

Charles B. Corbin の体育理論に関する一考察

ーフィットネス教育と情意形成に着目してー

徳島 祐彌

はじめに

本稿では、フィットネス教育 (Fitness Education) における情意面 (affective domain) の位置づけを検討するために、アメリカにおけるフィットネス教育論の理論的展開に着目する。なかでも、情意面について論じたコービン (Corbin, C. B. 1940-) の所論を対象とする。

アメリカでは、1885 年にアンダーソン (Anderson, W.) がスウェーデン体操 (Swedish medical gymnastics) を導入して以降、学校体育 (physical education) において身体フィットネス (physical fitness) の向上が重視されていた¹。この傾向は、メジャースポーツの指導が中等学校から大学まで広まっていた 1930 年代には一時的に衰退したものの、1940 年代に入ると、第二次世界大戦を背景に、軍事力向上の名目で身体フィットネスの重要性が説かれていく。

戦後になると、時のアイゼンハワー大統領が子どもの体力問題委員会 (1956 年) を設置したり、1960 年にケネディ大統領が「軟弱なアメリカ人 (*The Soft American*)」²にて国家レベルの健康問題を指摘したりと、健康のためのフィットネスへの関心が高まりを見せた。その流れを受けた 1960 年代から 70 年代にかけて、コービンはフィットネスのための体育を模索した。1980 年代以降は、1979 年に彼がリンジー (Lindsey, R.) と作成した『生涯のフィットネス (*Fitness for Life*)』を先駆として、多様なフィットネス教育プログラムが開発されていった。

井谷恵子によれば、従来のアメリカでは「フィットネスレベルの向上を目指す短期的な目標」が重視されたのに対し、1980 年代以降のフィットネス教育は「生涯にわたる自立的な身体活動実践」³という目標へと移行してきている。すなわち、走・跳・投に代表される直接的な「体力づくり」ではなく、各々が生涯にわたってフィットネスを求める「習慣づくり」へとシフトしているのである。現在では、地域や家庭を含めた「健康を最大限にする体育 (Health Optimizing Physical Education)」⁴や、病気の回避ではなく健康の要因を重視する「長所に基づくアプローチ (Strength-based approach)」⁵など、習慣づくりの方法が提案されている。

これらアメリカにおけるフィットネス教育の展開は、学習指導要領にて生涯スポーツが求められ、「体づくり運動」の充実が図られた 2000 年代以降の日本において注目されている。例えば、中井隆司らはアメリカのフィットネス教育プログラムを小学校 6 年生の単元で実践している⁶。また、梅澤明久はアメリカでのフィットネス教育の理念の変遷を踏まえつつ、ポートフォリオ評価法を用いた実践を報告している⁷。これらの実践研究のように、日本の学校体育において、フィットネス教育を導入したカリキュラムが模索されているのである。

一方でフィットネス教育は、運動を通した内面的な成長を重視する論者からは批判されることとなる。シーデントップ (Siedentop, D.) は、「今日の学校体育は、純粋にフィットネスの発達のための媒体とは考えられていない」⁸とし、身体活動が持つ遊び (play) の機能の重要性を説く。またジュエット (Jewett, A. E.) は、フィットネス教育のカリキュラム開発が内容の習得に傾倒し、自己実現 (self-actualization) を十分に考慮しない傾向があるという⁹。これらの指摘は、フィットネス教育が態度や価値観の形成を求めるにもかかわらず、自己実現などの情意面を軽視し、知識や技能に偏重する危険性があることを批判したものといえよう。

しかし、シーデントップらに見られる批判は、フィットネス教育における情意面の問題についてコービンが自覚的であったことを見逃している。フィットネス関連の知識や技能を重視する一方で、情意面の発達を第一の目的としていたコービンは、次のように明言する。「もし子どもがフィットネスを獲得したとしても、運動を嫌いになるように学んだならば、我々は試合に勝って勝負に負けたのである。」¹⁰継続的な身体活動へと参加する態度を重視し、具体的なカリキュラムや授業を提案してきた彼の理論は、知識偏重に陥りがちと批判されるフィットネス教育に、情意面の育成を組み込む方法を考察するための重要な対象となる。

先行研究では、コービンが「豊かな身体活動を支えるスポーツ技能や情緒的社会的成果」¹¹や「楽しさの経験」の必要性に論及したことが指摘されている。また、彼らの『生涯のフィットネス』の内容構成や活動計画が検討されており、「健康志向」、「包括的なプログラム」、「日常生活全体での身体活動」への着目、生涯フィットネスのための「問題解決能力や自己評価、計画など運動実践に関わる知識やスキルの獲得」¹²の4点で特徴が整理されている。

つまり、先行研究ではコービンが情意面の重要性を指摘する一方で、フィットネスに関連した知識や技能を育成するカリキュラムを提案したことが示されている。しかし、先行研究では彼が情意面の内実をどのように捉えていたのかが明確にされておらず、情意形成と知識や技能の習得の両立という視点から、彼のフィットネス教育カリキュラムを十分に検討していない。シーデントップらの批判を踏まえれば、彼の論じた情意形成の議論について整理したうえで、その論点に即して具体的なカリキュラムと授業の構想を検討する必要があるだろう。

以上を踏まえて、本稿では、まずフィットネス教育提唱以前のコービンの体育カリキュラム (前期) を確認し、次に彼のフィットネス教育論 (後期) について整理する。最後に『生涯のフィットネス』のカリキュラムを検討し、情意形成の視点から体育へのフィットネス教育導入の可能性について考察する。なお、本稿では「フィットネス」を「快適に日常生活を送ることのできる身体的状態」¹³を表すものとして用いる。また、フィットネス教育には食育なども含まれるが、本稿の問題意識に即して主に身体活動に関する教育を対象とする。

