、これ以上の者については「化学物質過敏症」ではないかと予想されている。

これらは、からだに入る異物が多くなっていることと合わせて、異物をからだから外に出そうとする働き(免疫)が過敏すぎるのが原因と考えられており、原因となっている化学物質の特定とともに、免疫系を向上させるという工夫が目立ってきている。

「子どものからだの調査2000」において「アレルギー」とともに最近増えているという実感が、保育所で第1位に躍り出た「すぐ“疲れた”という」という事象の回答率の推移を図2に示した。これは1979年の調査で項目に入れられた事象であるが、図からわかるように、1990年代に入ってから回答率を急増させ、「アレルギー」の回答率とほぼ同じ割合であることから、この原因がアレルギーではないかという予想もある。しかし、子どもが面白いことを熱中している時には「すぐ“疲れた”という」ことがないことから、子どもには熱中するような生活がなくなっているために、場面の転換を求める悲鳴を上げていることとしてこの事象を理解する考え方もある。いずれにしても、体力が低下しているので疲労を訴えやすくなっているようではなさそうであり、この実体の究明は今後の大きな研究課題である。これに対して学校で朝から生き生きとした生活ができるように

「最近増えている」という“美感”ワースト・10

表1 〈保育所〉

	1979年			1990年			1995年			2000年		
	1979年			1990年			1995年			2000年		
1. むし歯	24.2			1. アレルギー	79.9		1. アレルギー	87.5		1. すぐ「疲れた」という	76.6	
2. 背中ぐにゃ	11.3			2. 皮膚がカサカサ	76.4		2. 皮膚がカサカサ	81.3		2. アレルギー	46.0	
3. すぐ「疲れた」という	10.5			3. 背中ぐにゃ	67.7		3. すぐ「疲れた」という	76.6		3. 皮膚がカサカサ	73.4	
4. 朝からあくび	8.1			4. すぐ「疲れた」という	63.3		4. そしゃく力が弱い	71.9		4. 背中ぐにゃ	72.7	
5. 指吸い	7.2			5. そしゃく力が弱い	59.4		5. 背中ぐにゃ	70.3		5. そしゃく力が弱い	64.3	
6. 転んで手が出ない	7.0			6. ぜんそく	53.7		6. つまづいてよく転ぶ	54.7		6. ぜんそく	61.0	
7. アレルギー	5.4			7. つまづいてよく転ぶ	52.4		6. ぜんそく	54.7		7. 保育中、じっとしていない	60.4	
8. つまづいてよく転ぶ	4.9			8. 転んで手が出ない	48.0		8. すぐ疲れて歩けない	51.6		8. つまづいてよく転ぶ	58.4	
9. 保育中目がトロン	4.8			9. 指吸い	43.7		8. 朝からあくび	51.6		9. 朝からあくび	53.2	
10. 鼻血	4.6			10. 朝からあくび	43.2		10. 転んで手が出ない	48.4		9. すぐ疲れて歩けない	53.2	

表2 〈幼稚園〉

	1990年			1995年			2000年		
	1990年			1995年			2000年		
1. アレルギー	72.3			1. アレルギー	74.8		1. アレルギー	82.7	
2. 皮膚がカサカサ	68.0			2. すぐ「疲れた」という	73.9		2. すぐ「疲れた」という	76.5	
3. すぐ「疲れた」という	57.8			3. 皮膚がカサカサ	68.7		3. 皮膚がカサカサ	69.1	
4. ぜんそく	54.9			4. 背中ぐにゃ	56.5		4. ぜんそく	67.3	
5. 背中ぐにゃ	53.4			5. ぜんそく	53.0		5. 背中ぐにゃ	66.0	
6. 腹痛・頭痛を訴える	41.7			6. つまづいてよく転ぶ	52.2		6. 保育中、じっとしていない	59.3	
7. 転んで手が出ない	41.3			7. 朝からあくび	47.0		7. 転んで手が出ない	53.7	
7. つまづいてよく転ぶ	41.3			7. すぐ疲れて歩けない	47.0		8. つまづいてよく転ぶ	49.4	
9. 朝からあくび	40.3			9. 転んで手が出ない	43.5		9. 腹痛・頭痛を訴える	48.8	
10. 棒登りで足うらを使えない	39.3			10. 腹痛・頭痛を訴える	41.7		10. 朝からあくび	47.5	
				10. そしゃく力が弱い	41.7				

(%)

表3 〈小学校〉

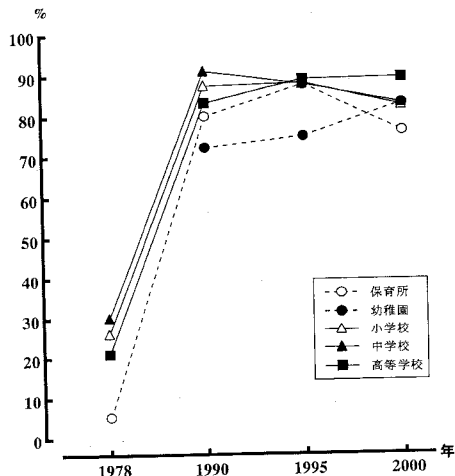
	1978年	1990年	1995年	2000年	(%)
1. 背中ぐにゃ	44	1. アレルギー	1. アレルギー	1. アレルギー	82.2
2. 朝からあくび	31	2. 皮膚がカサカサ	2. すぐ「疲れた」という	2. すぐ「疲れた」という	79.4
3. アレルギー	26	3. すぐ「疲れた」という	3. 視力が低い	3. 授業中、じっとしていない	77.5
4. 背筋がおかしい	23	4. 歯ならびが悪い	4. 皮膚がカサカサ	4. 背中ぐにゃ	74.5
5. 朝礼でバタン	22	5. 視力が低い	5. 歯ならびが悪い	5. 歯ならびが悪い	73.2
6. 雑巾がしぼれない	20	6. 背中ぐにゃ	6. 背中ぐにゃ	6. 視力が低い	71.7
7. 転んで手が出ない	20	7. 腹痛・頭痛を訴える	7. 腹痛・頭痛を訴える	7. 皮膚がカサカサ	67.4
8. なんでもない時骨折	19	8. 転んで手が出ない	8. 症状説明できない	8. ぜんそく	62.7
8. 腹のどっぱり	19	9. 症状説明できない	9. 平熱36度未満	9. 症状説明できない	61.9
10. 懸垂ゼロ	18	10. ちよっとしたことでも骨折	10. 転んで手が出ない	10. 平熱36度未満	60.9

