

276

357

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 50<sup>6m</sup> 1 2 3 4 5

始



現代體育教育法  
宮原義見著



*Miyahara*

大正  
14.8.7

さあ出版發行

## 自序

『健全なる身體に、健全なる精神宿る』と言ふ、コメニユウスの言は、文化の進展と共に、益々その必要を、認むるものである。健康は成功の母である。健康なる人間に、人生の眞の快樂もあるのだ。文明は人類の努力的發展、自然界の征服である。之には人類の最高の奮闘を必要とする。鋭敏な神経系統の活動は、この征服に必須な武器である。西哲 ルツソ  
ー曰『身體弱ければ弱い程、身體に服従され、強ければ強い程身體を服従す』健康は、文化の進展にも、個人としてはその人格完成にも、最重要な條件である。歐洲大動亂は、人

類の生存上、重要な、刺激と教訓を與えた。即ち、人類は競争によつて進み、世は戦争によつて進歩することが知れた。平和はそれ、一層激しき、戦争への準備時代と言へる。吾人は國際團體の空想なるを知る。堅實にして、しかも、永續的生命は、國家團體より他に、認めるところは不可能である。故に國家は、現在に於て、將亦、將來に於てこの帝國を脊負つて立つところの、强健な身心の所有者たる國民の教養に努力してゐる。今や體育は、白熱化するに至り、國家の一大慶事と言はねばならぬ。而して、近時の體育上、吾人の最も反省を要することは、中世紀に於ける、宗教教育の反動の餘波として、肉のみの向上に没頭し、肉を通した、人格の確立に努

力せざる點である。余は肉を通した、精神の訓練、肉を通した、人格の教養、之が體育の國家的生命と思ふのである。今や體育は民衆化されつゝある。明治時代に於ける體育の教材は、體操、教練の數種に過ぎなかつたが、現時の體育教材は種々雑多である。或は本能に立脚せる競技あり、審美的の教材あり、創作あり枚擧にいこまない。實際之が適用に苦心の状態である。實際現代體育の重要な問題は多々あらんも、かくの如き教材を、如何に適用すべきかが緊急問題と信ずるものである。而して、之を適用するにせよ、かかる教材あるが故に之を課すと言ふことは、不見識である。余は從來體育法が、無味乾燥にして、心理的効果を發揚する上に於て一大の

缺陷の存するここを経験した。そして従來體育法にては、持續力なきものであることを知つた。故に、余は、兒童の状態に、雜多にして適用に苦しむ教材に、そして、従來の體育改善と言ふことに着眼して、本教授法を提供したのである。批判、研究、以て體育上の一參考とならばこよなき幸である。