1. コービンによるフィットネス教育提唱前史

コービンは、1960年からアルバカーキで初等学校の体育教師となり、体力のないアメリカの若者に対して「フィットネスを主要な体育の目標に保持する」¹⁴実践を志した。その後伊利ノイ大学で修士号を獲得し、1966年にニューメキシコ大学で博士号を取得している。その時のテーマは「特定の運動技能が発達する際に、精神的な (mental) 要素は影響を与えるのか」¹⁵であった。運動技能のトレーニングと精神面の関係を実証的に研究していたのである。

その後、コービンはフィットネスを重視した体育理論を打ち出していく。以下では、1960 年代から 1970 年代の文献を中心に、フィットネス教育を提唱する以前の体育理論を確認する。特に、体育の目的や目標、カリキュラム設計における情意面の位置づけを中心に見ていこう。

1-1. 体育の目的と目標——タキソノミー研究からの応用

1960 年代のアメリカでは、スプートニクショック以降の「学問中心主義」運動や、ブルーム (Bloom, B. S.) らによる教育目標の分類学 (Bloom's Taxonomy) の研究が注目を集めていた。その影響を受ける中で、スポーツ活動を中心とした体育に代わるアプローチが模索され、ムーブメント教育 (Movement education) の考え方が広まり始める。ムーブメント教育では、運動に関する学問の内容を体系的に教え、知識や技能を獲得することが重視された¹⁶。

ムーブメント教育が展開される中で、コービンもまた体育理論を提唱していく。彼は、体育の目的である「身体的に教養のある人」を「自分の置かれた環境において効果的に動く」人、「多様な身体活動におけるかなりの熟練を含む、能率的な運動技能を有する」人、「快く感じていて健康であり、身体的にフィットネスである」人、そして「これらの質の維持が、身体活動に関連する領域の知識と望ましい態度に裏打ちされている」人とする¹⁷。彼の定義では、多様な運動技能の習得が目指されている一方で、身体的にフィットネスである「完全に機能した健康な個人」の視点が明示され、技能とフィットネスの双方が重視されている。

技能とフィットネスをともに重視するコービンは、タキソノミーの議論を参照しつつ、具体的な目標を表 1 の 5 つに整理した。ここでは、ブルームタキソノミーの「精神運動領域」の目標が「身体フィットネス目標」と「技能目標」に二分され、独自の「個人的—社会的目標」が設定されている。この目標について、彼は「階層には低次から高次までのランクがある」とし、「低次の目標は高次の目標の事前に要求される」¹⁸と目標の階層性を示している。

表 1 のコービンの目標の特徴について、次の 2 点を指摘することができよう。1 点目は、「身

表 1 コービンによる体育の目標の分類

目標	説明	タキソノミー
身体 フィットネス 目標	器官の発達である。しばしば精神運動領域の一部と考えられる。身体フィットネス目標は、体育が独自に持つ重要なものであるため、本書では目標の分類において主要な領域と考える。	1. 身体フィットネスの語彙 2. 運動すること 3. 身体フィットネスの達成 4. 定期的な運動パターンの確立 5. 身体フィットネスの評価 6. 身体フィットネスの問題解決
技能目標	神経筋肉系の発達である。しばしば精神運動領域の一部と考えられる。技能目標は、体育が独自に持つ重要なものであるため、本書では目標の分類において主要な領域と考える。	1. 運動の語彙 2. 体の部位の動き 3. 移動する動き 4. 道具と対象物を動かすこと 5. 運動のパターン化 6. 他者との動き 7. 運動の問題解決
認知目標	体育に関連した解釈の発達と知的技能である。	1. 知識 2. 理解 3. 適用 4. 分析 5. 総合 6. 評価
情意目標	体育に関連した態度と価値観の発達である。	1. 受け入れ 2. 反応 3. 価値づけ 4. 組織化 5. 特徴づけ
個人的—社会的 目標	個人—社会の適応である。体育において非常に重要だと考えられるが、ブルームタキソノミーの 3 つの主要領域とはうまく合わない領域である。	1. ふるまい 2. 情緒の安定 3. 個人間の関係 4. 自己の成熟

(Corbin, C. B., *Becoming Physically Educated in the Elementary School (2nd ed.)*, Philadelphia, PA: Lea & Febiger, 1976, pp.49-51 より筆者作成)

体フィットネス」と「技能」の領域において、一番低い次元が語彙であることと、問題解決が最も高次なものとされていることである。「身体フィットネス」と「技能」の目標ともに、まず語彙を学び、そのあと運動を通してフィットネスや技能を確立していき、最終的には自律的に自身のフィットネスと技能の問題を解決していくことが目指されている。

コービンのタキソノミーの特質は、当時作成された他のタキソノミーと比較すると明確になる。例えば、クレイン (Clein, M. I.) らが作成した精神運動領域のタキソノミーでは、「知覚」から始まり「複雑だがはっきりと見える反応」までの階層が設定されている¹⁹。すなわち、与えられた環境での個人の運動の反応レベルを表す形で作成されている。これに対し、語彙や問題解決の要素があるコービンのタキソノミーは、概念の理解や適用といった認知面を含んでおり、単に環境の中で運動を獲得するプロセスでつくられているのではない。

2 点目は、情意目標と個人的・社会的目標の区別である。コービンによれば、情意目標とは「感情、態度、価値、動機づけに関連する」もので、タキソノミーでは「受け入れ」から「特徴づけ」へと進むことが示され、最も高次の「特徴づけ」では「運動に意味を見つける、真の体育の目標を後の生活へと持続させていく、体育に関する自身の哲学を作り出す」²⁰ことがある。彼が示した情意領域は、「運動についての個人の価値体系」を形成していくことが中心であり、生涯にわたって身体活動へと参加していく態度と重なっている。