表4 〈中学校〉

	1978年	1990年	1995年	2000年	(%)
1. 朝礼でバタン	43	1. アレルギー	1. アレルギー	1. すぐ「疲れた」という	82.8
2. 背中ぐにゃ	37	2. すぐ「疲れた」という	2. 視力が低い	1. アレルギー	82.8
3. 朝からあくび	30	3. 視力が低い	3. すぐ「疲れた」という	3. 首、肩のこり	77.0
3. アレルギー	30	4. 腹痛・頭痛を訴える	4. 腹痛・頭痛を訴える	3. 不登校	77.0
5. 肩こり	27	5. 不登校	5. 平熱36度未満	5. 腰痛	76.6
6. 背筋がおかしい	26	6. 皮膚がカサカサ	5. 不登校	6. 視力が低い	73.0
6. なんでもない時骨折	26	7. 平熱36度未満	7. 首、肩のこり	7. なんとなく保健室にくる	71.9
8. 貧血	22	8. 首、肩のこり	8. 腰痛	8. 腹痛・頭痛を訴える	70.4
9. 懸垂ゼロ	21	9. 背中ぐにゃ	9. ちよっとしたことでも骨折	9. 歯ならびが悪い	63.5
9. シュラッテル病	21	10. 症状説明できない	10. 歯ならびが悪い	10. 平熱36度未満	62.0

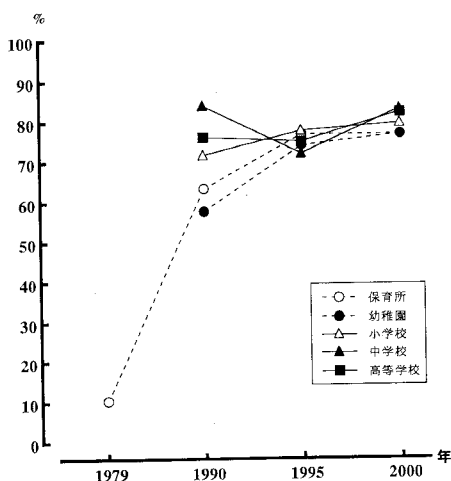
表5 〈高等学校〉

	1978年	1990年	1995年	2000年	(%)
1. 腰痛	40	1. アレルギー	1. アレルギー	1. アレルギー	89.2
2. 背中ぐにゃ	31	2. すぐ「疲れた」という	2. 腰痛	2. すぐ「疲れた」という	82.0
3. 朝礼でバタン	31	3. 腹痛・頭痛を訴える	3. 腹痛・頭痛を訴える	3. 腰痛・頭痛を訴える	80.2
4. 肩こり	28	4. 視力が低い	4. すぐ「疲れた」という	4. 腰痛	79.0
4. 貧血	28	5. 腰痛	5. 首、肩のこり	5. 不登校	75.4
6. 朝からあくび	27	6. 不登校	6. 平熱36度未満	6. 首、肩のこり	74.3
7. 神経性胃かいよう	25	7. 症状説明できない	6. 視力が低い	7. 平熱36度未満	71.3
8. なんでもない時骨折	21	8. 背中ぐにゃ	8. 不登校	8. 皮膚がカサカサ	67.1
8. アレルギー	21	9. 平熱36度未満	9. 皮膚がカサカサ	9. なんとなく保健室にくる	65.9
10. 脊柱異常	18	10. 首、肩のこり	10. 症状説明できない	9. 症状説明できない	65.9
10. 授業中目がトロン	18				



注) 保育所の1978年の回答率は、1979年に実施した調査結果である。

図1 「アレルギー」“最近増えている”の回答率推移



注) この調査項目は1979年に追加されたため、幼稚園、小学校、中学校、高等学校の回答率は1990年よりも以前の調査結果はない。

図2 「すぐ“疲れた”という”最近増えている”の回答率推移

と、さまざまな工夫が行われている。

「子どものからだの調査2000」で最近増えている事象の回答率が第1位、第2位になったものは以上のような事象であるが、依然として“自律神経失調傾向”と考えられている「腹痛・頭痛を訴える」「首や肩のこり」、さらには「不登校」や「腰痛」も上位にあり、今回新しく質問項目に加えた「授業中、じっとしていない」も小学

校では第3位になるなど、子どものからだは一定の方向に変化していることが確認できる。そして、これらの変化に対して、何らかの対策を講ずる必要がある事態になってきていると考える。

(2) 『子どものからだと心白書』から

われわれは、1979年から「子どものからだと心・連絡会議」を発足させ、毎年子どものからだについて調査したことと子どものからだについて取り組んだ結果を持ち寄って「子どものからだと心・全国研究会議」を開いてきているが、1990年から『子どものからだと心白書』(以下『白書』と略す)を作成し、審議の資料としている。これらの『白書』から、子どものからだについて、今問題にシなくてはならないことがいくつか浮かび上がってきている。以下諸点を挙げる。