大正十四年四月下旬

大井町寓居にて

著者誌

# 現代體育教授法

## 目次

第壹章 體育の教材論……………一

第一節 體操科に於ける遊戯、遊技の性質……………一

一、遊技と遊戯の觀念……………一

二、遊戯の起源論……………二

イ、餘力論……………二

ロ、休養論……………三

ハ、廢滅論……………三

ニ、反覆說……………四

目次

ホ、準備説……………五

ヘ、其他の説……………五

三、體操科の遊技……………五

第二節 體育教材の分類……………五

第三節 各教材の特質及缺陷……………七

一、體操の特質……………七

二、體操の缺陷……………九

三、教練の特質……………一〇

四、教練の缺陷……………一一

五、教練實施に關する意見……………一五

六、競技の特質及缺陷……………一七

七、遊技の特質缺陷……………一九

八、リズムカル運動の特質……………三三

1、リズムの意義……………三三

2、本能的價值……………三四

3、生理的價值……………三六

4、心理的價值……………三六

5、リズムカル運動體育的使命……………三〇

6、リズムカル運動の教育的價值……………三五

九、リズムカル運動の缺陷……………三六

一〇、リズムカル運動と美育……………三九

二、ダンスの理論……………四四

1、ダンスの生物學的觀察……………四四

2、藝術的觀察……………四六

3、發達上の觀察……………四七

イ、素教ダンス……………四八

ロ、ワールダンス……………四九

ハ、社交ダンス……………五〇

ニ、演劇ダンス……………五一

ホ、體育ダンス……………五二

ヘ、ダンスの社會的意義……………五三

三、表情及童踊の理論……………五七

1、表情遊戲及童踊の説明……………五七

2、表情遊戲及兒踊の結……………五八

第二章 從來體操教授科法の缺陷……………六七

第一節 心理的缺陷……………六七

第二節 從來教法と體育教材との衝突……………七二

一、時間上衝突……………七三

二、運動の本質的衝突……………七五

イ、リズムミカル運動に於ける教調……………七六

ロ、複雑な競争遊技に於ける教調……………七九

ハ、競技に於ける教調……………八〇

第三章 教授法の根據……………八三

第一節 自發的活動に就て……………八三

第二節 自發活動の意義……………八四

一、生物學的説明……………八五

二、進化論上の説明……………八五

三、心理的説明……………八六

四、巧利的見界と體育……………八七

五、求知的欲求と體育……………八七

六、活動そのものゝ満足と體育……………八八

七、境遇の整理と體育……………九〇

八、自由と體育……………九〇

九、興味と體育……………九二

一〇、本能と體育……………九四

一一、創作と自發活動……………九四

一二、結……………九四

第三節 本教法の二主義……………九五

第四章 教授法の本論……………一〇四

一、幼學年及女子高學年に關する主義……………九五

二、高學年男子に對する主義……………九九

第四節 從來教法改善に關する意見……………一〇一

第一節 余の教法研究に關する意見の總括……………一〇四

第二節 本教授法の二方面……………一〇七

一、體操中心教授法……………一〇七

二、本能的教材中心教授法……………一〇八

第三節 教授法の根本原則……………一〇九

第四節 各教授法の説明……………一一三

一、體操中心教法……………一一三



- イ、教調……………二二三
- ロ、教程……………二二六
- ハ、教法適用上の注意……………二二七
- ニ、複雑な律的教材中心教法……………二二八
  - イ、教調……………二二八
  - ロ、説明……………二三〇
  - ア、準備運動……………二三〇
  - Ｂ、主運動……………二三二
  - Ｃ、終りの運動……………二三三
  - Ｄ、リズムカル運動教授上の注意……………二三三
- 三、競技(複雑な競争遊技を含む)教法の説明……………二三八
  - イ、教調……………二三八

- ロ、教法の説明……………二二九
- Ａ、準備運動……………二二九
- Ｂ、主運動……………二三〇
- Ｃ、終末運動……………二三二
- 第五節 本教授法の特徴……………二三二
- 第六節 本教授法の適用上の注意……………二三三
  - 一、時間配當……………二三三
  - 二、體操中心教授上の注意……………二三五
  - 三、本能教材中心教授上の注意……………二三六

第五章 本教授法の適用……………二三七

- 第一節 教育の根本的事實……………二三七

第二節 尋常一年の教授……………一三九

一、 本期體育の一般……………一三九

二、 本期體育の實際……………一四二

    イ、 各體育教材實施に關する意見……………一四二

    ロ、 教法にて……………一四四

第三節 九歳十歳頃の狀態と體育……………一四五

一、 本期の狀態……………一四五

二、 二年の體育……………一四六

    イ、 二年生の體育一般……………一四八

    ロ、 二年生體育の實際……………一四八

        1、 各教材適用に關する意見……………一四八

        2、 教法に就て……………一四九

三、 三年生の體育……………一四九

    イ、 體育の一般……………一四九

    ロ、 本期體育の實際……………一五〇

    ハ、 教法……………一五二

第四節 四年五年の體育……………一五四

一、 本期體育の一般……………一五五

二、 本期體育の實際……………一五六

    イ、 各教材實施に關する意見……………一五六

    ロ、 教法……………一五九

第五節 十三、十四、十五歳頃の體育……………一五九

一、 本期の狀態……………一五九

二、 此の期の女子體育……………一六二

- 一、 本期の體育の理想……………一六二
- イ、 本期女子體育の一般……………一六四
- ロ、 本期女子體育の實際……………一七〇
- 三、 本期男子體育……………一七〇
- イ、 體育の一般……………一七一
- ロ、 各教材適用の意見……………一七三
- ハ、 教法……………一七四
- 第六節 中等學校體育……………一七四
- 一、 中學三年迄の體育……………一七四
- イ、 其狀態……………一七四
- ロ、 各教材實施に關する意見……………一七五
- ハ、 教法……………一七六