一方の個人的・社会的目標は、「全体的な学校の経験」かつ「生徒に重要な社会的相互作用の機会を与える」体育に重要なものとされる。一番低次の「ふるまい」では社会的に望ましい行動として「よいスポーツマンシップ、ルールに従う、順番を待つ」ことがある。一番上の階層の「自己の成熟」では、「自身の運動技能とフィットネスの限界を理解する、自分の能力に自信があり能力にあった参加をする、運動に意味を見つける」²¹ことが例とされる。

この2つの目標には、個人の価値体系と他者との関係のどちらに強調点があるかの違いがある。コービンの分類によれば、情意目標は運動に参加していく態度に関係している一方で、個人的・社会的目標は「スポーツマンシップ」など身体活動での行動に関係している。これら2つの領域は、高次になると「運動に意味を見つける」という価値観の形成がイメージされている。しかしながら、彼はこの2つの目標領域を分けて示すことを求めたのである。

このように、運動技能だけでなくフィットネスも重視するコービンは、技能と身体フィットネス領域における自立的な問題解決を目標に置く。また、情意にかかわる目標を、個人の価値体系を中心とした情意面と、他者との関係を中心とした個人・社会面の2つに区別して示した。彼は、この目標を用いてカリキュラムと授業を計画する方法を提案していく。

1-2. 体育のカリキュラムと授業の設計

コービンは「伝統的なプログラムの深刻な弱点の一つは、あまりに多くのことを試みるために設計されてきたことである」²²とし、目標の分類を用いながら活動を絞ることを重視する。具体的には表2のように学年の計画を立てることを提案した。例えば、2年生では技能目標は7つ目の問題解決まで進み、身体フィットネス目標は4つ目、認知目標は3つ目までが目指されるという具合に、年間のカリキュラムの軽重をつけていく方法を示したのである。

この全体的な目標に即して、各領域の目標が決められていく。ここで、コービンは行動目標

表2 体育の目標の配分の例（％）

学校	ジョーンズ初等学校		学年段階		2 学年
主要な目標					
副目標	身体フィットネス	技能	認知	情意	個人的一社会的
1	5	7	2	4	12
2	5	8	1	2	10
3	3	14	1	2	5
4	2	4	0	0	3
5	0	4	0	0	
6	0	3	0		
7		3			
合計 (計 100%)	15	43	4	8	30

(Corbin, C. B., *Becoming Physically Educated in the Elementary School* (2nd ed.), p.95 より作成。なお、この副目標は表1のタキソノミーの各番号の目標と対応している。)

(behavioral objectives) と表現目標 (expressive objectives) の違いに留意し、2つの目標の記述を用いることを主張している。行動目標とは「特定の意図された教育成果の記述」であり、表現目標とは「計画の基礎として役立つ概念やアイデアの表現」を意味している。例えば、表2の技能目標の「移動する動き」であれば、行動目標は「学習者はスキップをすることができる」とされ、表現目標は「力、時間、空間が運動の要素となる」²³とされる。

目標を決定した後に、具体的な内容を決定していく。内容の領域としては、「リズム活動」、「身体フィットネス活動」、「体操」など12の領域が示されている²⁴。この内容領域は、5つの領域のタキソノミーと組み合わせられ、目標と活動の一致が図られる。例えば、情意目標の1「受け入れ」には4つ分副目標が配分されているが、それはルールや指導を少なくする「構成の少ないゲーム」に2つ、「運動の探究」に2つ配当することで達成を目指している。

こうして決定された内容は、最後に単元計画と授業計画へと具体化されていく。単元計画は、「授業目標」、「学習経験」、「必要な教材」、「クラスの組織」、「評価」、「コメント」の6つの要素で記述される²⁵。また、知識や技能を直接教える教師主導、課題を与えたり小グループで指導したりする教師－学習者の協同、発見や問題解決を促す学習者志向の3つの指導スタイルが想定されている。単元の目標に応じて、これらの指導スタイルは選択される。

このように、コービンは5つの領域で示した目標の軽重を決定し、それらの目標と活動の組み合わせによるカリキュラム編成の方法を示した。中でも、タキソノミーによって目標を明確化し、その目標に合う活動の選択を求めたことと、行動目標と表現目標で単元・授業の目標を表し、達成すべき事項と中心的な要素の区別を求めたことは特徴的である。

一方で、後にコービンは「私の初期の著作と研究は身体フィットネスに焦点を合わせていた」とし、「フィットネスを体育の成功に関する最終的な指標として用いる」ならば、子どもは「損を被ると感じるので活動を『嫌いになる』だろう」²⁶と反省している。また、彼は「学生時代に学んだ人たちの掲げる目標すべて」²⁷の達成に努めたものの、その達成が困難だったことから、的を絞る重要性を学んだという。すなわち、求める成果がフィットネスに偏重していたことと、広範な目標の設定が実践の焦点を曖昧にしたことを課題としたのである。

2. フィットネス教育論の構造

1970年代後半になると、コービンは「活発な運動、ゲーム、スポーツのプログラムに熱中す

る子どもは活発に参加する大人になる」という「運動、身体活動、身体フィットネスに関する伝統的な教育哲学」²⁸を批判した。大人は活発な運動をする場所と時間がないため、スポーツ中心の学校体育と生涯の身体活動への参加との間には隔たりがあるというのである。こう考える彼は、「生涯のフィットネス」を正面に据えたカリキュラム開発を行う。以下では、1980年代から1990年代の文献を中心に、コービンによるフィットネス教育を整理しよう。

