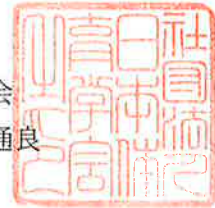


平成 27 年 6 月 9 日

中央教育審議会
会長 北山禎介 殿

日本体育学会
会長 阿江通良



健康とスポーツにかかわるリテラシー育成に向けた
保健体育授業の充実に関する要望書

2014 年 11 月 20 日に文部科学大臣から中央教育審議会に対して行われた「初等中等教育における教育課程の基準等の在り方について」の諮問では、学びの質や深まりを重視する必要性が指摘されました。同時に、課題の発見と解決に向けて主体的・協働的に学ぶ学習や、そのための指導方法等を充実させていく必要性が指摘されました。この中で健康とスポーツに関しては、子供の体力等の現状を踏まえつつ、子供たちの運動・スポーツに対する関心や意欲の向上を図るとともに、体育・健康に関する指導を充実させ、運動する習慣を身に付け、健康を増進し、豊かな生活を送るための基礎を培うための見直しが求められました。

これらに対応した質の高い保健体育の授業の実現には、その条件の整備が不可欠です。そのため、園、学校内でのすべての園児児童生徒に対する保健体育の授業や体育的活動の充実に向け、次の 5 点を要望します。

- 1) 就学前：幼児期にふさわしい生活の中で、遊びを通して多様な動きが経験できるように、発育発達に応じた様々な遊びを工夫し提供するとともに、一日、合計 60 分以上、楽しく体を動かす時間を確保すること。
- 2) 小学校：基本的な動きを楽しみながら習得していくことを保証すること。そのために、指導内容として知識を明確に位置づけた教科書を提供するとともに、専科教員を配置すること。さらに、週 3 単位時間の授業時数を確保すること。
- 3) 中学校：科学的な知見を踏まえて健康やスポーツを学習する適切な機会を提供するために、保健と体育の関連づけを一層促す内容領域を設定すること。さらに、その達成に必要な時間数として、週 3 単位時間の授業時数を確保すること。
- 4) 高校：運動とスポーツ、健康に関連した科学的知見を踏まえ、保健と体育を互いに一層関連させながら、多様なスポーツの意味や形態に接し、健康とスポーツに関連した多様で複雑な問題の解決に取り組む機会を提供すること。さらにその達成に必要な最低限の標準単位数として、最小限として 12 単位を確保すること。
- 5) すべての園児児童生徒への健康、スポーツに関する学習の機会を保証するという観点から、小学校、中学校、高等学校の体育指導に際して「アダプテッド・スポーツ」「インクルーシブ体育」に関わる配慮を入れること。

参考資料

I 要望の背景：健康とスポーツに関わる意図的な学習指導が求められる時代

我が国では園児児童生徒の体力、運動能力をめぐっては、昭和 60 年代への回復に向けた取り組みが精力的に取り組まれてきたが、現在では下げ止まりといった評価を受けている。他方で、我が国の体育の授業が抱える問題について日本学術会議は、既に次のように指摘している。

- ・効果的な体育実技授業の実現：少ない学習従事時間（10%）の改善。運動従事時間を増加させる教材開発並びにマネジメントの工夫。
- ・体育理論の授業の確実な実施
- ・保健体育教師が授業に専念できる環境づくり（日本学術会議、2008,pp.9-10）

同時に、乳幼児の運動指導の現状と問題点に関しても、子どもの興味・関心に基づいた自発的な遊びの形の運動や身体を動かす気持ちよさを体験させ、自ら身体を動かそうとする意欲を育てる指導が重要になることや否定的な自己概念の形成や情緒不安定等、運動が心に与える影響を踏まえた指導が必要になることが指摘されている（日本学術会議、2008,pp.9-11）。

加えて、我が国では、障害のある園児児童生徒の多くが普通学校に通学し、障害のある園児児童生徒（軽度発達障害を含む）のための体育が普通学校で実施されることが多いことや普通学校では障害のある園児児童生徒が障害のない園児児童生徒とともに体育の授業を受けている実態がある（山崎、2009 他）。このことを踏まえれば、体育の授業内容にアダプテッド体育やインクルーシブ体育に関わる配慮が含まれる必要がある。