目次終

- 二、 中學四五年體育……………一七六
- ロ、 本期學生の實狀……………一七六
- ハ、 各教材實施に關する意見……………一八二
- ニ、 教法……………一八四
- 附錄 (時間配當表)……………一八五

# 現代體育教授法

宮原義見著

## 第一章 體育の教材論

余は先づ教授法を記述せんとする前提として、總ての體育教材の根本的研究を試み、其の特質及缺陷を序述し以て本論に及ばんとするのである。

### 第一節 體操科に於ける遊技の性質 遊技と遊戯の觀念

體操科の教授法を如何に改善するかの研究には、最初本科の各教材の特質及缺陷を、比較觀察するの必要がある。現今、體操科に於ける、遊技と言ふ教材は、遊戯と言ふ觀念とは同一のものではない。然るに稍もすると遊戯と遊技の

觀念を混同して使用する事が屢々ある。

遊戯は一般的に、心理學上の語であつて、自然的性質である人間の活動であるが、遊技は、勿論、本能的であることを根據とするが、其の觀念に於ては、特別な、體育的、教育的な部分を、多く包含するものである。今順を逐ふて遊技に就て詳述する。

## 二、遊戯の起源

遊戯の起源に就ては數種の説がある。而して之は心理學上説明されてゐる事であるから、茲には簡單に説明する事にする。

### イ、餘力説 (Surplus energy theory)

此の説は一名勢力過剩説 (Theory of excess energy) と言ひ、英國の、スベンサー・獨逸のシルレル等の唱導したもので、其の大意は次の通りである。我々人類の如く高等動物になると、自然その營養が佳良となつて、その所持する力

が生命保存にのみ使用し盡されず、即ち、生活力と言ふものに、多少の餘裕を生ずる様になる。その餘れる勢力が、外部的の動作として現れたものが遊戯であるとの説であるが、この説を全く信用することも亦出来ぬ。何となれば、病床から離れた小兒が好んで遊戯をなす實際を見ても明らかなことである。

### ロ、休養論

此の説は一名、疲勞説、厭倦説と言ひ、獨逸の、グーツムツ氏、佛國の、モリツツアルス等の唱へたものである。曰。人間の休養には二種の方面がある。一は活動的休養と他は靜止的の休養であるが、遊戯はその活動的休養に他ならぬとの説で殆んど吾人の實際生活に符合する説の様であるが完全な説と言ふことは出来ぬ。

### ハ、廢滅論

此の論は、十九世紀の中葉、ヘッケル、の個體發生は系統發生の經路を反覆

するものであると言ふ前提から出たもので、人間が始めて胎内に宿つてから、時日を経過するに従つて、其の精神界にも肉體界にもその状態を變化して成長し、完全なる人間に迄到達するその過程は、人間が單細胞から進化して、今日の人類まで到達した、系統發生の過程を、踏むものであるとの説である。系統發生の過程には穴居時代もあつた。石器時代(stonage)もあつた。それ故今日の人間生活に於ても、動物的、即ち原始的生活の痕跡と見るべきものが存在するのである。この下等の本能が存在するから斯る本能 (instinct) は畢竟廢滅に歸すべきもので、其の爲には、それが無害なる仕方で働かされる必要がある。その無害なる仕方こそ我々の遊戯と命名すべきものであるとの説である。この説に類似する意見を米國の、スタンレー、ホール、等も唱へてゐる。

二、反覆説(Recapitulation theory)