2-1. フィットネス教育における2つの方針

コービンによるフィットネス教育提唱の背景には、「45%のアメリカ人が運動するための身体活動に関与していない」²⁹などのアメリカにおける健康問題の深刻化があった。この状況を打開するにあたって、彼は「我々はフィットネステストの点数の向上に焦点化しすぎていて、定期的な身体活動を含む生活スタイルを子どもが発展させることの支援に、十分な関心を持ってこなかったのではないか」³⁰と問う。そして、彼は2つの方針を打ち出していく。

1つ目は、フィットネスに関連した概念が教えられる必要性である。コービンは、「定期的な運動をしていない者が、必要な運動をしていると認識している」³¹ことを問題視した。そして、(大学を含めた)体育において「身体活動に関するなぜ、どうして、何をについて学ぶことを支援する『個別化』あるいは『概念』アプローチ」³²の重要性を説いていく。自身のフィットネスを改善していくためには、まず運動やフィットネスに関する科学的な概念を知り、自身の体や生活についてのより正確で妥当な判断をする必要があると考えたのである。

フィットネスの概念に関して、コービンは「フィットネスは少なくとも5つの異なる健康関連の部分と、6つの異なる技能関連の部分を含む」³³として、健康関連と技能関連のフィットネスの相違を強調する。5つの「健康関連フィットネスの構成要素」は「心臓血管のフィットネス、柔軟性、筋持久力、耐久力、体バランス」³⁴であり、6つの「技能関連フィットネスの構成要素」は「敏捷性、バランス、調節、力、反応時間、スピード」に整理される。

2つ目は、自己マネジメントスキルの育成による、生涯にわたってフィットネスを追い求める自律性の確立である。コービンによれば、学校体育は「望ましいフィットネスの水準に到達したら終わりなのではない」のであり、「個人の運動プログラムの確立、彼ら自身のフィットネスのテスト、自身のテスト結果の解釈、自身のフィットネス問題の解決」³⁵といった高次の目標に到達させなければならないという。彼は、教師に教わる中で「個人の習慣について学ぶ」という依存の状態から、自律的に「プログラムの計画を自分で行う」という独立した状態への移行を「生涯のフィットネスへの階段」として5つのステップで示している³⁶。

こうして、コービンはテキスト『生涯のフィットネス』を作成する。表3に示すように、こ

表3 『生涯のフィットネス』初版の内容構成

1章 みんなのフィットネス	6章 筋持久力	11章 運動の正しい方法
2章 フィットネスの要素	7章 柔軟性	12章 生涯の身体活動
3章 トレーニング入門	8章 運動と脂肪のコントロール	13章 スポーツを通じた フィットネス
4章 心臓血管のフィットネス	9章 運動とよい健康	14章 運動プログラムの計画
5章 耐久力	10章 技能関連のフィットネス	15章 フィットネスへの態度

(Corbin, C. B. & Lindsey, R., *Fitness for Life*, Glenview, IL: Scott, Foresman, 1979, pp.3-6 より作成)

のテキストでは、スポーツ中心の単位ではなく、「心臓血管のフィットネス」や「筋持久力」など、フィットネスに即して内容が構成されている³⁷。各章では、フィットネスの内容が説明された後に、実際に動く活動や自己評価の時間が設けられている。例えば「7章 柔軟性」であれば、柔軟性の概念が説明された後に、長座体前屈など自身の柔軟性を測定する活動があり、その後に二人組でのストレッチなど柔軟性を高める運動が紹介されている³⁸。

このように、『生涯のフィットネス』では、自分の身体についてより正確に把握するための概念の指導が重視される一方、自分なりの運動との向き合い方について考える問題解決が重視されている。同書において、身体フィットネスと運動技能を区別していることと、問題解決が重視されていることには、前期のタキソノミーを用いたカリキュラム設計の発想が継承されている。では、コービンは情意面の育成についてどのように考えていたのだろうか。

2-2. 情意形成の3つの視点

生涯にわたる身体活動への参加を重視するコービンは、「あまりに多くの子どもが楽しさや喜びを失っている」³⁹点を問題視し、体育の時間で自尊心 (self-esteem) を育てることを重視した⁴⁰。そして、「子どもが運動とフィットネスを行うことに関する重要な考え」として「楽しさ、内的な動機づけ、有能さと自信 (Fun, Intrinsic Motivation, Competence and Confidence)」⁴¹の3つを重視した。ここでは、この3つに即して彼の情意形成の議論を整理しよう。

1つ目の「楽しさ」は運動している子どもが感じているものであり、教師には「動き、遊び、運動するプロセスを大事にすること」が求められる。この点について、コービンは「もし、みんなに生涯にわたって正しい運動を行わせること（プロセス）ができたならば、成果（身体フィットネス）はついてくるだろう」⁴²と説く。換言すれば、設定された概念の獲得や技能の習得といった目標に偏重するのではなく、活動プロセスの重視を主張している。

2つ目の「内的な動機づけ」に関して、コービンは「動機づけの達成は、我々が持っている夢 (dreams) に関係する」⁴³として「フィットネスの夢」を持つことの重要性を説く。加えて、「遊びで成功する機会、新たなことを試みる機会、自身の体で探究する機会」が必要であるという。彼は、デシ (Deci, E. L.) やハーター (Harter, S.) の動機づけ理論を踏まえて、「課題の習得に強調点を置くこと」や『『遊んでいる』ことをトレーニングに変えさせないこと』⁴⁴を重視した。子どもにとって新しい活動での成功の機会を取り入れ、かつその活動をパスの反復練習のようなトレーニングにしないことが動機づけに大切だと論じたのである。