園児児童生徒の体力、運動能力調査等で指摘されている動かない子どもの存在は、我が国だけではなく、先進国、発展途上国の別なく世界中でみられる。このことは、例えば、その結果として肥満の増加、低い体力レベル並びに学力レベル、低収入、早期の死亡等を引き起こすとともに、彼らが親になると動かない生活習慣を子どもに伝えていくデフレスパイラルが派生していることを示唆している（ICSSPE,2012）。我が国もまた、同様の問題に直面している。スポーツは、この状況を変えていく効果的なツールとして高く評価されている。

しかし、スポーツ並びに健康に関与することから得られる恩恵は自動的に得られるわけではなく、その実現には意図的な学習指導が必要になる。例えば、運動技能に関わるコンピテンシー(motor skill competence)の不備が身体活動の低下や体力レベルの低下を招くことも指摘されている。そのため、生涯にわたり運動に親しむようになるためには、自分が有能であると感じることができる程度の技能を習得していく必要性が指摘されている（SHAPE,2014,p.6）。また、生涯にわたって健康な生活を営むためには、基本的な健康情報や健康サービスを獲得し、解釈し、理解する資質と、そのような情報やサービスを健康の増進に向けて活用する能力を含んだ健康リテラシーが不可欠であることも指摘されている（JCNHES,2007）。

他方で、今日の競技スポーツが多様な問題を抱えていることが指摘されている（UNESCO、

2013)。特に、競技スポーツが若者に与える影響力が大きいことにより問題が深刻化している (UNESCO,2013)。

これらの状況を変えていくためには、健康とスポーツに関わる意図的な学習指導の提供が不可欠かつ効果的であることが国際的に指摘されている。質の高い保健体育の授業を提供していく必要性は、この点にも関わっている。健康や身体活動に関わり発達段階に応じた適切な経験がすべての園児児童生徒に提供される場が、学校である

(Jenkinson,2014,p.254) ことがその根拠である。同時に、生涯にわたり健康で豊かなスポーツ生活を営むために必要な知識やそれに対する理解、それを営むための意欲、自信並びに身体的なコンピテンシー (SHAPE,2014;Whitehead,2010,p.5) が、保健体育の授業から得られる成果として提案されている。

この状況は、我が国においても同様である。我が国では、学習指導要領に基づき、健康で明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てることを意図して保健体育の授業が展開されてきた。しかし、スポーツ基本法で示されている、多様なスポーツの価値を実現できる人間の育成という観点や2020年東京オリンピック・パラリンピック以降に伝えるレガシーを踏まえれば、その基礎を育む保健体育の授業においても、これまでの「する」ことを中心とした実技学習に加えて、(1)スポーツの鑑賞能力やメディア情報の批評能力等といった情報リテラシーやメディアリテラシーの育成 (スポーツを観る力)、(2)スポーツ組織や団体 (クラブ等) の組織運営能力やプログラム・イベントの企画力 (スポーツを支える力) を健康で豊かにスポーツにかかわるリテラシーとして保証していくことがますます重要になる。これらのリテラシーの保証には、保健体育の学習成果を社会との関係で考えることができる学齢期の後半段階、すなわち中・高等学校を対象とした指導内容として位置づけられることがよりいっそう期待されることになる。

II スポーツの可能性とスポーツが抱える問題点

人間は、身体を使いこなしていくことで脳の機能が一層、向上していくことになる。このことは、文明が発達し情報社会の中で育っていく子どもたちの生活環境を考えれば、身体を意図的に動かす機会を提供していく必要性を示唆している。また、学校生活のみならず、学校外においても質の高いスポーツを提供していくことは、1)健康な身体や健康な行動といった身体的資源、2)心理的な健康やメンタルヘルスといった情緒的資源、3)ライフスキルや社会的スキル等の個人的資源、4)社会的ネットワークが生み出す社会的資源、5)認知的、教育的なメリットという意味での知的資源、並びに6)仕事上発揮される能力といった経済的資源、等々の獲得を可能にすると言われる。