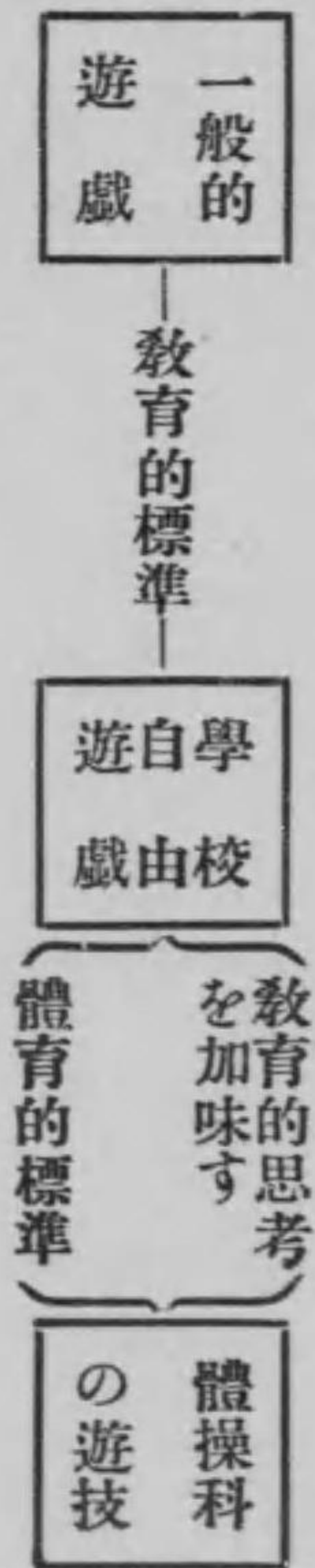
一名約説原理と言ふ。

ホ、準備説(Preparation theory)

へ、補充論 自己育成論、發散論(心理學參照)

三、體操科中の遊技

以上の遊戯に關する各説は、皆完全なる説明と言ふことは不可能である。而して遊戯が人類の本能と言ふこと、而して之が吾人一生に於ける、或る重要な目的を達成するに必要な者と言ふことについては、識者の論の一致するところである。この一般的遊戯から或は、教育的標準に依り、或、體育的見地よりして、選擇、加考したものが所謂體操科中の遊技である。



第二節 體育教材の分類

余は體育教材を左の様に分類する。

- 一、體操
  - 二、教練
  - 三、競技
  - 四、遊技(文部省の遊戯)
    - イ、競争遊技
    - ロ、行進演習
    - ハ、表情運動
    - ニ、律動運動
    - ホ、ダンス
    - ヘ、輕體操
    - ト、童踊
- イ、ロ、ハ、ニ、ホ、ヘ、ト、は總て、リズムを根本とする

教材であるから特に、リズムカルヂムナスチックと命名したものである。(Rhythmical gymnastics)

### 第三節 各教材の特質及缺陷

#### 一、體操の特質

體操は或一定の目的を有する、身體運動であつて、特にそれが、運動すべき身體の局部、方法、方向、速度、運動量が豫め定められてゐるもので、解剖、心理、生理、の根據を有つてゐる、最も合理的に、人生の生活能率を、常に向上發達せしめる、人爲的の教材である。換言すれば、學理に基き、系統的に組織した、全身の運動であつて、身體の均齊的向上發達を期するを以て其の特色とするところである。故に體操の各運動には、それ自身特有の、目的がある。而して、其の特有の目的が、身體の均齊的發育と言ふ、一大目的に包括される點に於て、本教材の根本的特色を見るものである。所謂、各運動が組織的

に系統的に、一大の目的を達することの可能なる點に於て、他の教材に比較して特長ありと言はねばならぬ。即ち、體操は、ハーモニストの養成に合理的科學的と言はねばならぬ。今その特色を列擧すると

- 1 身體各部の均齊的發達を目的とする點に於て特色とする。
- 2 各教材間 系統、統合の關係を保有し、最大目的に對し、有機的關係を有する。即ち一運動は他の運動の準備となり、又補助的となつて、相關的に大目的を達成する。
- 3 體操は普遍的教材であつて、其の實施に就て、競技の如く、特殊的でない。
- 4 矯正的教材を包含する。(Corrective exercise)