3つ目の「有能さと自信」は、自身の運動能力の評価にかかわる。コービンは、「身体的な能力のある人の中に、能力についてのポジティブな認識（身体的な自尊心）を欠いている人がいること」⁴⁵を踏まえ、「能力の認識 (perceptions of competence)」の重要性を指摘している。この自己認識に関しては、子どもの時には「仲間との比較や競争を強調しすぎないこと」が大切であるが、成長するにつれてスキルテストの得点などが重要になっていくとされている⁴⁶。一方で「子どもが達成できるゴールの設定を支援すること」は一貫して必要とされる。

このように、コービンの情意形成の主張は3つの特徴を持っている。すなわち、「楽しさ」のためにプロセスを重視すること、「内的な動機づけ」のために体を使った新たな探究の中で成功の機会を与えること、「有能さと自信」のために自己認識を育成することである。だが、成功の

機会や個人の意思決定を通して情意形成を目指すことは、フィットネスに関する概念を習得し、より科学的な体の認識に基づいた問題解決を目指すことと両立できるのであろうか。

3. 生涯のフィットネスにおけるカリキュラムと授業

コービンが提唱した「生涯のフィットネス」は、2010年に「生涯のフィットネス：ウェルネスウィーク（FFL: Wellness Weeks）」という形で具体的なカリキュラムが提案されている。以下では、ウェルネスウィークのカリキュラムを対象として情意面の位置づけを検討しよう。

3-1. カリキュラムの構成

ウェルネスウィークのカリキュラムは、「健康な生活の特徴的な構成要素」である「確かな栄養と定期的な身体活動」⁴⁷を促進することを目的としている。初等学校を通した全体的なカリキュラムは、表4のように示されている。各学年で4週間（1週間5日のプログラム〔単元〕×4回、計20回）を使ったフィットネス教育が想定されている。ただし、4週続けて実施するのではなく、9週間に1回のペースで年に4回実施することが推奨される。

このカリキュラムでは、各週に「活動」と「栄養」の2つのテーマが割り振られている。第2週であれば、「活発なエアロビクス」と「穀類と高カロリーの食べ物」が割り当てられる。このテーマは各学年に共通しており、6年間を通してテーマが深まっていくことが想定される。また、同じテーマについて、学年を超えた学習計画が可能となっている⁴⁸。

学年段階は大きく幼稚園から第2学年、第3学年から第5学年、そして第6学年の3部分かれており、それぞれ決まった「日々の〔ウェルネス〕メッセージ（daily messages）」がある。この「日々のメッセージ」は「ウェルネスウィークを通して強調される」⁴⁹ものであり、学年が進むにつれて具体的な言葉となっていく。例えばK-2の「努力を続けよう（Keep on Trying）」は、第6学年では「練習は技能を確立する（Practice builds skills）」となっている。

このように、ウェルネスウィークのカリキュラムでは学年に関係なく週ごとにテーマが決められており、それぞれのメッセージは発達段階に応じた言葉で示されている。また、メッセージの内容は学年を通して深まっていくことが想定されている。このメッセージに即して各週の単元や授業が展開されていくところに、ウェルネスウィークの特徴がある。

3-2. 単元と授業の構想

ここでは、初等学校第5学年の第2週を例に取りながら、具体的な単元の構想について見ていこう⁵⁰。1週間の内容は、表5に示すように「朝の活動時間」、「日々のメッセージ」、「午後の活動時間」、「よく食べる水曜日」、「学校行事」の5つに整理されている。水曜日は栄養に特化した内容を扱い、金曜日はフィットネスに特化した内容を扱う日とされている。

各授業では、知識や技能などの形で到達すべき目標が示されている。第5学年の第2週1日目であれば、「適度から活発程度の身体活動に10分間参加する」、「働く人が身体的に活発な2つの職業を列挙する」、「身体活動に参加し、自分や仲間に支援のコメントをする」などの目標がある⁵¹。これらの目標と、日々のメッセージに即して1日の活動が計画される。

「朝の活動時間」では、毎日決まったルーティンの運動を行う。第5学年の第2週目ではラ

テンの運動としてバンブー（Tinikling）が選ばれており、決まったバンブー活動の中で「毎日有酸素運動をしよう」といった日々のメッセージを伝える。午後の活動では、リーダーが順に行う運動に1つ遅れてついていく「リーダーに続け：影の人」など、子どもたちが楽しんで取り組むことのできる活動が用意される。これらの身体活動の後には、その日のメッセージについて議論し合う時間や、どのように実践できるかを考える時間が設けられている。

表4 ウェルネスウィークのカリキュラム

ウェルネス週	活動／栄養テーマ	日々のメッセージ (K-2 学年)	日々のメッセージ (第3-5 学年)	日々のメッセージ (第6 学年)
第1週 秋／学年 1 回目 の 9 週間	適度な身体活動 ／フルーツ と野菜	1:毎日活発でいよう 2:努力を続けよう 3:フィットネスの食事 4:安全に遊ぼう 5:私も、あなたも、みんなできること	1:毎日 60 分動くこと 2:練習すればするほど上手になれる 3:5 つの領域を一日に食べる 4:安全に始める 5:私、あなた、みんなにとって楽しい	1:身体活動には多くの楽しみがある 2:練習は技能を確立する 3:健康は食べ物で決まる 4:健康でいるために、安全はカギとなる 5:私はできる！
第2週 秋冬／学年 2 回目 の 9 週間	活発なエアロビクス ／穀類と高カロリーの食べ物	1:体を動かそう！ 2:練習して上手くなる 3:脂肪の多い食べ物 4:心臓の運動 5:絶対に諦めるな！	1:良い日のために遊ぶ 2:技能を高め、より楽しむ 3:カロリー欠乏を避ける 4:毎日の有酸素の活動 5:敬意を表す	1:一日中活動する 2:基礎から始める 3:高カロリーの食べ物 4:健康にかかわる心拍数 5:自尊心
第3週 冬春／学年 3 回目 の 9 週間	筋力フィットネスと柔軟性の運動 ／たんぱく質	1:筋肉の準備をする 2:体を動かす 3:強い骨と筋肉のための食べ物 4:体は一つしか持っていない、フィットネスにしよう！ 5:なぜか成る	1:筋肉をいたわる 2:フィットネスの実践 3:たんぱく質の力 4:はっきり言う、素晴らしく見える 5:ある特定の人格になるな、自分の人格を持て	1:「チーム」に「私」はいない 2:改善のフィードバック 3:たんぱく質の重要性 4:訓練したことを得ることができる 5:ルールが支配する！
第4週 春／学年 4 回目 の 9 週間	統合 ／エネルギー収支	1:椅子から降りて、足を動かす 2:よく遊び、よく学べ 3:健康な食べ物は動きを楽にする 4:水に賢くなる 5:体をより良くする計画	1:脳と体の運動 2:楽しむためだけに技能を組み合わせる 3:摂取エネルギー（食事）と出すエネルギー（運動）のバランス 4:体温が上がる前に水、水！ 5:個人のフィットネスをあなた自身が始める	1:健康な体をつくる、健康な心をつくる 2:一歩ずつ 3:カロリー収支 4:水にありつくこと 5:SMART ゴール

