

体操の発展経緯と方向性に関する研究

—主に学校体育を中心に—

小 黒 美智子

A Study on Gymnastics at School
— Its History, Development, Future —
by
Michiko Oguro

はじめに

体操においては、運動内容の多様性が特徴の一つにあげられるが、近年の世界の体操の現状をみるに、その内容の多様化はますます進み、体操の実態を捉えることが難しくなっている。

日本においても、ジャズ体操、エアロビック体操、太極拳、フィットネス体操、シェイプアップ体操、ストレッチ体操、トレーニング体操、リズム体操、手具体操、ラジオ体操、健康体操、新体操、ヨーガ、医療体操、学校体操など各種体操が多彩に繰り広げられており、あらゆる動きを体操として捉えることを可能にするほど、概念に広がりを見せている。

学校体育における「体操」領域は、戦前と戦後ではその位置づけを大きく異にしているが、戦後の数回に及ぶ学習指導要領の改訂の変遷の中で、「身体の教育」から「運動による教育」へ、さらに「運動・スポーツの教育」へと体育の方向性が変化してきたことに伴い、そのつど内容の取扱が変化してきた。

しかし、「体操」の特性の捉え方は、一貫して必要充足論に基づく「体力を高めるための運動」としているため、学校現場においては、小、中、高の段階別に、具体的内容や方法が豊かに変化せず、体育授業の準備運動としての「学校体操」や「ストレッチ体操」で終わってしまい、まとまった単元として学習が行われていないところも多いようである。

小学校から中学校、さらに高等学校へ段階が進んでも、変わりばえのしない体操の授業が行われているということにならないようにするためには、学習指導要領に一領域として位置づけられている意義を再確認し、体操の教材としての内容を具体化し系統だてて指導することが急務と思われる。

本研究は、文献研究により、体操の発展経過、および日本の学校体育における「体操」領域の捉え方の変遷を明らかにし、今後の生涯スポーツ時代に向けた「体操」の方向性を考察するものである。

方 法

- 1 加藤橘夫訳「体育の世界史」、東京教育大学体育史研究室編著「世界体育史」、岸野雄三編著「体育史講義」により体操の発展経過を、井上一男著「学校体育制度史」、「学習指導新潟青陵女子短期大学研究報告 第22号 (1992)

要領」を中心に日本の体操の発展経過をまとめ、検討を加えた。

- 2 1980年から1990年の「学校体育」、「体育科教育」に掲載された論文、および日本体育学会、新潟県体育学会における体操に関する論文を中心に今後の体操の方向性について調査し検討を加えた。

1 体操の歴史的経緯

人間が文明生活を営んでから6000年以上も経っているといわれるが、人間の基本運動は、はるかそれ以前に、ヒトが直立二足歩行を始めた時から、生きるための日常生活と労働からの必然として行われていたことは明らかである。紀元前1500年代のエジプトにおける「絵画、浮調、瓶、モザイク文書などからエジプト人がレスリング、舞踊、gymnastic gameを好んで行っている様子や、碑文から少年たちがタンブリングやとんぼ返りの他、体操的スタンスを行っていた様子が伝えられている」ことなどから、体操はヒトの日常生活やあそびとして自然発生的に行われてきたといえる。

体操が教育的なねらいをもって行われたのは、古代ギリシャ時代（前800年～前146年）になってから、体育の歴史とともに始まったといわれている。この起源以来、発展の歴史の大半の間は、今日の体育と同じ意味合いとして捉えられ、それぞれの国において時々の教育の基本的な考え方を反映して行われてきた。したがって国によって、時代によって体操の意義と内容は変化し、非常に長い時間をかけて今日における多様な体操に発展してきていると考えられる。

(1) 身体教育としての体操のおこり

先史時代のホメロスの教育、スパルタ全史にわたるスパルタ教育においては、体育の目標は戦争に役立つために必要な身体能力に優れた「行動の人」⁴⁾にあり、軍事力の向上のための身体修練であったが、アテナイにおいては戦争による国家の興隆という実利的なものだけでなく、ギリシャ人の理想とする「美にして善なること」⁵⁾を希求した。健康を目的とするのではなく、自然な健康を前提として、トレーニングや競技を通じて体力や身体美を結果的に生みだしていたところに大きな意義があった。

この時代の体操は、健康の回復、維持、増進を目的とする運動療法で前5世紀には、ギムナスティケー（体操術）と呼ばれ、身体修練の理論は、次の三つに分類されていた。

- ①競技体操術 職業競技者を養成するためのトレーニング理論
- ②医療体操術 運動療法、健康療法
- ③教育体操術 体育論

体操の発展には、フィロストラトス、ヒポクラテス、ガレノス、プラトンなどの貢献が大きかったと伝えられるが、前2世紀になってガレノスは、体操術は衛生術の目的である完全な健康を達成する一手段として位置づけた⁶⁾。また、体操術を教育思想の中に明確に位置づけたのはプラトンであるといわれており、身体的、精神的、道徳的に調和した教育をねらいとした。

古代ローマ時代（前753～476年）も若者には戦争が重要な仕事であり、体操は軍事訓練のための厳格な身体訓練としての身体活動であった。ギリシャにおける心身の調和的な善美を理想とした身体修練に比して、実利主義に基づいて戦争や賞金を目標にした身体修練となり、後期においては、プロ競技者によるショー・スポーツのための身体活動に墮していった。

その後、5世紀以降の中世ヨーロッパにおいては、当時の生活を形成した勢力は、キリスト教会であり、次いで修道院制度、封建制度と騎士制度、そして後期に至って都市の成立と市民階級によるギルドの出現、大学の成立とスコラ主義⁷⁾があげられる。

封建社会で最も力を持つ者は常に騎士や武士であったが、ヨーロッパにおいては、立派な騎士を育てることが当時の教育の最大のねらいであった。武芸や腕力に優れ、騎士道を極めるための