例えば、スポーツは、健康で豊かな生活の実現に効果的なツールとして機能する可能性を備えているといわれ、中強度 (3.0MET 以上) 以上の運動を毎日 60 分以上実施している多くの子ども達が健康上の恩恵を得ていることや、発達の段階に考慮した筋力を向上させるレジスタンストレーニング、強度の有酸素運動、並びに骨を健康にする加重運動の各々を週 3 回以上定期的に実施することが広範な健康上の恩恵をえるために必要になることが指摘されている (U.S.,2008,p.A5)。また、スポーツクラブに加入している高校生は、より

豊かな社会的ネットワークを構築していることも報告されている。

そのため、学校生活に運動やスポーツを積極的に取り入れることは、その波及効果も極めて高いことが指摘されている。例えば、1) 体力テストの得点と学力の間に肯定的な関係がみられること、2) 学校生活に運動を取り入れることで園児児童生徒の集中力や自尊感情の高まりが期待されること、3) 積極的に身体活動を行っている児童の学力は高いこと、4) 標準化されたテストの結果では、たとえ体育の授業時間数を削減して他教科の授業時数を増やしてもその学力は向上しないこと、あるいは5) 体育の授業時数や学校ベースで体を動かす時間の長い生徒は、標準化された学力テストの得点を向上させることができること、等々がはっきりと指摘されている (Active Living Research, 2009)。

他方でトップスポーツの世界では、アンチ・ドーピングに代表されるように、スポーツの高潔さを維持、発展させていく積極的な取り組みがグローバルなレベルで求められるようになってきている (UNESCO, 2013)

このことは、園児児童生徒がスポーツから得られる恩恵を享受できるようになるためには、発達の段階に即して、豊かで健康な生活を営む資質・能力の育成という観点から、多様なスポーツへのかかわり方を適切に学習する機会を園児児童生徒に提供することが必要になることを示している。そして、世界的には、その適切な学習の場として、保健体育の授業に対する期待や評価が高まっている (ICSSPE, 2014, pp.10-12)。公教育において提供される良質のプログラムは、人々の価値観や知識、技能の変容に最も効果があると期待され、評価されているためである。園児児童生徒が一日の多くの時間そこに滞在し、専門家としての教師がそこで指導に当たっていることが、その理由である (Crum et al., 2005, p.463)。

同時に、クラブスポーツが盛んであると言われるドイツにおいても、学校外で展開されているスポーツに対する批判的かつ生産的な対応能力の育成という点でも、学校で展開されるスポーツの機能が強く評価されている (Aschebrock, 1995, p.88)。

Ⅲ 良質の保健体育授業の可能性とその実現に向けた課題

人間は、スポーツを通して生涯にわたり健康で豊かな生活を営む資質・能力を身に付けていくとともに、自分に自信を持ち、課題解決に向けて互いがリーダーシップを発揮しながら仲間と豊かに関わり合える資質・能力を身に付けていく。しかし、この期待を実現していくためには、意図的、計画的な学習指導が必要になる。そのためにも発達の段階を踏まえ、大幅な知識・理論と実践的体験の学習に時間数が必要となる。

例えば、中学校を中心とする義務教育段階では、スポーツの鑑賞能力やメディア情報の批評能力等といった情報リテラシーやメディアリテラシーの育成 (スポーツを観る力) を、そして高等学校段階ではスポーツ組織や団体 (クラブ等) の組織運営能力やプログラム・イベントの企画力 (スポーツを支える力) を、それぞれ重点的に取り扱うことが必要になると考えられる。それにより、社会の発展に寄与する能力、公共心、市民性の育成の素地を培うことも可能になると考えられるためである。