(Lambdin, D. D., et al., *Fitness for Life: Elementary School Classroom Guide (5th grade)*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2010, p.5 より一部省略・修正して作成)

表5 第5学年 第2週目の活動の概要

活動	1 日目 (月)	2 日目 (火)	3 日目 (水)	4 日目 (木)	5 日目 (金)
朝の活動時間	毎日ビデオで決まったパフォーマンスをする：ラテンのエアロビクス				
日々のメッセージ	良い日にするために遊ぼう	運動技能を確立すればより楽しい	カロリーがなくなるのを防ごう	毎日は有酸素運動をしよう	尊敬していることを示そう
午後の活動時間	おばあちゃんのエアロビクスとスポーツ	複雑なパターンの練習	シモンは言った：活発な有酸素運動	リーダーに続け：影の人	静かに色の整列
よく食べる水曜日 教室での議論	—	—	全般的な穀類と朝食	—	—
学校行事	—	—	よく食べる水曜日 健康な朝食の促進	—	フィットネスの金曜日 TEAM の時間② 高学年が導く

(Lambdin, D. D. et al., *Fitness for Life (5th grade)*, p.53 より一部修正して作成)

1 週間のうち、水曜日は栄養を中心にした授業を行い、金曜日は「みんなとともに高みに到達する (Together Everyone Achieves More)」を合言葉に全校での活動が計画される。第2週の金曜日には、第5-6学年が支援しつつ全クラスで身体活動を行うイベントが企画される。これらの活動が年に4週間行われ、学年ごとに理解が深まっていくことが想定されている。

この1週間の活動と関連して週3回の体育の授業が行われ、表6に示す4つの活動が展開される。「瞬時の活動」では、短い時間で生徒をウォームアップさせる。「フィットネス活動」では基礎的なフィットネスの概念を学びながら活動へと参加する。「授業の焦点」では各学年に応じた運動技能を扱う。「最後の活動」では、授業で得た技能と知識を統合する活動が行われる。これら4つの活動とは別に、反省や復習を行う「締めのルーティン」がある。

このカリキュラムの特徴として、次の3点を指摘できよう。1点目は、身体活動への参加などの目標とは別に、「日々のメッセージ」という形で目標を示すことである。メッセージには、「よく遊び、よく学べ」や「楽しむために遊ぶ」などの価値観にかかわる内容が含まれている。この、到達すべき目標を持ちつつも、メッセージとして情意面の目標を示す方法は、行動目標と表現目標を区別して示した前期コービンの構想と類似している。また、身体活動へ参加する原動力である「夢」を子どもに持たせるという発想を見て取ることができる。

2点目は、メッセージによって1日の活動を計画することにより、技能目標に捉われない多様な身体活動が導入できることである。前期のコービンが示した詳細な目標の分類では、技能目標や身体フィットネス目標の達成に活動が矮小化される危険性があった。それに対し「生涯のフィットネス」では、その日のテーマと活動を相対的に独立して決めることで、遊びの多様性を認め、さまざまな活動を楽しむ中での自尊心の形成が可能となっている。

3点目は、同じ活動／テーマを複数の学年で繰り返し扱い、かつ全校での活動を取り入れることで、自己認識を深めるカリキュラムが構想されていることである。例えば「活発なエアロ

表6 体育の授業での4つの活動

活動	内容
瞬時の活動	生徒に活動領域にできるだけ早く入らせる。この活動の主要な目的は、後の活動に備えて生徒を順次ウォームアップすることである。それゆえ、これらの活動はゆっくり始め、抑えた運動に焦点を合わせ、体育教師によって強度を変更される。それぞれの活動は簡潔にデザインされ、授業時間の5分以上取るべきではない。[後略]
フィットネス活動	このパートでは、健康関連フィットネスの構成要素を改善することのできる、また基礎的なフィットネス概念についての学習を支援する楽しい活動に参加する機会を生徒に与える。多くのフィットネス活動は教師主導か場を用いる。フィットネスの改善のために、生徒はそれらフィットネス活動に取り組む時間をいくらか過ごす必要がある。
授業の焦点	授業のこのパートは、各学年のレベルに変更された、その日の特徴的な活動である。[中略] ウォームアップの授業では、[中略] 教室で行うビデオルーティンを教える。授業1では、生徒がともに音楽に合わせて新たな動きを創造する。[中略] 授業2では基礎的な運動技能、フィットネス、3-6学年のフィットネスグラムの自己評価 [中略] の活動に焦点を合わせる。授業3では、すべての学年で運動技能の活動に焦点を合わせる。
最後の活動	それまでの活動で得られた運動と知識を統合するゲームを行う機会が生徒に与えられる。最後の活動は、生徒にとって楽しいものでなければならない。もし生徒が大好きな独自の最後の活動があるならば、それを授業計画で用いることを推奨するけれども、身体活動、フィットネス、栄養の概念を統合することを保障しなければならない。