厳しい修行としての教育として身体活動が位置づけられていた。したがって騎士学校を中心に行われていた体育の内容が、剣術、槍術、走る、跳ぶ、石投げ、格力などの運動であったことから身体活動は軍事的な身体修練そのものであり、それを支える厳しい掟を守って人間としての修業をつむ騎士道のためのものであったといえよう。

また、キリスト教を背景にした僧侶の禁欲的な生活態度は、中世の特色とされているが、「二元的人間観（その卑しい肉体ゆえに魂の教化が妨げられるのが人間であると言う考え方）」⁹⁾の影響により、多くの聖職者（教会）は身体活動に反対したといわれるが、実際には僧侶の中にも「スポーツ愛好家はかなりいた」⁹⁾ものと思われる。とくに、民衆との接触の深い地方教会の僧侶たちはボールゲームや魚釣りなどに自らも参加したとされている。貴族もまた狩猟やボールゲームを好んで行い、12世紀以降の市民の台頭後も騎馬競技やボールゲームが好まれ、市民や農民も都市国家を守るために各種武芸をはじめ、走る、跳ぶ、投げる、格力、ボールゲーム等を好んで行った。

中世の身体活動は、古代ギリシャの心身の調和のとれた体力や身体美から、国家を守るための力としての武芸に変わり、体育の歴史的な意義として、近代スポーツの発展の地盤をつくり近代初期につなぐ役割を果たしたが、体操としての飛躍的発展はほとんど見られず次の時代を待たなければならなかった。

(2)グーツ ムーツ (J.F.GutsMuths 1749-1839) の時代

ルネッサンスに始まる近世は、humanism、moralism、realismの三大運動のもとに、古代ギリシャのアテナイの理想を再現しようとした時代で、市民体育・スポーツの創設期といわれている。

16世紀から18世紀にかけて、ヨーロッパの身体運動は、イタリアのメルクリアリス、イギリスのフラー、フランスのチッソ、ドイツのフランクなどの医学者や、イタリアのフェルトレ、チェコスロバキアのコメニウス、イギリスのロック、フランスのルソーなどの教育者、思想家の多くの理論を背景に、原理と方法が明らかにされ大きく変化、発展した。そして18世紀から19世紀へかけて「近代体育の父」とよばれるグーツムーツは、ザルツマンの設立したシュネッペンタールの汎愛学校において、今日の体育と同義の身体運動（体操）を教育の中心的な位置づけとして行った。

グーツムーツの体操は、その著「青年の体操」の中で、「体操の定義として「喜びの上着をつけた作業」と規定し、男性的な性格を育成する体操を打ち出し、第2版では「身体の完成を究極の目的とするのが体操であって、その完成は、持久力、力、敏捷さ、美しさから成立する。」として合理的体操を展開した。¹⁰⁾この二つの考え方が原点になり、後のドイツ体操、スウェーデン体操の二大潮流ができていった。

18世紀から19世紀のヨーロッパ各国においては、多くの体操家が活躍し国民体育として体操が発展していった。特にドイツにおいては、たび重なる戦禍から祖国の独立を達成するために、愛国心に燃えた青年を育てる手段として、国家権力と結びついて学校や社会で体操が行われた。

汎愛学校におけるグーツムーツの体操はまだ今日の体操とは大幅に違い、走、跳、投、登はん運搬、縄跳び、舞踊、水泳等の自然運動から、手工的作業や遊戯まで幅広く、身体活動全般を包含した概念であったが、汎愛学校でペスタロッチやグーツムーツの教えを受けた多くの人々により、ヨーロッパ各地で独自の体操として発展していった。

ドイツのヤーン (F.L.Jahn 1778 - 1852) は体操を、器械運動やその他の様々な身体修練を含む概念で捉え、国民教育として愛国心を育てていくために名称を、語源がギリシャ語であるギムナスティークに変えて、ドイツ語のツルネン (Turnen) とした。体操は単なる目的だけでなく、愛国心に燃えた国民の育成の手段であった。内容は、種々の器械を使った体操や徒手体操だ

けでなく走、跳、投、巧技的運動、レスリング、球技などを含んだ自由な運動生活を中心とした体操として捉えられており、グーツムーツの運動に近いものであった。その後アイゼレン、シュピースら後継者の努力により学校教育のなかに取り入れられてからは、著しく普及した。内容は「徒手体操、懸垂運動、支持運動、合同体操」¹¹⁾として捉えられて、グーツムーツやヤーンの体操の概念より狭義の概念で捉えられるようになったといえる。

一方、スウェーデンでは、リング (P.H.Ling 1776 - 1839) を中心に生理学、解剖学、美学、心理学を基礎とした体操の体系化が行われ、心身の健康な青年を育成し国力回復の基礎を築くことをねらいに、教育、軍事、保健、美的等の目的に応じた体操を構成した。このスウェーデン体操は彼の後継者によって世界的に普及した。