ア 「不登校」の子ども⁹⁾が多くなり、毎年その記録を更新しているが、国連・子どもの権利委員会がこの事象に注目して、日本政府にこれらの「不登校」の増加は“significant”(問題として取り上げる意味のあること)として懸念を表明し、これに対して闘うべきであると勧告¹⁰⁾した。

この「不登校」の割合の年次推移を『白書』では求めているが、中学校についての年次推移を見ると、1950年頃から「不登校」の割合は減少していたが、1974年から増加に転じ、それ以降増加し続けて今日に至っていることがわかる。このことから1974年から子どもの生活の中で何が起きているのかというところに関心が向けられ、この生活の要因がわかれば、「不登校」の原因の一端を捉えることができるのではないかと考えられてきている。『白書』では、これに対応する変化として、「裸眼視力1.0未満の者」¹¹⁾の割合が増加を始め、それ以降増加し続けるという傾向が注目されている。この視力不良を増加させた原因として、テレビから出る電磁波が予想されており、これが中学生を「不登校」にさせている原因として仮定してみよう、ということが議論されている。このような仮定はあまりにも突飛なことであるという意見もあるが、「不登校」の原因を「心」の問題としてしまわないで、「からだ」の問題としてとらえ、テレビから出る「電磁波」という生活の原因を予想して、改善の糸口を見つけてみようという点では、大胆であるが現実的な仮説として理解することができる。

一方、小学校で「不登校」の割合が減少してきていたのが、1986年頃から増加に転じて以降増加し続けていることから、この1986年という時点に興味に向けられている。『白書』でこれに対応する事象は、やはり「裸眼視力1.0未満の者」の増加傾向がさらに顕著になる時点

を奇妙に一致していることが注目されている。この時点は、テレビゲームの売り上げ¹²⁾が急増した次の年であることから、小学生はテレビゲームから出る電磁波の影響を受けて、からだの不調を起こし「不登校」になっているのではないか、ということが予想されている。

国連・子どもの権利委員会からの懸念・勧告を誠実に受け入れて「不登校」の近年の増加に対して闘うという場合、まず取り上げるべき生活の問題は、中学生について

てはテレビ、小学生についてはテレビゲームであり、「視力不良」の増加をくい止める課題と合わせて問題として取り上げる必要があると考える。

イ『白書』では、さまざまな政府統計を独自に分析しているが、政府の審議会で度々指摘されている“青少年の体力低下”については、図3¹³⁾のように一定の高い水準を維持して今のところ合計点では大きな低下は見られない。ところが、運動能力の合計点については、近

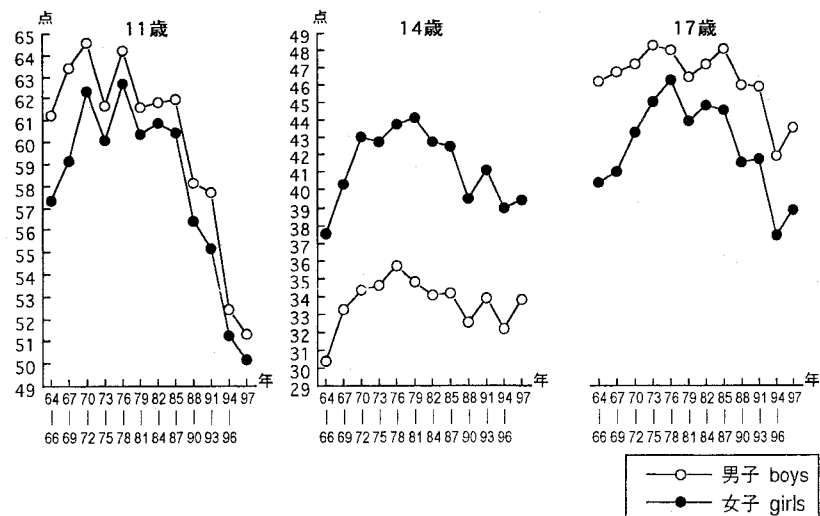
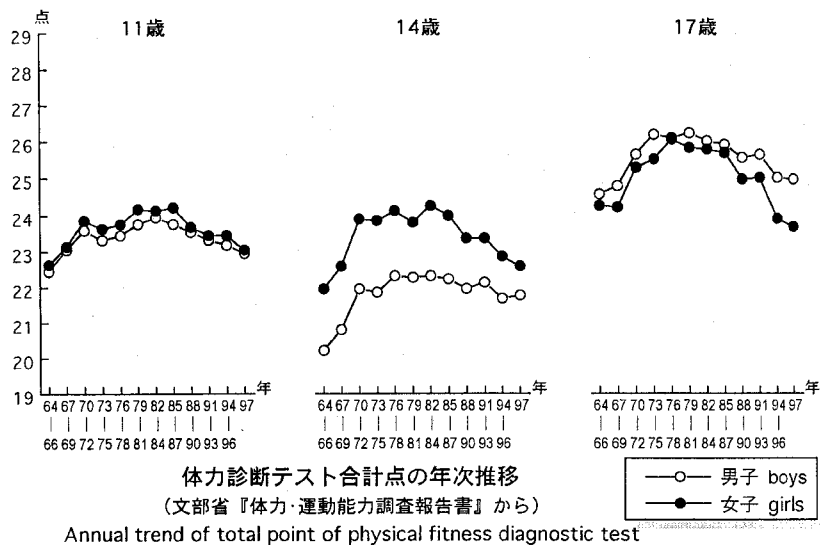
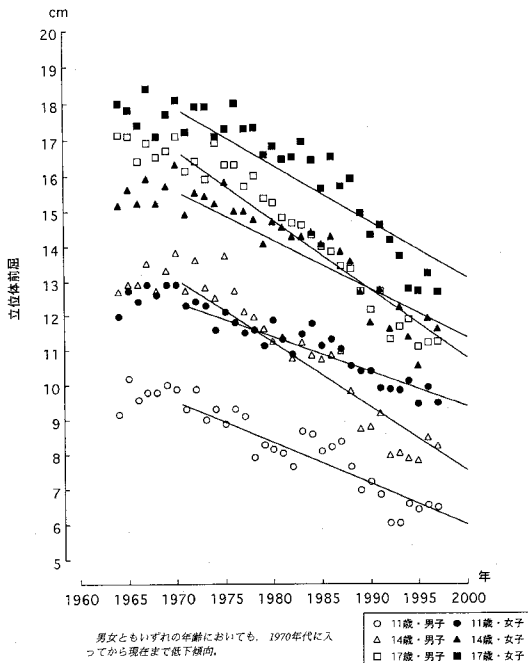