(Le Masurier, et al., *Fitness for Life: Elementary school: Physical Education Lesson Plans*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2010, pp.18-19 より一部省略・修正して作成)

ボックス」の内容を一度だけ扱うのではなく繰り返し扱うことは、自分の理解について認知すること（メタ認知）を促し、「有能さと自信」につながる情意形成が期待できよう。また、全校での活動は下の学年や上の学年との関係で自分の位置を知る活動となろう。

以上で見てきたように、「生涯のフィットネス」のカリキュラムでは、20 日間のプログラムを毎年繰り返す形で単元が設計されている。このカリキュラムは、到達目標や内容によって単元や授業を決めるのではなく、メッセージから授業や1日の活動を考えていくところに特徴がある。この方法には、フィットネスの概念や技能の獲得といった到達目標を持ちつつも、価値観にかかわる部分を表現目標的に伝え、多様な身体活動を通して自尊心を高め、スパイラルなカリキュラムの中で自己認識を深めていく可能性が内在しているといえよう。

おわりに

本稿では、フィットネス教育と情意形成の関係に着目して、コービンの体育理論を検討した。「完全に機能した健康な個人」を目指す彼は、運動技能と身体フィットネスの両方を重視する一方で、「情意目標」と「個人の社会的目標」を設定し、個人の情意的な成長を他者との関係でとらえる視点を示した。これら目標の分類と活動内容とを組み合わせることで単元や授業を構想するところに、フィットネス教育提唱以前の体育カリキュラムの特徴がある。一方で、フィットネスや技能への偏重の克服と、単元や授業における目標の焦点化が課題とされた。

1980 年頃になると、彼は、運動や身体活動に関する概念を与えつつ、自分の生活をモニターする自己マネジメントスキルを育成する方向性を説く。そして、柔軟性や運動プログラムの計画といった内容から単元を構想する一方で、情意形成の3つの視点を重視した。すなわち、「楽しさ」のためにプロセスを重視すること、「内的な動機づけ」のために新しい活動の中で成功の機会を与えること、「有能さと自信」のために自己認識を育成することである。

「生涯のフィットネス」では、20 日間のプログラムを繰り返すカリキュラム設計が示され、日々のメッセージから1日の活動が構成されている。この、概念や技能を到達目標として示しつつ、情意面をメッセージの形で示して活動を計画する方法は、概念の習得や科学的な体の認識に偏重することのないフィットネス教育を構想するにあたって示唆的である。

一方で、初期のカリキュラム論において1つの領域とされていた他者との関係による情意形成という視点は、やや後景に退いていると考えられる。とりわけ自己認識においては、他者からの評価をもらうことは重要になると考えられよう。この点の考察を今後の課題としたい。

註

¹ Jewett, A. E. et al., *The Curriculum Process in Physical Education (2nd ed.)*, Dubuque, IA: W.C. Brown, 1995, p.195.

² Kennedy, J. F., "The Soft American," *Sports Illustrated*, Vol.13 No.26, 1960, pp.14-17.

³ 井谷恵子『体力づくりからフィットネス教育へ』明石書店、2005年、p.219。

⁴ Metzler, M. W. et al. "Health Optimizing Physical Education (HOPE)," *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, Vol.84 No.4, 2013, pp.41-47.

⁵ Thorburn, M., "Fitness and Physical Activity Curriculum," in Ennis, C. D. (ed.) *Handbook of Physical Education Pedagogies*, London: Routledge, 2017, pp.88-89.