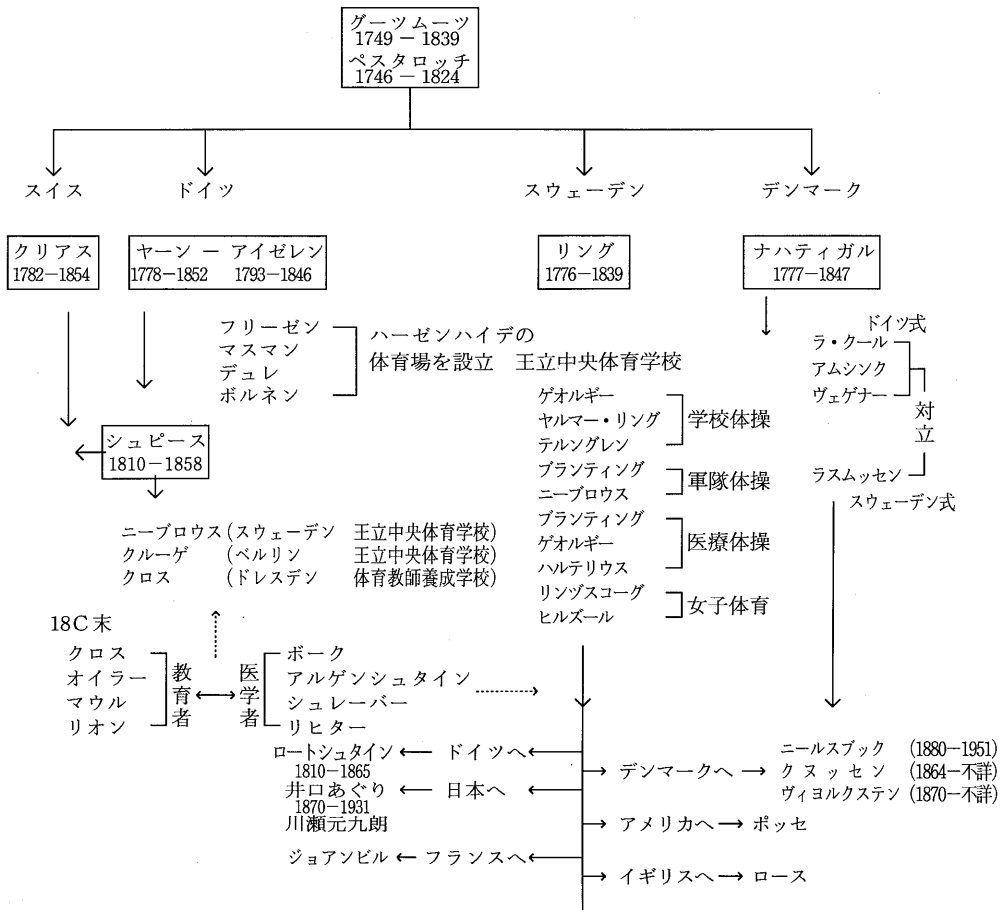
ヤーン、アルゼレン、シュピースの体操やリングの体操はともに今日の徒手体操の源流となって営々と続いてきたが、次第に創始者本来の精神が薄れ、身体各部の中心固定による部分運動の形式的、機械的傾向があらわれ、次の新しい体操への転換期を迎えることになる。

19世紀の後半には、各国相互の体操の研究、改革が進み、体操の理論や方法に活発な情報交換が行われ、理論闘争に発展した場合もあった。

近世における体操の発展を、貢献した人の流れから図1のようにまとめることができる。

まさにこの時代は、今日の徒手体操、器械体操、手具体操、医療体操等の近代体操の黎明期と

図 1



いえる。

(3) 新しい体操

19世紀後半から20世紀初めにかけてヨーロッパ各国に影響を与えたドイツ式体操、スウェーデン式体操の、身体各部の中心固定による部分運動は、形式化、鋳型化、人為的などの批判が起こり各国において新しい体操への改革の試みがはじまった。(ギムナスティック運動)

板垣は、「ギムナスティック運動は、あらゆるスポーツに対する運動学、および運動学習過程の方法学に対して、後世に残る影響と改革を促し、特に女子スポーツに対して大きな発展を与えた。」¹²⁾としている。この新しい体操の流れは、次の四つの系列にまとめられている。

- ①生理的機能向上をねらいとした方向への改革 — メンゼンディーク、ギュンター
- ②表出的な方向への改革 — ステバン、カルマイヤー
- ③リズム的な方向への改革 — ダルクローズ、ボーデ
- ④ダンス的な方向への改革 — ダンカン、ラバン、ヴィグマン

これらの改革運動は、運動の方法はそれぞれ異なっているが、これまでの身体の部位、形式的な人為性から脱し、目的に合った自然で合理的な体操を希求していた点では、共通していた。

中でも、リズム的な方向への改革を志向したボーデ (Rudolf Bode 1881 — 1970) の功績は大きく運動の律動性に着目し、「身体を生理、解剖といった身体形成の面からではなく、総合された有機体・生命体として捉え、その身体活動の特質はリズムであるという立場から体操体系を構成し、運動教程を呈示している。」¹³⁾

ボーデによる体操は、1920年代から30年代にかけてヨーロッパ各国に多大な影響をもたらしたオーストリアの自然体育の運動に、メンゼンディーク (B.Mensendieck 1864 — 1959) の流れをくむギュンター (D.Gunther) やステバン (G.Stebbins) の弟子のカルマイヤー (H.Kallmeyer) とともに貢献した。

ボーデによるリズム体操は、メダウ夫妻(Hinrich und Senta Medau)、W. ボーデ(Wolfgang Bode)らの多くの弟子によって継承され、今日の体操の発展をみている。

(4) ジャズ体操のおこり

1960年代になって、スウェーデンのモニカ・ベックマン (Monica beckman) やハンナ・プライス (Hanna Preiss) らによって、ジャズ的な音楽に合わせて体操を行う方法が紹介されるや、急速に普及した。ボーデらの唯一中心性の調和のとれたリズム体操に比して、ジャズ体操は多中心性の原理に基づき、運動の中心は身体の各部位に分散しており、それぞれが孤立して動かすという独特の方法である。ジャズ独特のリズムに、運動の引き出すエネルギーがあり、現在も世界各国で盛んに行われている。

1953年から体操の普及と発展をねらいに行われている世界体操祭 (ギムナストラダ) にも、ジャズ体操の普及のようすが窺え、1982年のチュリッヒにおける第7回大会、1987年のハーニンにおける第8回大会は、「ジャズ体操やショー的傾向の強い体操が主流をなした」¹⁴⁾とされている。

2 日本における体操の発展

(1) 戦前

明治5年(1872)に「学制」が公布されて以来「体操」は、教科の一つとして主要な位置づけにあった。学校体育としての起こりが「体操」であったことについて、木村は、「学制そのものが知育、徳育、体育に三分して認識する欧米の教育思想の影響を強く受け、体育は身体の健康、身体の健全な発達¹⁵⁾の役割をになうものとする立場から適当な教材として体操がまず採り上げられたことに始まる。」としている。また、井上は、「体操は、学校体育としての体操が普及する以前に、幕末の頃から諸藩競って洋式の兵制を採用し、新兵の訓練にあたってまず体操から始めた。」