図 3

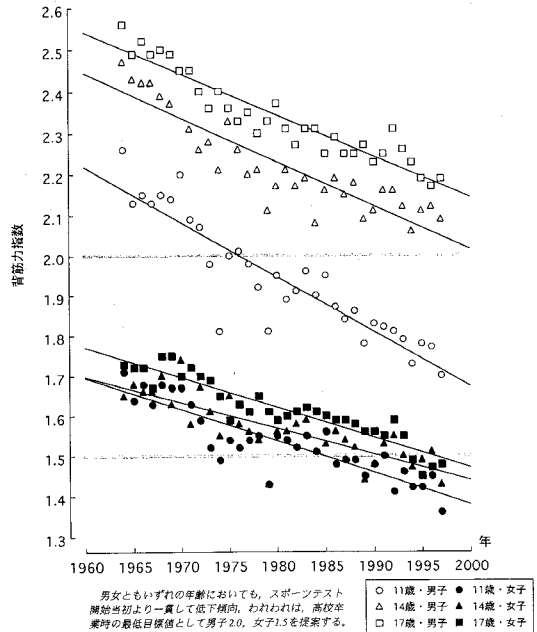


立位体前屈の年次推移
(文部省『体力・運動能力調査報告書』から)
Annual trend of the standing trunk flexion

図4

年低下傾向にあり、特に小学校6年生(11歳)で最近10年における低下は顕著である。すなわち、体育の専科教員が配置されていない小学校において、体力維持には成功しているものの、それらの力を運動の場面で十二分に発揮させる力量を発達させることに成功していないことがわかる。これは正に体育授業における“指導”不足が問題である。このように、体育の授業における欲求不満が子どもたちの「こころ」の問題として学級における不可解な行動の原因となっている事例も報告されてきており、看過できない問題となっていると考える。

“体力低下”に関しては、総体的には前述のとおり、学校体育による一定の成果が上がっているものの、「柔軟性」と「腰の力」と言う体力の要素については低下の一途をたどっており、憂慮すべき事態となっている。図4¹⁴⁾には「立位体前屈」の年次推移を示した。図からわかるように、「立位体前屈」は1970年まで一定の水準を保っていたが、1971年から低下し始め、今日までその低下は続いていた。この1971年以降の学校体育の変化は、学習指導要領において「徒手体操」がなくなり、「体操」が登場した時点である。学校における体育の内容からストレッチング系の運動がなくなったことが、この有



背筋力指数(背筋力/体重)の年次推移
(文部省『体力・運動能力調査報告書』から)
Annual trend of the back strength index
(back strength/body weight)

図5

力な原因であると予想されている。

もう一つの「腰の力」の年次推移は図5¹⁵⁾に示した。この「腰の力」とは「背筋力」を「体重」で割った「背筋力指数」のことである。これはどの年齢の場合でも、男子、女子ともに調査を開始した1964年から低下の一途をたどり、女子では平均値が1.5以下となり、男子の中学3年生は2000年に2.0になるという状況である。これらについて、正木¹⁶⁾は、育児をして腰を痛めない最低水準が1.5、また介護をして腰を痛めない最低水準が2.0であると予想しており、女子の半数が育児に耐えられない腰の力に、また男子の半数が介護に耐えられない腰の力になってきているという現実を直視する必要がある、と指摘している。このような「腰の力」は、清水の研究¹⁷⁾によれば、1960年代までわが国で一定水準にあったものが、60年代以降低下を始め、この低下傾向が継続していることになる。高度経済成長期以降、わが国において生活環境が大きく変化したことが、「腰の力」を低下させたと考えられるが、この低下をくい止める学校での体育の内容が不十分であったことも無視しえない。筋力向上の取り組みは、スポーツ界では困難な課題ではないだけに、筋力の低下傾向をくい止めえない事態は学

校体育にとって大きな欠陥を露呈したと言わざるをえない。

このような「柔軟性」と「腰の力」の低下傾向に歯止めをかけて、一定水準に回復させる課題を学校体育として意識させられる状況である。

ウ『白書』には、政府統計以外に、小規模ながら調査が継続され、問題にしなくてはならない事象がいくつか紹介されている。

その一つは、自律神経系の機能の発達不全である。「体位血圧反射」法により1956年に猪飼道夫らが調査した結果¹⁸⁾では、血圧調節不良の者の割合は小学1年生で5割であったが、加齢とともにこの割合は減少し、青年では1割程度になっていた。すなわち、自律神経系が加齢とともに自然に発達していくという状況を物語る結果であった。ところが、1984年に正木が調査をした結果¹⁹⁾では、加齢とともに血圧調節不良の者が減少せず、逆に増加し、青年で6～7割という事態になっていた。1990年代にわれわれが調査した結果^{20, 21)}では、不良群がさらに多くなっており、7～8割という水準に達しており、自律神経系が自然に発達しないばかりか、これが「不調」の者が非常に多くなっており、憂慮すべき事態である。