人は單に出生そのまゝなる肉體及精神を助長するのみにては、不充分である。吾人は出生と同時に又、後天的に不正な、身體姿勢の持主であることがある。

之矯正的教材の必要ある所以で、體操にこの矯正的教材を含むことは、教材中に於ける權威と言はねばならぬ。

## 二、體操の缺陷

體操は合理的な、人爲的の教材であるから、不注意にしては實施することは不可能で、又、無意識的には行はれぬ。故に指導者と、被教育者間の作用は、拘束的となり易く、實演者より見れば意思的運動となる。之、ダンス、表情運動、律動運動、又は輕體操等の教材と、其の趣を異にする所以である。かくの如く、體操は、人爲的にして、拘束的な教材である以上、餘程深く教授方法の研究をなし、熟練なる教授に關する手腕を有たなかつたならば、被教育者の倦厭を招き、その効果をして充分に發揚することは不可能である。體操は興味に乏しく、無味乾燥な缺點がある。實際良薬は口に苦しと言ふことゝ同様の感がある。教授の理想は學習態度の樹立である。換言すれば被教育者の、自覺的活



動を喚起するにあると思ふ。而してこの自覺的活動、所謂彼等が自發的に發動的に活動する、境涯に到達するには、幾多の階程を経過せねばならぬ。彼等の發達状態を研究する時、この理想的教法を要求することは、困難なことである。體操は實際に興味に乏しいことは、理論的にも亦、實際的にも經驗するところである。興味なきところに、快情の發動なく、自發的活動の存在することはない。如何に、生理的、解剖的の根據を有する教材と雖も、心理的に缺陷ある教材は、其の擧ぐべき効果の半を減するものであることを確信する。體操が現今體育教材中の主要な位置を占めながら、其の實施の不徹底なることは、こゝに起因するものと信するのである。余の教授方法の研究動機も、こゝにある。體操を生せ、體操を生せ、と言ふことは本理論を一貫たし思想である。

### 三、教練の特質

步兵操典第一條に、『教練ノ目的ハ指揮官、及、兵卒ヲ訓練シテ、諸制式及戰

闘ノ諸法則ニ習熟セシムルト同時ニ、軍紀嚴正ニシテ、精神鞏固ナル軍隊ヲ練成シ、以テ戰闘百戦ノ要求ニ適應セシムルニ在リ。』と學校教練はこの形式、及精神に則り、一には共同一致の精神涵養、規律、忍耐、勇敢、服従心、義務心自治的精神、機敏、持久力、果斷、等の、諸徳目を修練せしめ、而して品性陶冶の資とし、一には軍事豫備教育として、國防上の訓練を達成する等の重大なる、任務あることを感するのである。今や軍事豫備教育の、實施を見るに至つたのは實に慶賀にたえぬ。而して、その反面には、この軍事豫備教育の不可なることを唱ふるものが少くない。よろしく體育家その論據の那邊にあるかを尋ね、その可否に關する明らかな、見識を持つてゐるの必要があるがこゝには省略する。

### 四、教練の缺陷

教練の特質は前述の通りで、再び概括的に言へば、體操科教授の準備運動と

なり、諸徳目の修得、軍事に關する智識を修得せしめて、國防上の準備とすることが出来る等であるが、その反面には、體育教材として缺陷の存する部分もある。

1 教練は拘束的である。

教練は號令的教授であつて、特に最大の緊張を要求する積極的訓練の性質をもつてゐるから、被教育者の自由活動なく、變化に乏しく、興味の存することがない。従つて、餘程被教育者の自覺心のある場合でないで、却つて、其の効果をあげることは出来ぬ。故に低學年に於てかゝる教材を多く採用することは不可能である。而して、一定の形式により教授し、且亦團體的の教材であるから、個性の尊重と言ふことが困難になつてくる。

2 教練には被教育者の自由活動なし。

教練の本旨は、上官の命令に従ひ、諸制式を修練し、嚴肅な精神を涵養する

にあるから、被教育者の自由的の活動を許さぬのである。之遊戯等の自由活動を主とする教材と根本的に差異ある所以である。自由活動なきところに興味の存することはない。それ故、現今體育科中の教練は、稍もすれば、形式に流れその成績をあげてゐない。而して、教練は教練として特別の目的がある以上、之を實施するに當つては、興味の必要を認めない。只、要は指揮者の人格と、教育的見識に俟つべきである。熱誠と、そして嚴然たる決心と、持久的な忍耐とを以て一貫する、指揮者の奮闘に依りその實効を奏すべきである。現代中等學校等に於ける教練の微々として振はないのは、この堅實な決心持續力の薄弱によるべきものと確信する。而して、よく各教材の連絡研究をなし、以て教法の研究をすれば、かくの如き規律的、拘束的教材を、徹底的に實施するそのものが體育上變化の附與、延ひては興味の喚起となるものである。余の教法研究にはかゝる關係をも根據として存在するのである。