ことや、「明治3年に陸軍の兵制はフランス制を採用したこと。」「わが国の国情や服装、施設用具からみて（和服は徒手体操を行うことすら困難にする。そのために上・下肢を主とする運動に傾いた）当然体操中心にならざるを得なかったといえる。」¹⁶⁾としている。

明治時代の前半（明治19年頃まで）は、教科としての名称や内容、方法等が、かなり短期間のうちに手直しが行われており、欧米の体操をそのまま日本に適用しただけで、詳細にわたっての研究はすすんでいなかったものといわれている。

「学制」発布当初は小学校において「体術」の名称で教科として出発したが、翌6年には、「改正小学教則」には「体操」に改められ、方法等が示された。これ以後「体操」は昭和16年の「国民学校令」による「体練科」が示されるまでの70年間にわたって教科名として続いた。

内容は、5年から10年ころまではシュレーパー（D.G.M.Schreber）の「室内医療体操」を翻訳した「射中体操法図」やメースン（S.W.Mason）の「学校並びに家庭向き体操手引書」の翻訳をした「東京師範学校版体操図」、グーツムーツ、アモロス、アイゼレン、シュピースらの体操や中世以来の騎士的な運動が加味された書である「体操書」などにより示された。

明治11年（1878）の体操伝修所の設立は、日本の体操の発展に重要な役割を果たした。その一つは学校教育法の選定と指導者育成のねらいどおり、立派な指導者を世に送り出しその後の学校教育の方向をほぼ決定した。このことにより明治19年の「学校令」交付以後の体操の普及は急速に進展した。

体操伝修所の体操は、リーランド（G.A.Leland 1850 - 1924）による「軽体操（徒手演習、啞鈴演習、アンヴィル・コーラス、球竿演習、棍棒演習、豆囊演習等の徒手や手具体操や、器械を使った体操¹⁷⁾」を保健的なねらいで行っており、軍事的な色彩は薄かったが、設立後数年のうちに兵式体操も取り入れられて行われていた。

明治14年（1881）の「小学校教則綱領」には体操の内容は、遊戯、徒手体操、器械運動と示され、「中学教則大綱」、「師範学校教則大綱」には、体操は教科目にはなっているが、必修の取扱にはなっていないなど、明治時代の前半の体操を概観すると、明治初年は欧米の体操の直輸入であり、内容、方法、指導者等の点で、日本の受入れ体制の現状に即しておらず、学校体育としての実施はまだ充実したものではなかったといえる。

明治の後半は、明治19年（1886）「学校令」公布の後には学校における体操は急速に普及していくが、当時の文部大臣であった森有礼自身が抱いていたといわれる教育方針である「国家第一主義」に沿って、「従順、友情、威儀の三気質は、至上命令に対する服従、戦友間の協力および指導能力の養成として具体化され¹⁸⁾」、「兵式体操」が重視されていく。

明治23年（1890）「小学校令改正」、24年「小学校教則大綱」には、始めて体操の目的が示され、内容は、遊戯、普通体操、兵式体操、戸外体操、水泳と徒手体操だけではなく、幅広い運動となっている。

その後、33、40年と「小学校令改正」の改正が行われ、尋常小学校、高等小学校においては、必修として遊戯と普通体操、男子には兵式体操が行われていた。また中学校以上の学校では、32年の「中学校令」により普通体操（矯正術、徒手体操、啞鈴体操、球竿体操、棍棒体操）及び兵式体操（柔軟体操、器械体操、各個教練、小隊教練、中隊教練）が行われていた。

兵式体操は、森文相の教育方針を受け、国家主義的な教育の目的を遂行するための手段として学校体育に位置づけられ、明治の後半には普通体操と並んで重視されたが、森文相没後は形式に流れた。

明治35、6年に川瀬元九郎・井口あぐりが留学先のアメリカから、スウェーデン体操を持ち帰った後は、スウェーデン体操の生理、解剖学的基礎に立って科学的に構成された体操は、当時の普

通体操より合理的であるとされ、教科の主流をなしていく。

大正2年(1913)「学校体操教授要目」公布により、スウェーデン体操は学校体育の中心に位置づけられ、以後訂正までの13年間、大正時代全般にわたって体操中心の学校体育が展開された。

内容は、体育、教練、遊戯が示され、中学校及び師範学校の男生徒には撃剣および柔術を加えてもよいことになっていた。大正の後半には改正の気運が高まっていった背景を井上は、「要目実施後、体育界の内部においてヨーロッパの新しい体操が、次々と研究され紹介されたこと。第一次世界大戦後の国際情勢の変化により軍事教練問題が強調され、再び兵式体操採用の声が起こったこと、さらに大正元年のオリンピックに初参加したこと、学生スポーツが発展したこと。」¹⁹⁾などをあげている。

大正15年(1926)「学校体操教授要目」の改正により、男女の性差に応じた教材配当がなされ、スポーツ教材が多く取り入れられた。「遊戯」は「遊戯及競技」に、「走技、跳技、投技」「球技」が示された。

昭和11年(1936)の「学校体操教授要目」の第二次改正では、ヨーロッパの新しい体操の波の影響を受けている。ニルスブックのデンマーク体操、ダルクローズのリトミック、ガウル・ホーフナー、シュトライヒャーの自然体育、クヌッセン体育理論等の体操が紹介され、形式化したスウェーデン体操に一石を投じた。

スウェーデン式体操が体系化され、整備されるに従って失ってきた自然性を強調する体操は、緊張と解禁の両面を強調し、リズムカルに身体を中心から起こる運動を全身に伝え、統一的に動かそうというもので、運動の表現性をも重視したものであった。従来の体操の概念とは大きく違っており批判や誤解も多くあったものと思われるが、ヨーロッパの新しい体操の流れは、確実に日本にも影響を及ぼしてきたのである。