これは「防衛体力」の一側面の現状であり、学校における体育の目標から除外してきた課題であった。学校における体育の目標にしてきた「行動体力」についても取り組みの成果を上げることができた要素と成果を上げることができなかった要素があったが、目標から除外してきた「防衛体力」を低下させてしまったのは、当然といえば当然のことである。現代においては、自然に発達できるような身体機能がほとんどないこと、逆にいえば身体機能を発達させる環境からの刺激が生活の中で全くといってよいほどなくなってしまったことに思い至るのである。

もう一つの重大な問題は、大脳新皮質・前頭葉の活動の強さの特徴が調査²²⁾されているが、近年「興奮」過程の強さが発達するのが非常に遅れていること、また「興奮」過程の強さより「抑制」過程の強さの方が先に発達してしまうことがあることなどが発見されている。このような発達の遅れや歪みが小・中学校における学級崩壊などのさまざまな困難な事態をひき起こす原因になっていることが予想されており、無視しえない問題となっている。とはいえ、体育授業の内容や時間割などの工夫で改善されるという報告もあり、全く「お手上げ」状態といわれるような事態ではないことも予想されている。

4. 子どものからだの変化に対応した文部省の取り組みの変遷

子どものからだにネガティブな変化が発生していることに教育現場で最初に気がついて報告されたのは1960年であった。わが国で高度経済成長期に入ってからである。その内容は「遠足で最後まで歩けない子がいる」というようなことがらであったが、それ以降教育現場ではさまざまな変化が紹介され、1970年代に入って、「手指が不器用になってきた」ことが報告されるようになる。そして1975年に正木が日本教育学会大会における課題研究²³⁾で、文部省の「体力・運動能力調査報告書」を分析し、体力のなかで男女とも低下傾向にあるのは「背筋力」だけであることを報告し、全国統計に初めてネガティブな変化が現れたことを指摘したのであった。

しかし、正木²⁴⁾が1999年日本体育学会第50回大会発育発達専門分科会キーノートレクチャー「子どものからだの“発達不全”と“不調”：実感されてきた“からだのおかしさ”の実体」において紹介したように、1960年代の早い時期に、青年がオートメーションの工場で作業が一日続けられないという事態が発生して、文部省では「スタミナ研究会」を作って対応を検討したことが予想されている。スポーツテストの要項が1963年に作成され、スポーツテストが1964年から全国的に実施されていくのであるから、オリンピック東京大会で思うような成果が上がらなかったことから、学校での体力づくりが強調された、という見解もあるが、その前から青少年の体力低下については注目され、対策が検討されていたとみるべきであろうと考える。オリンピック東京大会後いち早く同年12月に政府は「健康・体力関係閣僚会議」を開き、「国民の健康・体力の増強対策について」という閣議決定を行い、「体力づくり国民会議」を発足させて、「体力づくり国民運動」を展開することになる。

文部省は、スポーツテスト実施2年後にそれまでの結果をまとめて『青少年の健康と体力』²⁵⁾（『体育白書』といわれている）を刊行し、「（青少年の）体格は、一段と改善されてきたといえる。しかしながら、これにともなう体力の伸びは、必ずしも、じゅうぶんであるとはいえない。」という体力についての現状認識を示すのであるが、この体力認識を前面に掲げて、学校における「体力づくり」の行政指導が全国的に展開されていく。すなわち、学習指導要領の改訂を待つまでもなく、学校では「体力」（ここでは「行動体力」）を向上させることを目指してさまざまな実践が展開されていった。

そして、1968年には小学校学習指導要領が改訂告示され、第一章「総則」の第三に「体育」が掲げられ、学

校教育全体として「体育」に取り組むこと、なかでも「体力向上」を重点目標にすることが強調されたことは周知のことからである。

したがって、わが国では、スポーツテストの結果というデータによって、学校教育において体力づくりを強調した実践を進めるという壮大な“教育実験”を行うことになった、ということができるであろう。

この“教育実験”の結果は、3の(2)のイにおいて見たように、“体力づくり”の取り組みによって「体力診断テスト合計点」は一段と向上し、1968年の学習指導要領の改訂以降はその高い水準を維持しているのであるから、少なくとも学校教育において“体力向上”を目標に掲げて「体力づくり」に取り組む体制をとり、週3時間の「体育科」（あるいは「保健体育科」）の授業を実施する場合、行動体力を低下させることなく、低下をくい止めることができた、と考えることができるであろう。このような学校教育における「体育」の成果は、もっとはっきりと意識し、学校教育の効果を自覚してよい結果であると考ええる。

この1968年の学習指導要領の改訂によって、学校教育の中で「体育」が行われ（それは“業前体育”であったり、“業間体育”であったり、さまざまな取り組みが行われた）、しかも「体力向上」は重要目標にされたため、体育科の授業の内容や方法はどちらかと言えばトレーニング的になり、体育の授業は子どもたちにとって楽しいものではなくなってしまった。楽しみにしていた休み時間まで学校が設定したプログラムによって「体力づくり」の取り組みが行われるようになると、子どもにとっては「休息」する権利が奪われるという結果になり、このことも不評が拡がった一要因と考えられている。