保健の授業に関しては、喫煙・飲酒・薬物乱用の防止、応急手当の実施率の向上をはじめ

めとする成果がこれまでも認められてきている。しかし、すべての園児児童生徒を生涯にわたって健康な生活の実践者として育成し、また健康的な社会づくりに貢献する人材として育成するためには、さらに思考力・判断力等の資質・能力を養うことが継続されなければならない。また、様々な運動が生活習慣病予防やメンタルヘルスなどの健康課題の解決に効果的であることが指摘されていることから、とくに高校の段階でよりいっそう保健と体育の学習成果を融合させる授業の充実を図る必要がある。

国際的にも、このような可能性の実現に向け、学校内で提供する運動や体育の授業の質と量の改善が求められるようになってきている。保健体育授業の質の充実や授業環境条件の整備が重要であるとの指摘 (ICSSPE,1999;UNESCO,2015) は、その例である。また、生徒の授業への積極的関与を促すためには、自己の有能さの認知、自己効力感、自ら活動を選択する等の自律性、親密な人間関係、認知的な挑戦性、並びに他人との比較の仕方、マスタリー志向の課題設定、性差を踏まえたカリキュラム、特に思春期以降の女子のカリキュラムに対する配慮が必要になることも指摘されている。実際の授業実施に際しては、計画的な授業の実施や有意味で上手にデザインされた課題、技能習得に必要な単元時数、並びに具体的な矯正的フィードバックが必要になることも指摘されている

(SHAPE,2014,pp.6-8)。加えて、このような保健体育の授業の質と量の改善には、良質のプログラムの開発や、そのプログラムを実行できる教師集団と管理職の支援が必要になること、さらには、目的に対応した成果の測定法の開発が求められるようになってきている (Active Living Research, 2009)。

これらの知見を踏まえた保健体育の授業の質の改善に向けた試みが、国際的にも急速かつ積極的に展開されている。例えば、学校生活内での園児児童生徒の運動を活性化させる良質のプログラム開発の例としては、初等教育段階を担当する教員養成プログラムの改善に向けた取り組み、カリフォルニア州立大学サンディエゴ校が開発し、学校内で園児児童生徒が楽しく運動するプログラムやその活用を可能にする教師教育プログラムを総合的に開発してきたスパーク (SAPRK) 、アメリカ大統領夫人ミCHEL氏主導の学校内で楽しく動く機会を増やすプロジェクトであるレッツ・ムーブ (Let's Move) 、ドイツにおける動きのある学校づくり (bewegte Schule) 、同じくオーストラリアにおける学校内での運動プログラムの質と量を向上させるプロジェクト、スマートムーブ (Smart move) 等々、が挙げられる。

我が国においても、保健体育の授業や学校生活に運動を積極的に取り入れている学校は、園児児童生徒の体力、運動能力や学校生活の満足度に対する成果を上げていることも報告されている (文部科学省、2015)。しかし、そこでは男子中心の保健体育の内容の再検討がこれからの課題として挙げられている。

以上を踏まえ、本学会は、次の対応を強く求めるものである。

- 1)就学前：幼児期にふさわしい生活の中で、遊びを通して多様な動きが経験できるように、発育発達に応じた様々な遊びを工夫し提供するとともに、一日、合計 60 分以上、楽しく体を動かす時間を確保すること。
- 2)小学校：基本的な動きを楽しみながら習得していくことを保証すること。そのために、指

- 導内容として知識を明確に位置づけた教科書を提供するとともに、専科教員を配置すること。さらに、週3単位時間の授業時数を確保すること。
- 3) 中学校：科学的な知見を踏まえて健康やスポーツを学習する適切な機会を提供するために、保健と体育の関連づけを一層促す内容領域を設定すること。さらに、その達成に必要な時間数として、週3単位時間の授業時数を確保すること。
- 4) 高校：運動とスポーツ、健康に関連した科学的知見を踏まえ、保健と体育を互いに一層関連させながら、多様なスポーツの意味や形態に接し、健康とスポーツに関連した多様な複雑な問題の解決に取り組む機会を提供すること。さらにその達成に必要な最低限の標準単位数として、最小限として12単位を確保すること。
- 5) すべての園児児童生徒への健康、スポーツに関する学習の機会を保障するという観点から、小学校、中学校、高等学校の体育指導に際して「アダプテッド・スポーツ」「インクルーシブ体育」に関わる配慮を入れること。