この後は戦時体制に移行し、昭和16年(1941)「国民学校令」公布に伴い、体操科は体練科へ名称変更された。内容は体操と武道として示され、体操は体操、教練、遊戯競技、衛生の四領域から構成されていた。

徒手体操のねらいは、「身体各部の均整なる発達を²⁰⁾促し、全身の機能の増進に資すると共に、姿勢を端正ならしめ、快活真摯なる精神を養う。」としている。

さらに、昭和18年「中等学校令」の公布により中学校には修身が内容に取り入れられ、学校体育としての体操は、皇国国家に役立つ人間の育成の手段と化していった。

(2) 戦後の学習指導要領における「体操」の捉え方

戦後の体育は、戦時教育体制下の軍事訓練的性格を払拭し、一転して民主教育への模索から始まった。それまで中心教材であった体操は、学校体育の主役の座を下り、遊戯、スポーツ教材がこれへ移行した。体操による「身体教育」から、運動をとおして「全人的人間形成をねらいにした教育」へ、さらに生涯教育の理念に基づいた教育の方向性を示して、運動の特性をいかした楽しい体育をめざして「運動(スポーツ)の教育」へ、そして生涯スポーツ時代に対応した人間形成に向けての「運動による教育」をより確かなものにするためへの大きな転換期を迎えている。

このような体育科教育の方向性を受けて、学習指導要領の改訂のたびに体操は、軌道修正をしながら発展してきたが、終戦直後の混乱期(昭和22年)に発布された「学校体育指導要綱」の後は大きく三期に分けて捉えることができる。「学校体育指導要綱」では、体操は器械運動をも含んだ内容となっており、小学校から大学まで示されているが、体育の方向は体操中心ではなく遊戯・スポーツ中心にはっきりと切り替わっている。

以下に学習指導要領の変遷から、戦後の体操をとらえてみたい。

① 徒手体操の時期

内容が器械運動とははっきり区分され、身体の部位運動を中心に行う徒手体操として示され、基礎的な能力を高め、準備運動、整理運動、姿勢不良の予防、矯正運動などに活用できるようになることをねらいに行われた。

- ・ 24年(1949)「小学校学習指導要領体育編」
- ・ 26年(1951)「中学校・高等学校学習指導要領
保健体育科編」
- ・ 28年(1953)「小学校学習指導要領体育編」
- ・ 31年(1956)「高等学校学習指導要領
保健体育科編」
- 33年(1958)「小学校学習指導要領」
- ・ 34年(1959)「中学校保健体育指導書」
- 35年(1960)「高等学校学習指導要領」
- ・ 同 「小学校体育指導書」
- ・ 37年(1962)「高等学校学習指導要領解説
保健体育科編」

② 生涯スポーツ時代に向けて「体操に名称が改められた時期

ねらいは体力の向上を前面に打ち出し、これまでの身体の部位運動に加えて前身的なりズミカルな運動によって体力を高めることが重視された。

- 43年(1968)「小学校学習指導要領」
- ・ 44年(1969)「小学校指導書体育編」
- ・ 同 「中学校学習指導要領」
- 45年(1970)「高等学校学習指導要領」
- ・ 同 「中学校指導書保健体育編」
- ・ 47年(1972)「高等学校学習指導要領解説
保健体育科編」

③ 生涯スポーツの時代に向けて体力と動きの両面の向上をねらいとした時期

体力一辺倒のねらいから、運動を身につけること自体も重視し、動きの要素を高めることをも含め、リズムカルでタイミングのよい素早い動きを身につけたのスポーツの基礎的な能力を高めることを重視した。小学校低学年では「基本の運動」として内容をおさえている。

- 52年(1977)「小学校学習指導要領」
- 同 「中学校学習指導要領」
- 53年(1978)「高等学校学習指導要領」
- ・ 同 「小学校指導書体育編」
- ・ 同 「中学校指導書保健体育編」
- ・ 54年(1979)「高等学校学習指導要領解説
保健体育科編」
- 1年(1989)「小学校学習指導要領」
- 同 「中学校学習指導要領」
- 同 「高等学校学習指導要領」
- ・ 同 「小学校指導書体育編」
- ・ 同 「中学校指導書保健体育編」
- ・ 同 「高等学校学習指導要領解説
保健体育編 体育編」

3 考 察

体操の歴史と発展を概観してみるに、今日の体操は、18世紀に入ってからヨーロッパにおいてその萌芽をみることができ、主に、生理的、解剖学的な見地から系統だてられた後に、世界的に発展してきたといえる。したがって体操のねらいは発展経緯から見ても、身体の形態・機能の保持、増進、回復等のねらいが中核にあることは、万人の認めるところである。

日本では、19世紀の後半に入ってから、漸く軍隊や学校において体操が行われるようになったが、既に世界では、長い歴史を経て体操の研究が深められ、世界を二分して影響を及ぼしたドイツ体操、スウェーデン体操の二大潮流ができてきた時代であった。いわばわが国の体操は、形の出来上がった欧米の体操を直輸入してスタートしたのである。しかも、学校体育に取り入れられる前に軍隊で兵力強化のための訓練として体操が取り入れられたことが、その後の日本における体操の発展過程を象徴しているように思われる。

日本では体操はつねに学校を中心に発展してきたが、学校制度史からいえば、「学制」から「国民学校令」による体練科の誕生までの70年間および、終戦から昭和43年の領域の名称が「体操」に改められるまでの23年間の長きにわたって、学校教育における体操は部分的な徒手体操が中心に指導されてきた。しかし徒手体操中心とはいえ実際には内容は、時々々の時代を反映したも

ので、同一のものではなかった。すなわち戦前の体操は、体育と同義の意味あいでは捉えられていたために、体操とはいえ初期の頃の内容には、走、跳、投、手具体操、器械運動、水泳、遊戯なども含んだ幅広い運動内容になっており、徒手体操はシュピースの体操の流れを汲む医療体操の影響が大きかったことがわかる、ちょうどヨーロッパの体操の源流が、グーツムーツの汎愛学校の体操にあったことと同じような状況であったと思われる。