このような「体力づくり」に力点を置いた学校体育にもかかわらず、「柔軟性」が低下し始め、その低下傾向は今日まで続いている、という事態をどのように考えるのか、という課題が提起されている。

1968年に改訂された学習指導要領によって、それ以前と以後に大きく変わったのは、「徒手体操」が「体操」となったことである。これは“徒手”というコトバがなくなっただけではあるが、内容としては「徒手体操」が持っていたストレッチングな要素をなくし、また身体各部の固癖を取り除くという合理的な動作をなくし、もっぱらトレーニングを目的とした運動に変容させてしまった、ということができる。この変更に対して、「徒手体操」の専門家からは批判の意見が出されていたが、“体力づくり”という“錦の御旗”（学習指導要領）によって意見は抹消され、強引に（ファッショ的に）体育文化が変

容させられたのであった。この「柔軟性」の低下は、学校での体育の授業の中で“徒手体操”がなくなってしまったことだけでなく、子どもを取り巻く環境が子どものからだをこわばらせるようなストレスを多くさせてきているという要因も加わっていることが考えられる。2002年から実施される新学習指導要領および高等学校学習指導要領解説²⁶⁾においては、前者の「徒手体操」の復活はなく、後者の要因に対して「体づくり運動」の中に「体ほぐしの運動」というタイトルの課題を新設し、そのねらいとして「体と心の安定を図ることにある」とした。

もともと「柔軟性」はわが国では体力テストの項目に入れているが、それは体力の要素というより、調整力の要素として位置づけられており、運動能力の発揮に関わるものであったり、からだの固癖の存在やその改善を知る指標であった。したがって、“体力づくり”が強調されていくなかで、この“柔軟性”の水準を維持させてきた「徒手体操」が強引に抹消されてきたと言えるであろう。しかし、この「柔軟性」が低下傾向を続けているという事態を直視し、この低下をくい止めて向上させるということを課題にしたわけではない「体ほぐしの運動」という課題では、おそらくこの「柔軟性」の低下は依然くい止められず、さらに低下傾向が続くことが予想される。

「徒手体操」の身体的価値に注目されている心ある実践家は、「徒手体操」をこの「体ほぐしの運動」の内容として、その柔軟性に対する効果を実践によって明らかにするという課題を意識すべきところにきているのではないかと考える。

学校教育において、「体力づくり」という目標は1968年以降掲げ続けられてはいるものの、その指導の力点、内容の力点の置き方や変質によって行動体力の諸要素への効果が大きく関係するものであることが、わが国における“教育実験”によって明らかにされたのであるから、この低下をくい止め、さらに向上させるということも、この“教育実験”の第2ラウンドの課題として意識し、科学的に取り組んで成果の上がる内容と方法にたどり着くことを提案したい。

「体力づくり」という取り組みにもかかわらず、1964年以降一貫して低下させている「腰の力」については、学校における「教育実験」を越えた「文明実験」や「文化実験」が必要なかもしれない、という深刻で大きな問題である。この事態は、1998年第20回子どものからだ心・全国研究会でサルチン教授も指摘しているように世界的規模で進行している問題であると予想でき

る。

とはいえ、この問題はスポーツ界においては最も解決しやすい“筋力”問題である。筋力トレーニングの理論の学習とともに、みずからのからだを使って実験することによって向上させられる問題でもある。また筋力を向上させる生活の知恵は世界各地に存在しており、学習内容は限りなく存在する問題である。この問題解決への意欲を起こさせるためには、“方向目標”から“到達目標”への転換が必要なのかも知れない。そのような意味から3の(2)のイにおいて見たように「背筋力」を「背筋力指数」に転換させ、「腰の力」として身近に理解させやすいコトバに置きかえ、体重の1.5倍、あるいは2.0倍の背筋力を到達目標にしようという目標提示の仕方は、合意形成されやすく、今後この到達目標による実践の成果が期待されるところである。

近代トレーニングの理論によれば、筋力トレーニングで成果を上げるために必要な時間は1分間以内、数秒間でよいということであるので、これは学校における体育授業の内容として考えるということも必要ではあろうが、宿題として課題を与え、生活の中で何か工夫をして成果を上げる方法を見つけさせていく、という内容になるかもしれない、と考える。

文部省学習指導要領は、「体力づくり」を強調した実践によるネガティブな効果（「体育嫌いな子どもの増加」）を修正することを、1977年に改訂告示し、「楽しい体育」を目指すことになる。さらに1989年には、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎が培われるよう“もっと楽しい体育”を目指す方向に学習指導要領が改訂される。体育の授業が楽しいものであることには誰も異論はないが、このような学校における体育の方向転換により子どもの体力や運動能力にどのような変化が現れたのかということは、“教育実験”にとって重要なことである。3の(2)のイで見たように、1977年に改訂された学習指導要領の時期には、体力も運動能力もこれまでの学習指導要領の時期と比べて大きな変化が認められない。ところが1989年に改訂された学習指導要領の時期、すなわち“もっと楽しい体育”という方向に改訂されてから、体力は少し低下傾向、運動能力はかなり低下傾向にあり、なかでも小学校6年生のところでの低下傾向が顕著であることを見た。この時期の学習指導要領の改訂に際しては、学習の評価について“知識”“技能”よりも“関心・意欲・態度”が重視されるという「新学力観」に基づく指導が強調されたことも想起される。この“もっと楽しい体育”ということと“技能”より“意欲”が強調されたことが相乗して、体育の授業における指導