引用・参考文献

- Active Living Research Building Evidence to Prevent Childhood Obesity and Support Active Communities
RESEARCH brief | *Summer 2009* Additional research on academic achievement and physical activity presented by the Centers for Disease Control and Prevention is available at www.cdc.gov/HealthyYouth/health_and_academics/index.htm
- Aschebrock, H. (Ed.) (1995) *Schulsport in Bewegung*. Verlag für Schule und Weiterbildung: Bönen
- Crum, B. and Stegeman, H. (2005) The State of Physical Education in the Netherlands. In: Pühse, U. and Gerber, M. (Eds.) *International Comparison of Physical Education*. Meyer & Meyer Sport: Aachen. pp.460-471
- Dyson, B. (2001) Cooperative Learning in an Elementary Physical Education Program. *Journal of Teaching in Physical Education*. 20(3):264-281
- Grineski, S. (1996) Cooperative Learning in Physical Education. *Human Kinetics*: Champaign
- ICSSPE (1999) Results and Recommendation of the World Summit on Physical Education Berlin, November 3-5, 1999 Document presented on behalf of the World Summit on Physical Education by the International Council of Sport Science and Physical Education for MINEPS Punta den Este, Nov.30-Dec.3.1999
- ICSSPE (2012) *Designed to Move. A Physical Activity Action Agenda*.
- Joint Committee on National Health Education Standards (2007): *National Health Education Standards (2nd Ed.) – Achieving Excellence*. American Cancer Society.
- Jenkinson, K.A., Naughton, G. and Benson, A.C. (2014) Peer-assisted learning in school physical education, sport and physical activity programmes: a systematic review.

Physical Education and Sport Pedagogy.19(3):253-277

文部科学省 (2008j) 小学校学習指導要領解説

(http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/syokaisetsu/index.htm)(2008.7.3)

文部科学省 (2014) 平成 26 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

(http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kodomo/zencyo/1353812.htm) (2015.4.5)

日本学術会議 (2008) 健康・生活科学委員会 健康・スポーツ科学分科会提言子どもを元気にするための運動・スポーツ推進体制の整備 平成 20 年 8 月 28 日 日本学術会議 健康・生活科学委員会 健康・スポーツ科学分科会

日本体育学会スポーツ振興基本計画特別委員会(2010) スポーツ振興の在り方について(提言 2010)

SHAPE America(2014) National Standards & Grade-Level Outcomes for K-12 Physical Education. Human Kinetics:Champaign

SPARKS(https://www.youtube.com/watch?feature=player_detailpage&v=9ywZY6mBoPw)

UNESCO(2013) Distribution: limited SHS/2012/ME.2/H/4 Paris, 10 May 2013

Original: English UNITED NATIONS EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION FIFTH INTERNATIONAL CONFERENCE OF MINISTERS AND SENIOR OFFICIALS RESPONSIBLE FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORT (MINEPS V) Berlin, Germany, 28 - 30 May 2013
WORKING DOCUMENT

UNESCO(2013b) Declaration of Berlin(<http://mineps2013.de/fileadmin/Dokumente/pdf/MINEPS%20V%20-%20%20Declaration%20of%20Berlin%20%28Original%20English%20Final%29.pdf>)(2013.6.16)

U.S. Department of Health and Human Services (2008) Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report,2008.(<http://www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf>)(2008.7.3)

山崎昌廣 (2009) : 学校におけるアダプテッド・スポーツ教育の実施状況に関する調査研究 (課題番号 : 18300211) 平成 18 年度～平成 20 年度科学研究費補助金(基盤研究 B)研究成果報告書

幼児期運動指針策定委員会 (2012) 幼児期運動指針、(平成 24 年 3 月) (http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm) (2015.4.5) 文部科学省

幼児期運動指針策定委員会 (2012) 幼児期運動指針 ガイドブック (http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm) (2015.4.5) 文部科学省