しかし、明治の後半にスウェーデン体操が紹介され、大正2年の「学校教授要目」によって学校教育に取り入れられ、さらに大正15年の「学校教授要目」の改正によって、スポーツ教材が取り入れられてからは、体操はいわゆる部位的、器械的な形式体操の色彩が強くなり、それが軍事教育に利用されるようになってますますその傾向を深めていったことがわかる。

日本の体操が、ドイツや北欧を中心にしたヨーロッパの体操の発展に比して著しく遅れをとったのは、この時代の軍事教育の手段化した「体操」のイメージが、長い間教育現場に影響をもたらしていたとは考えられないであろうか。

すなわち体育科教育は、画一的な一斉指導の形態による教師中心の体操指導から、児童生徒中心を主体にした経験学習、単元学習の形態に転換したが、その流れの中で「徒手体操」は、目的は変わっても内容は戦前と大差がなかったため、他のスポーツ領域に比べて児童生徒の興味、意欲を引き出す点で動機づけが難しかったり、戦前の教育を受けた指導者の「徒手体操」に対するイメージを切り換えることが実際には難しかった点などが要因と考えられる。

ヨーロッパにおいては、20世紀の初めにはすでに、部位的、形式的に走りすぎた体操に対して批判が起こり、各地で新しい体操への起こりが始まっていた。すなわち、生理・解剖学的な側面から体づくりを強調した体操だけでなく、律動を主にした美と動が融合した運動を迫及し、身体と精神の統合した動きとして体操を捉える傾向が、多くの体操家によって示され指導された。

この新しい体操の流れは、昭和初期には日本にも伝えられたのであるが、当時の日本の国情が、軍国主義へ急速に傾斜していった時代であったため、十分に教育の流れに組み込むことができなかったものと思われる。せっかく新しい体操への流れが日本に持ち込まれても、当時の国家体制のもとでは、体操の直接のねらいとされている健康、体力の面のみが強調されて取り上げられ、形式を重んじて全体的な一斉指導が強化される体操の捉え方とは、この新しい体操の概念そのものが、相いれないものであったことは容易に理解できる。

この新しい体操の流れは、戦中、戦後を通じて体操研究者により受け継がれてはいたが、戦後の学校体育における体操軽視の状況の中では、定着までいたらなかった。戦後の占領下の教育では、かつて軍国主義の教育に加担した教科という負い目があり、「体操」という言葉を使うことすらはばかれるほどの状況があったということで、「体操は全くといってよいほど行われない時代があった²¹⁾」といわれている。

その後、領域「徒手体操」として復活はしたものの、柔軟体操や他のスポーツの準備体操、整理体操、補強運動などのねらいで行われることが主で、一領域に位置づけられていながら、十分にその役割が果たされていたとはいええない時代が続いた。「体操」は他のスポーツのためのコンディショニングを整えたり、体力としての柔軟性を高めるための体操が中心に展開されてきたのである。

そして昭和39年の東京オリンピックを契機に国民の体力の向上に関する意識が高まり、研究者の間では運動の科学的な研究が活発に行われるようになってからは、学校体育の目標は再び「体力の向上」が前面に打ち出された。

体操の発展という面からは、ほとんど停滞であったといわれる領域「徒手体操」の時代は終わり、「体操」という名称で、全身的なリズムカルな運動による体力の向上が、体操の中心的なねらいに据えられた。

内容は、筋力、持久力、調整力、柔軟性といった体力の要素から体操をとらえており、トレーニング理論に基づいた体操が重視された。戦後の指導要領の中では、最も体力の必要性が強調された時代であった。しかしここで考えたいことは、「体力を高める」ことが特に「体操」領域で強調されたことが、体操の発展にもたらした影響である。

体操は古来、身体、健康の側面を担う重要な領域として認識されてきたことは、発展経緯から明らかであり、実際に人々の心身の健全な発育発達に大きな役割を果たしてきている。この点が、学習指導要領の改訂の度に、小学校から高校まで「体操」がつねに必修に位置づけられてきた根拠であろうと思われる。

しかし、体操の発展という観点にたつて改訂内容をみると、「体操」は体力づくりだけでなく、リズム体操、表現体操、手具体操など動きづくりのねらいをも合わせて重視することにより、多様な運動様式が可能となっていたのではないかと思われ、ねらいが一面にのみかたよって強調されることによるマイナス面も指摘されよう。この点については、次の昭和52年の改訂でかなり改善され内容に拡がりをみることができた。

経済の高度成長とともに国民の生活にゆとりが生じ、人々が余暇を利用して運動に親しむ機会が多くなると、それに対応して体育の教科の方向性も手直しが迫られ、生涯スポーツ時代の到来に向けて、体力の向上だけを強調するのではなく、運動の特性に基づいて運動自体を楽しむ方向に進んできた。

「体操」はここに至って初めて動きの側面からのねらいが示され、漸くヨーロッパの新しい体操の域に近づくことができるようになってきた。しかし、ここでも体操の動き自体をねらいにしているのではなく、あくまでも他のスポーツの動きの基礎となる能力を高めることがねらいとされた。

また内容は動きの大切さを強調して、動きの要素からとらえ、リズムカルな動き、タイミングのよい動き、素早い動き、力強い動き、動きの持続性をたかめる運動として抽象的に示されており、「体操の指導の際に、運動内容の選択において多種多様な運動の中からどの運動を選んだらよいか困窮したり、単一の運動のみの指導に終わったりといった問題があった。」²¹⁾といわれている。

この改訂の方向性は、平成元年からの改訂にも基本的には踏襲されており、生涯スポーツ時代をより確かなものにするような配慮が加えられている。

学習指導要領の内容の示し方が抽象的でわかりにくい点について、体操の研究者の間では各種の提言がなされているが、体操の概念規定が多様化しているために、他のスポーツ領域と違って技術の系統的な示し方を一本化することは、かなり困難なことと考える。