方法に変化が生じ、それまでのように丁寧に運動の仕方を指導し、できるようになるよろこびを味わわせるといったような指導でなくなってしまったことが予想される。さらに「学校教員統計調査」（文部省、1999年）によれば、小学校においては女子教員が多いが、高齢化が進み、小学校高学年における体育の授業を体力的にも精神的にも億劫がる状況が加わったのかもしれない。中学校、高等学校においては、このような運動能力の低下傾向はある一定水準でくいとめられているが、小学校高学年における低下傾向にはそのような心配がなく、低下の一途をたどっている。ここに、体育の専科教員と一般教諭による指導の力量の差を見ることができであろうと考える。体力はそれほど低下させているわけではないので、小学校において体育の授業は規定どおり行われていると予想され、一定の成果を上げていることは理解できるが、小学校高学年の運動能力の低下がくい止められないでいることに注目して、対策を講ずる必要があると言わねばならない。

この対策としては、最終的には体育の専科教員の配置ということになるであろうが、それ以前に考えられる対策としては、運動能力についての到達目標を設定して、主体的に日常的に計画を立てて取り組むようにさせるという“宿題（自主課題）”方式があろう。

いずれにせよ、この運動能力の低下傾向を直視し、この傾向にストップをかけるという意図をもって、可能な方策をとることであろう。そのような実践の成果の中から、効果の上がる方策が仮説として選ばれ、実践を響き合わせながら向上させる方策を探り当てていくことが求められている。

文部省の学習指導要領の中で「体力づくり」を目指しながら、その内容は“行動体力”に限定され、“防衛体力”を目標にすることが切り捨てられてきたという状況があり、“防衛体力”の一端である自律神経が自然に発達できないでいる状況にあることを3の(2)のウで見た。

この“防衛体力”を学校体育の目標とすることを切り捨てさせた大きな原因は、その簡易な測定方法がない、という事情があった。その状況は現在も変わってはいないが、簡易な測定方法の開発を急ぐとともに、現在これを発達させるために仮説として考えられていることは、一日一回汗をかくくらい外遊びをするということであることから、体育の授業において一定程度の運動の強度のある内容が求められてくるのかもしれない。1999年3月にWHOのスポーツ医学協力者会議²⁷⁾が開かれ、アクティブ・リビングについての研究協議が行われた際に、アメリカ・サンディエゴ大学のサリス教授はアメリカに

における学校での体育の授業で試みている「SPARK」の取り組みを紹介した。これは体育の授業時間の半分以上を「体力づくり」のための時間として確保して、確実に体力向上の成果を上げようとする試みである。一時間の授業時間の中で“体力”目標と“スポーツ文化”の目標について確実に成果を上げようとする工夫と考えることができるが、ここまでではなくては“体力”の目標が達成できないというところまでアメリカにおいては体力低下が深刻な状況になっていることがこの背景にあるのかもしれない。

わが国においては、2002年から体育の授業時間が年間105単位時間から90単位時間に減少することが決まっている。過去35年間の「体力づくり」の“教育実践”の結果から予想できることは、体力の水準はこれまでより幾分低くなるであろうが、極端に低下させることはないであろう。この時期に“防衛体力”を発達させることを考えるモデル校をつくり、いくつかの仮説による“教育実験”を試みる必要があるであろう。

3の(2)のウで見た、もう一つの大脳新皮質・前頭葉の活動の強さを発達させるという課題も、これからの学校教育における体育の課題として受け止める必要があろう。これを発達させる仮説として、今のところ“接触型の遊び”が有効であろうと考えられており、幼稚園では“じゃれっこ”(取っ組み合いの一種)、また高校では柔道で、“受け身”より入るのではなく“寝技”から入って効果を上げたという報告がある。学校体育の内容として接触型の運動は対人スポーツや遊びの領域ということになるが、これまであまり注目されてはこなかったが、体育の内容を決定する際の配慮、あるいは全校で取り組む遊びや体育活動の内容として位置づけることは可能である。すなわち、このことが問題ないしは課題であるということ意識すれば、それほど解決困難なことがないことがらである。

最後に、3の(1)で見た「視力不良」については、生活環境の汚染により増加していることを原因として予想したが、もう一つ裸眼視力が最も高くなる時期が中学・高校で出現する者が3割～4割いると言う報告があり、裸眼視力を発達させるという課題も意識する必要があるのかもしれない。

この課題は、“行動体力”の向上というよりは、“からだの諸機能”の発達という課題であり、これまで学校における体育の目標を“体力の向上”、そして取り組みを「体力づくり」と表現されていたことを、さらに正確に“からだの諸機能の(全面的な)発達”、そして取り組みを「からだづくり」と表現することが必要になってきて

いると考える。

5. 最近の教育改革論議における「子どものからだ」の問題の位置づけと学校教育の課題

第15期中央教育審議会は「21世紀を展望したわが国の教育のあり方について」を答申し、それを受けて教育課程審議会は「教育課程の基準の改善の基本方向について」を答申した。2002年から実施予定の新学習指導要領としてすでに告示され、現在実施移行期に入っている。この新学習指導要領は、21世紀の日本の子どもたちをどう育てようとしているかを示したものである。これを実施しその成果がなにも得られていない段階であるにもかかわらず、さらなる教育改革論議が盛んである。首相の私的諮問機関である「21世紀日本の構想」懇談会や同じく「教育改革国民会議」の検討資料として予定されている『選択・責任・連帯の教育改革—学校の機能回復をめざして—』²⁸⁾そのものと、これらを批判検討している佐藤²⁹⁾、黒沢³⁰⁾らの論稿を見ると、いずれも子どもの「からだ」の問題が注目されているとは言えない。