⁶ 中井隆司他「小学校高学年体育の『体づくり運動』におけるフィットネス教育プログラムの導入の可能

- 性と課題の検討』『奈良教育大学紀要 人文・社会科学』61 巻 1 号、2012 年、pp.227-238。
- ⁷ 梅澤秋久「フィットネス教育理念に則った授業実践」『学校教育学研究論集』13 号、東京学芸大学、2006 年、pp.181-195。
- ⁸ Siedentop, D. et al., *Physical Education*, Mayfield Pub. Co.: Palo Alto, CA, 1986, p.181.
- ⁹ Jewett, A. E. et al., *The Curriculum Process in Physical Education (2nd ed.)*, p.217.
- ¹⁰ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” *JOPERD*, Vol.57 No.5, 1986, p.83.
- ¹¹ 井谷、前掲書、p.195。
- ¹² 同上書、p.185。
- ¹³ 同上書、p.37。
- ¹⁴ Corbin, C. B., “CH McCloy Lecture,” *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol.83 No.1, 2012, p.2.
- ¹⁵ Corbin, C. B., *The Effect of Mental practice on the Development of a Specific Motor Skill*, PhD thesis for University of New Mexico, 1966, p.1.
- ¹⁶ ムーブメント教育の展開については、徳島祐彌「アメリカにおける体育理論の史的展開」『京都大学大学院教育学研究科紀要』63 号、2017 年、pp.300-301 を参照。
- ¹⁷ Corbin, C. B., *Becoming Physically Educated in the Elementary School*, Philadelphia: Lea & Febiger, 1969, p.9.
- ¹⁸ Corbin, C. B., *Becoming Physically Educated in the Elementary School (2nd ed.)*, Philadelphia, PA: Lea & Febiger, 1976, p.51.
- ¹⁹ Clein, I. M., & Stone, W. J., “Physical Education and the Classification of Educational Objectives,” *Physical Educator*, Vol.27 No.1, 1970, p.35.
- ²⁰ Corbin, C. B., *Becoming Physically Educated in the Elementary School (2nd ed.)*, pp.64-65.
- ²¹ *Ibid.*, pp.64-65.
- ²² *Ibid.*, p.77.
- ²³ *Ibid.*, pp.81-82.
- ²⁴ *Ibid.*, pp.111-113.
- ²⁵ *Ibid.*, p.143.
- ²⁶ Corbin, C. B., “Physical Activity for Everyone,” *JTPE*, Vol.21 No.2, 2002, pp.134-135.
- ²⁷ *Ibid.*, p.138.
- ²⁸ Corbin, C. B. & Laurie, D. R., “Exercise for a Lifetime,” *The Physician and Sportsmedicine*, Vol.7 No.1, 1978, p.51.
- ²⁹ Corbin, C. B., “Changing Consumers Mean New Concepts,” *Journal of Physical Education and Recreation*, Vol.49 No.1, 1978, p.43.
- ³⁰ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” *JOPERD*, 1986, p.82.
- ³¹ Corbin, C. B., “Changing Consumers Mean New Concepts,” p.43.
- ³² Corbin, C. B., “Exercise for a Lifetime,” p.55.
- ³³ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” *JOPERD*, 1986, p.83.
- ³⁴ Corbin, C. B. & Lindsey, R., *The Ultimate Fitness Book*, Champaign, IL: Leisure Press, 1984, pp.10-12.
- ³⁵ Corbin, C. B., “Physical Fitness in the K-12 Curriculum,” *JOPERD*, Vol.58 No.7, 1987, p.51.
- ³⁶ Corbin, C. B. “The Fitness Curriculum,” in Pate, R. R. & Hohn, R. C. (eds.), *Health and Fitness through Physical Education*, Champaign, IL: Human Kinetics, 1994, p.61.
- ³⁷ Corbin, C. B. & Lindsey, R., *Fitness for Life*, Glenview, IL: Scott, Foresman, 1979, pp.3-6.
- ³⁸ *Ibid.*, pp.81-92.
- ³⁹ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” p.83.
- ⁴⁰ Whitehead, J. R., & Corbin, C. B., “Self-esteem in Children and Youth,” in Fox, K. R. (Ed.), *The Physical Self*, Champaign, IL: Human Kinetics, 1997, p.192.
- ⁴¹ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” p.83.
- ⁴² Corbin, C. B. “The Fitness Curriculum,” p.64.
- ⁴³ Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” p.83.
- ⁴⁴ Whitehead, J. R., & Corbin, C. B., *op. cit.*, pp.193-195.
- ⁴⁵ Corbin, C. B., “Physical Activity for Everyone,” *JTPE*, Vol.21 No.2, 2002, p.135.
- ⁴⁶ Whitehead, J. R., & Corbin, C. B., *op. cit.*, pp.193-197 & Corbin, C. B., “Fitness is for Children,” p.84.
- ⁴⁷ Lambdin, D. D. et al., *Fitness for Life: Elementary School Classroom Guide (4th grade)*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2010, p.vi.なお、4 人の著者の中にコービンも含まれている。
- ⁴⁸ *Ibid.*, p.4 を参照。
- ⁴⁹ *Ibid.*, p.5.
- ⁵⁰ Lambdin, D. D. et al., *Fitness for Life: Elementary School Classroom Guide (5th grade)*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2010, pp.57-84.
- ⁵¹ *Ibid.*, p.57.

(教育方法学講座 博士後期課程 2 回生)

(受稿 2017 年 8 月 31 日、改稿 2017 年 12 月 21 日、受理 2018 年 1 月 11 日)

Charles B. Corbin の体育理論に関する一考察

ーフィットネス教育と情意形成に着目してー

徳島 祐彌

本稿では、フィットネス教育における情意形成の位置づけに着目して、コービンの体育理論を検討する。フィットネス教育を提唱する以前、彼はブルームタキソノミーに依拠しつつ、目標と活動を組み合わせてカリキュラムを設計する方法を提案した。一方で、フィットネス教育では概念の習得と自己マネジメントスキルの育成を重視するカリキュラムを開発した。そこでは、楽しさのために運動プロセスを重視すること、成功を通して自尊心を高めること、自己認識によって自信を高めることが求められた。その後に展開される「ウェルネスウィーク」では、伝えたいメッセージを中心としたカリキュラムが構想されている。このカリキュラムに見られるように、概念や運動技能を到達目標として示しつつ、価値観の形成という情意面をメッセージの形で示して活動を計画する方法に、科学的な体の認識に偏重することのないフィットネス教育の可能性が開かれているといえよう。

Research on Charles B. Corbin's Physical Education Theory: Affective Development in Fitness Education

TOKUSHIMA Yuya

This paper examines Charles B. Corbin's physical education (PE) theory in the USA. Before he proposed the Fitness Education Theory, he proposed a method to design curricula and instruction by Taxonomy of Educational Objectives and combine these objectives with physical activities. In Fitness Education, he developed a curriculum that emphasizes acquisition of the concept of fitness and self-management skills for independent problem solving in lifelong fitness. In the theory, he stressed the importance of movement process (not product) for fun, for developing self-esteem by success in movement, and enhanced confidence by self-cognition. The "Fitness for Life" curriculum is a 20-day plan with "daily messages" for each day, which are central to each practice. His theory emphasizes affective objectives, such as value, in fitness education as well as acquiring concepts or skills.

キーワード： 体育、フィットネス教育、アメリカ、カリキュラム、情意領域

Keywords: Physical Education, Fitness Education, America, Curriculum, Affective Domain