## 3 教練は初學年の教材として不當である。

尋常科初學年時代の精神狀態、身體の狀態は、幼稚なものである。而して體育上から言ふと、七八歳頃より、人爲的の、具案ある、目的ある體育に移るべきであるが、自然的生活から、拘束的の教育に、入る過渡期であるから、最も體育上に於ても注意を要すべき時代である。實際尋常科一二年時代は、人爲的體育の初歩期と言つてよい。而して、急激な變化は破壊を意味するから、學齡前の兒童の狀態を、基礎として體育を實施すべきである。精神的に、肉體的に學齡に達したとは言へいまだ充分な教育を實施する可能性を有つてはゐない。それ故、此の時代に於ける體育は、一般に、自由を主とし、本能的な動作を利用し、之に人爲的體育を附帶するにて充分である。此の時代正式な教練を加味することは、全々、教育の根本的事實に、違反した方法と言はねばならぬ。

## 4、教練は矯正的教材を包含せぬ。

教練に於て最も訓練されるところのものは、精神が主である。精神的訓練を閉却せるところの教練は、無効果であると言つてよい、之は體操、競技、其他の教材に於ても重要なことであるが、教練に於て、最もその必要を認むるものである。従來の體操は『健全なる身體に健全なる精神宿る』と言ふ一方的の意味を根據とした體育を標榜した。而し、吾人は、健全なる精神のよく肉體を統一すると言ふ。眞意も現代に於て最もその必要を叫びたいのである。

## 五。教練實施に關する意見

教練は如何なる主義のもとに實施してよいかと言ふことは、步兵操典第一條を分解研究するのが最も明瞭である、今之を分解すると、二項目に分けることが出来る。

## イ。諸制式及戰鬪の諸法則の訓練

軍事豫備教育はこの諸制式。及、戰鬪の諸法則の徹底的訓練を主とし。次に

精神訓練を目的とすること、思ふ。從來迄の教練は、體育科の一教材として、準備運動位に用ひられたにすぎぬ。中等學校に於ても、一週二時間位の教練の時間は、特設されてゐたが、今回、軍事豫備教育として、最も有力な將校を拔擢して、任命したと言ふ事については深き理由の存することであるが、前述した通りであるから省略する。諸制式及、戦闘の諸法則と言ふものは、國民として訓練せらるるの必要があることは言ふまでもないが、幼年及、女子、としてはさまで必要なきを信ずる。正式の、軍事豫備教育を受ける、可能性に乏しき、女子、低學年に於ては、特に諸制式、及、戦闘の諸法則の訓練と言ふ事よりも、第二項の、精神訓練に重きをおく必要があると思ふ。

ロ、精神鞏固なる人間を作ること。

現代教育の思想は、主意的傾向を帯びてゐる。人、稍もすると、物質文明に

沈溺し、堅實なる思想も、日に薄らぎ、浮華、放縱は、現時の一大弊風となつてゐる。肉をして古にかへらしめよ。と言ふことも必要なことであるが我々は悪化せる現時の思想をも、堅確なる、我國の古にかへらしめたきものである。故に、體育指導者はよろしく、肉を通した、人格の教養と言ふことに着眼せねばならぬ。

## 六 競技の特質及缺陷

### 1 特質

イ、競技の生理的、解剖的、價値に就ては述ぶることをやめ、余は、此の技の如何なる、性質を有するやを、明らかにし、次て、如何なる體育的使命を有するかを研究せんとするのである。而して、本技の特質を、一般的に論ずると、本能的であると言ふことである。本能的運動の特質として、あぐべきものは、その運動が愉快に遂行せられ、又、無意識的、な活動と言