また第16期中央教育審議会は「新しい時代を拓く心を育てるために一次世代を育てる心を失う危機」として「心の教育」を強調し、教育現場での取り組みが進展しつつある。しかしわれわれは、これまで述べてきたように今の子どもの問題は、「こころ」の問題から迫るのではなく「からだ」の問題からとらえることを論じてきた。「こころ」の問題を論じることは大切なことであるが、土台となる「からだ」の問題を優先して論ずるべきであると、実感調査、実体・事実調査、政府統計などから子どものからだの憂うべき状況を明らかにしてきた。それらをまとめると以下のとおりである。

からだの諸機能を(全面的に)発達させる当面の課題は、背筋力の低下に対しては「腰の力」(背筋力指数)と表現される“到達目標”を合意できるレベルのもの(われわれの提案は男子2.0、女子1.5)を日常生活を含めた学校教育の目標として設定することである。柔軟性の低下に対しては、「体ほぐし」の取り組みではなく「徒手体操」の復活を目指した実践的解明(“教育実験”として)に取り組むことである。

大脳新皮質・前頭葉の活動の強さを発達させる課題では、“接触型の遊び”(じゃれっこ、寝技)を行うことである。

防衛体力向上の目標として、測定法の開発を意識しつつ、子どもに一日一回汗をかくくらいの外遊びを奨励することである。また裸眼視力をはじめとする個別的(全面的)機能を発達させる課題を意識(意図)的に設定す

るとともに、これらの“到達目標”を設定するときには、大人の意見だけでなく「子どもの意見」を聞いて行う必要がある。これらの取り組みとともに「からだの学習」を同時に展開する必要があると考える。

これらの取り組みを総体的に表すことは、「からだづくり」と言わざるをえない。

文 献

- 1) 日本体育大学体育研究所：日本の子ども・青少年のからだの調査—「子どものからだ」アンケート報告書—，日本体育大学体育研究所所報，(5)，185-221 (1981).
- 2) 正木健雄，阿部茂明：「子どものからだの調査'90」の結果報告，日本体育大学体育研究所雑誌，(18-21)，45-59 (1996).
- 3) 阿部茂明，野田耕，正木健雄：「子どものからだの調査'95」の結果報告，日本体育大学紀要，25，143-160 (1996).
- 4) 日本体育大学学校体育研究室：「子どものからだの調査 2000」結果報告，2000年3月31日報告会資料，未発表（対象：幼・保・小・中・高校2,808校，回収率48.4%，郵送調査，調査期間2000年1月11日～3月17日）
- 5) 全国社会福祉協議会・全国保母会：「アレルギー疾患の子どもに関する実態調査」(1988).
- 6) 厚生省大臣官房統計情報部：アレルギー調査 (1991).
- 7) 日本学校保健会：「平成6年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書」(1996).
- 8) 日本学校保健会：「平成8年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書」(1998).
- 9) 『子どものからだと心 白書'96』（以下『白書』と略す），60-61 (1996)『白書'97』，64-65 (1997)，『白書'98』，68-69 (1998)『白書'99』，60-63 (1999).
- 10) 子どもの権利を守る国連 NGO DCI 日本支部：子ども期の回復—子どもの“ことば”をうばわない関係を求めて，花伝社 (1999).
- 11) 『白書'99』，38-39 (1999).
- 12) 『白書'98』，104 (1998).
- 13) 『白書'98』，78 (1998).
- 14) 『白書'99』，84 (1999).
- 15) 『白書'99』，82 (1999).
- 16) 正木健雄，野井真吾，野田 耕，深谷泰子，阿部茂明：わが国青少年における「腰の力」の年次推移，学校保健研究，38 (Suppl.)，504-505 (1996).
- 17) 清水みどり：学校体育における到達目標に関する研究—背筋力指数をもとに—，日本体育大学大学院修士学位論文 (1998).
- 18) 猪飼道夫，古畑 宏，山川 純：体位血圧反射の年齢に伴う変化，民族衛生，(5, 6)，141-147 (1956).
- 19) 正木健雄：青少年における血圧調節機能の実態及び対策に関する実験的研究，1-9，昭和60年度文部省科学研究費補助金研究成果報告書 (1986).
- 20) 藤岩秀樹，正木健雄：中学生の血圧調節機能に関する研究—体位血圧反射によって—，発育発達研究，25，13-19 (1997).
- 21) 塚田 力，野田 耕，野井真吾，阿部茂明，正木健雄：へき地の子どもの防衛体力と生活—その1・血圧調節機能の調査結果から—，第44回日本学校保健学会講演集，308-309 (1997).
- 22) 『白書'99』，87-91 (1999).
- 23) 正木健雄：(課題研究) 能力・人格の発達と教育—体育学の立場から—，日本教育学会第34回大会号 (1975).
- 24) 正木健雄：子どものからだの「発達不全」と「不調」：実感されてきた“からだのおかしさ”の実体，体育学研究，45(2)，267-273 (2000).
- 25) 文部省：青少年の健康と体力，帝国地方行政学会 (1966).
- 26) 文部省：高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編，東山書房 (1999).
- 27) WHO 健康増進スポーツ医学研究協力センター東京医科大学衛生学公衆衛生学教室：「子どもの身体活動推進」に関する WHO 健康増進スポーツ医学研究協力センター会議報告書—日本および WHO 西太平洋地域における子どもの身体活動推進のための提言 (1999).
- 28) 堤 清二・橋爪大三郎・編著：「選択・責任・連帯の教育改革（完全版）学校の機能回復をめざして」，頸草書房 (1999).
- 29) 佐藤 学：子どもたちは何故「学び」から逃走するか—「学力低下」に見る日本社会の文化的危機—，世界，No. 674 (2000. 5)，岩波書店.
- 30) 黒沢惟昭：市場主義でなく市民主義の教育改革を，世界，No. 676 (2000. 6)，岩波書店.