しかし、生涯スポーツ時代に向けた体操のねらいと内容に照準を当てて考えた場合は、自ずとその方向性は見えてくるように思う。

一つには、各方面で指摘されているように、児童生徒の運動環境が好ましくない状況にあることを踏まえて、学校体育における「体操」では、身体的側面の必要充足のねらいは今後も重視せざるを得ない。

さらに、児童生徒が学窓を後にした後も、日常的に運動に親しみ、体操を継続していくことができるためには、高橋の指摘する²³⁾「体操」によって自己の身体をみつめ知覚する能力を高めることすなわち身体の成り立ちに関する知識、運動の合理的経済的な行い方、美的運動の表現のしかた等を、単に知識としての学習だけでなく、自ら身体の感覚を通して体験することが必要になってくるものと思われる。

そして、今後最も大切になってくることは、「体操」を喜びを持って行うことができるような

内容が示されることではないかと考える。

大谷武一は著書「新しい体操への道」に、生命の根源である律動（リズム）に着目したヨーロッパの体操の流れを紹介しているが、その中で「喜悦の力」について言及している。

喜悦とは喜びのことであるが、動く喜び、生きがい、達成感、動きたいという欲求などと種々の意味に解釈できるが元来人間の行動は、この喜悦感によって導かれているものであるとし、「この喜悦感は、人間の本質に最も適合する体操の領域において最良の満足を得べき筈である。」²⁴⁾としている。

まさに日本の学校体育における体操の歩みの中で、最も欠落していた部分を60年も前に鋭く洞察して提言しており驚嘆させられてしまう。

体操は「形」ではなく「心」を解放することによって、真に運動欲求を満足させることができ、効果も高めることができるのである。

また板垣は著書「体操論」に、ボーデの体操の本質について、次のことばを引用して体操の喜びについて詳細に述べている。

- ・「人間を生命体、有機体として捉え、内面から生じる運動の衝撃を、自然的、全身的にリズムカルな動きに表すことが体操の本質である。」
- ・「精神的なエネルギーの現れである自由に動く人間的な動きを忘れてはならない。」
- ・「心のこもらない表面的な形だけの練習は、生きた教育の中ではかえって妨げになるので、心の中からの喜びある運動こそが重要である。」などである。

要するに、体操にとって大切なことは、動くことに喜びを感じ、心から身体を動かすことの大切さをあげ、全身的でリズムカルな自然な動きこそ体操の本質であると捉えているのである。

以上の三点を体操領域の内容として具体化するには、板垣、滝沢、菅家らによるドイツ体操連盟の体操の領域区分²⁵⁾や、高橋による運動様式の類似性から分類する方法等²⁶⁾が参考になる

ドイツ体操連盟の体操の領域区分

- ・特定の効果をねらった体操（身体機能と健康を高めることをねらった、体操の特殊な形態）
- ・一般体操（動きの基本練習、姿勢練習、動きの発展、手具を用いた練習）
- ・リズム体操（一般体操から発展したものであり、創造性、即興力、動きの想像力を高める。手具の利用、体操とダンスの融合、音楽と動きのハーモニー、音楽と動きの一致、創造性・即興・一連の動きの構成）

- ・ジャズ体操（ジャズの特徴的な動きの学習。ジャズ体操、ジャズダンス）

高橋による分類

- ・徒手体操（部分的体操・全身体操、音楽を伴った体操・音楽なしの体操・・・）
- ・手具体操（ボール体操、なわ体操、輪の体操、棒の体操・・・・・・・・・・）
- ・組体操（組立体操）

高橋の分類は、だれもが容易にその内容をイメージできる点で具体性がある分、分かりやすい。体操の授業では主として「一般体操」を取り扱うと限定しているが、「表現的技術的達成の要素を積極的に生かしていく工夫」²⁷⁾の必要性をも示唆している。

ドイツ体操連盟の分類は、体操を「からだづくり、動きづくり、楽しみづくり」と多面的に捉えることができ、一面のみを強調するのではなく多様な体操の展開が期待できよう。

いま日本では、かつて経験したことのない長寿社会に対応して、単に健康であるというだけでなくよりよく生きることへの模索が始まっているが、多くの人々が健康願望や活動欲求に基づいて多様な運動に親しんでいる。まさに生涯スポーツ時代の到来にむけて歩みだしているのである。

いま日本で見られる一種のブームと思える体操の多様化傾向は、学校体育の体操領域の指導の

結果が効を奏しているものと自己満足するのは早計であろう。浜田は、多様化傾向について「体操は集団で行われることが多いので「参加に対する欲求」、「認められたいという欲求」、「美に対する欲求」などが錯綜し、流行という行動様式を生みやすい。」と指摘している。²⁹⁾すなわち現在の状況は生涯スポーツへの同調と、それに乗り遅れたくないという自己顕示欲の現れなど複雑な要因が醸しだしている現象と捉えることができるものと考えられる。

学校体育の「体操」領域の根拠となる必要充足論に加えて、社会体育では欲求充足論に基づく体操の流れが大きく発展してきている。これは世界の体操の動向を反映したものであることは明らかであるが、それだけではなく日本の高齢化社会に対応した独自の防衛反応とも読み取れるのではないであろうか。

体操の多様化による発展が社会体育における一種のブームに終わらないためには、ボーデの「心の中からの喜びある運動」や大谷が論じる「喜悦の力」に基づいた体操の内面化が学校体育の中でも、どこまで図られるかが重要なポイントであると思われる。

生涯スポーツ時代の到来に対応して、「体操」領域では、身体的機能と形態の回復・保持・増進といった側面の目的とあわせて、欲求充足の機能に焦点をあてた学習内容の拡大を検討していかなければならないと考える。

昭和52年の学習指導要領の改訂により、小学校低学年には「基本の運動」高学年以上の段階には内容を「リズムカルな、タイミングのよい、素早い動きを高め・・・」と動きの要素から分類したことは画期的なことであり、平成元年の改訂もその方向は一応踏襲しているとみるならば、今後の学校体育における体操の発展は大いに期待できよう。

ギムナストラダでのヨーロッパの国々の体操は、幼児から老人まで老若男女が生活の一部として体操に親しんでいる様子を窺い知ることができるが、歴史と伝統の重みに加えて体操の「心」が受け継がれていることを見逃してはならないと思われる。

喜びを伴わない体操は、それがどんなに科学的であり、合理的であっても、生涯スポーツへむけての基本的な態度を育成することに繋がっていかないように思われる。

4 まとめ

古来行われてきた生きることの必然としての、あるいは健康法としての体操の価値は、グーツムーツによって近代教育の一つとして体育に位置づけられた。それが、大きくドイツ体操、スウェーデン体操の二大潮流に分かれて発展したが、日本には、明治5年の「学制」により学校教育に取り入れられた。

大正時代には、スウェーデン体操全盛となり、生理解剖学を基礎にした徒手体操が中心的に行われてきた。

その後、ヨーロッパにおける新しい体操へ向けての改革運動の流れが日本に紹介されたが、学校体育の体操として定着するに至らなかったことがわかる。

戦後は、数回の学習指導要領の改訂があり、大きく体操がクローズアップされたのは、昭和43年に「体操」に名称変更されてからであるといえる。次いで52年、平成元年の改訂で、体力と動きの両面をねらいにした体操が重視され、体操の内容に漸く拡がりを見ることができた。

社会においては生涯スポーツの時代を迎え、体操の多様化が急速に進んでいるが、学校体育においても、世界の体操の動向を反映しつつ、表現的技術的達成の要素を積極的にいかしていく工夫をしていくような方向が志向されてもよいのではないかと思う。

(注) 引用文献

- 1) 板垣了平・滝沢かほる 「ボールを使った体操の動きの基本形に関する研究」 日本体育学会
1983年 8月 1頁
- 2) 板垣了平 「GYMNAESTRADA および DEUTSCHES TURNFESTよりみた最近の体操の動向
について」日本体育学会 1984年10月
滝沢かほる 「世界の体操事情について」新潟県体育学会資料 1987年
菅家礼子「フィンランドの体操発表会に参加して」福島保健体育学研究 第1号抜刷 1990年
小黑美智子 「世界の体操の動向についてー 第9回ギムナストラダよりー」新潟県体育学会
資料 1991年 9月
- 3) 加藤橋夫訳 「新版 世界の体育史」ベースボール・マガジン社 1976年 7月28頁
- 4) 同 上 50頁
- 5) 岸野雄三編著「体育史講義」体修館書店 1984年 2月 41頁
- 6) 同 上 47頁
- 7) 加藤橋夫訳 「新版 世界の体育史」ベースボール・マガジン社 1976年 7月 97頁
- 8) 同 上 100頁
- 9) 東京教育大学体育史研究室 「図説 世界体育史」新思潮社 1967年 1月 63頁
- 10) 佐藤友久・森直幹 「体操辞典」同和書院 1978年 3月 56頁
- 11) 同 上 102頁
- 12) 板垣了平 「体操論」アイオーエム 1990年 5月 31頁
- 13) 同 上 38頁
- 14) 板垣了平 「GYMNAESTRADA および DEUTSCHES TURNFEST よりみた最近の体操の動
向について」日本体育学会 1983年10月
- 15) 岸野雄三編著 「体育史講義」体修館書店 1984年 2月 221頁
- 16) 井上一男 「学校体育制度史」体修館書店 1976年10月 8頁
- 17) 岸野雄三編著 「体育史講義」体修館書店 1984年 2月 229頁
- 18) 同 上 260頁
- 19) 井上一男 「学校体育制度史」体修館書店 1976年10月 81頁
- 20) 同 上 126頁
- 21) 板垣了平 「体操論」アイオーエム 1990年 5月 248頁
- 22) 春山国広 「新要領における「体操」をめぐる問題」日本体育社 学校体育第42巻13号 33頁
- 23) 高橋健夫 「運動文化の中の体操」体修館書店 体育科教育第35巻12号 1987年 13頁
- 24) 大谷武一 「大谷武一体操選集 III」体育の科学社 1960年 8月 78頁
- 25) 板垣了平・滝沢かほる 「ドイツ体操連盟 (DTB) の体操／ダンス指導計画ー 国民スポーツ指
導書よりー」日本スポーツ方法学会第2回大会資料 1991年
- 26) 高橋健夫 「いま、なぜ体操の授業は変わらなければならないか」体修館書店 体育科教育第32
巻12号 1984年 16頁
- 27) 高橋健夫 「体操概念の広がりをめぐる」日本体育社 学校体育第42巻2号 1988年 29頁
- 28) 板垣了平 「体操論」アイオーエム 1990年 5月 252頁、255頁
- 29) 浜田靖一 「体操を見直す」体修館書店 1987年 体育科教育第35巻12号 1987年 17頁

(注) 参考文献

- (1) 加藤橋夫訳 「体育の世界史」ベースボール・マガジン社 1976年

- (2) 東京教育大学体育史研究室編著 「図説 世界体育史」 新思潮社 1967年
- (3) 岸野裕三編著 「体育史講義」 体修館書店 1984年
- (4) 井上一男著 「学校体育制度史」 体修館書店 1976年
- (5) 板垣了平著 「体操論」 アイオーエム 1990年
- (6) 板垣了平著 「体操」 ポプラ社 1981年
- (7) 浅井浅一・大段員美著 「体操概論」 体育の科学社 1958年
- (8) 西 順一編著 「小学校体育実践指導全集」 日本教育図書センター 1990年
- (8) 文部省 「学習指導要領体育編および中・高校保健体育編」 1960年～1989年に発行されたもの