ふことである。然らば如何なる本能と關係あるやを明にせねばならぬ。吾人の本能には多種あるが、本技と最も深い關係を有するものは、自己保存の本能 (self-Preservation) である。この自己保存の本能中に、争闘の本能 (fighting instinct) 及、競争の本能 (instinct of Competition) があるが、この二つが競技と直接の關係をもつてゐる。人類進化中に、彼等は、實際生活に於て、敵より逃れんとして、走ると言ふことを覺えた。又、他動物との争闘に於て、投石、投槍の必要もあつたのである。攀登の習慣は、原始時代の山林生活の殘留である。之と同様に物を握る習慣も殘存してゐる。之本能である。投げる、蹴る、跳ぶ、走る、競争する、皆然りである。幼兒が終日、走り跳び、投げる、等の遊戯に暮すのは、皆本能的の運動である。彼等が、體育教材中、最も本技を好愛することは當然のことだと言はねばならぬ。原始的運動の、減退は人類の肉體的の減亡である。故に、

その動作が本能となつて、吾人の身心に潜在してゐる。この本能的にして運動そのものに、快情の隨伴することが、本技の根本的特色である。

ロ、競技は高學年男子に適材である。

その理由は中等學校體育の部を參照すること。

#### 七 遊技の特質

體育に於ける遊技の位置の極めて大切であることは吾人の、よく知る所である。これ遊技は、人類生存上密接なる關係あり且つ、本性に適せるが爲である。而して體操の如く一舉一動が、拘束的にして、變化及び興味に乏しく直線的運動に限られたるに反し、遊技は、個性を重んじ、自由に且快感を伴ふものである。カアールライル氏曰く、『遊技に依て知能を啓發し得』と言へるが如く、物理修身等、其他の學科に依つて得たるものを、實際に於て行ふことが出来る、即ち他教科と連絡を保たば、知を博くし、更に其の學科の進歩を助けることが出来る。

るものである。實に實踐窮行の道を授け道德的品性の陶冶をなし、知的、情的に人間をして、完全の域に達せしめんとするものである、又、スペンサー氏曰く「快感は強壯劑中最良なるものなり、血液循環を盛んにし、各機關の作用を助け、以て健康を高め、不健康なるものに健康を回復す、實に遊技は、之の點に於て體操に勝る」と、これ遊技が、體育的價値の最も多きことと證明せるものと云ふことが出來ると余は信するのである。何んとなれば、遊技は、生理的、心理的兩方面の效果の多いことが大であるからである。審美上より之れを見るも、美感の純なるものは決して欲しいとか、求めたいとか言ふ様な、我的觀念は這入つてゐない。ただそれ自身が、美であり、それ自身が美しいのである。我的觀念の全く這入つてゐないものが眞の美感である。而して遊技は純美なる感じを吾人に與ふるものである。吾人の周圍には幾多のものが存在してゐる。換言せば、吾人は極めて複雑なる環境の内に生存するものである。而して順次

に之等を知り次第に客觀界を理解せんとするが如きは人生にとつて甚だ價値のあるものである。この遊技的生活が、その外界に關係深きは誠に造物の妙である。即ち物事を正しく、彼等の發明創作的本能を刺戟し、それ等相互の關係を速かに知ることを助長する場合多し。これ技の體育的他教材の及ばざる所である。

## 2、競技の缺陷

イ、體操が、各運動に特有の目的があつて、其の目的が、身體の均齊的發育と言ふ、大目的に集合して、系統、統合の關係を有し、有機的連絡を保持することは、前述の通りであるが、競技は、一般的に言ふと、全身的运动にして、特に、或、局部に對して、合理的、意識的の訓練を、實施することは、體操に比較して、困難なことである。又、競技の各運動は、體操の各運動の様に、連絡、系統がない。又、體操の如く、醫療的の教材に乏し

い。而して、身、體の姿勢を不正ならしむる教材もある。且亦、普遍的ならず、特殊的の教材である。之等は皆競技の有する重なる缺點と言はねばならぬ。之、競技が獨立的に、實施するの不都合な點であつて、この實施の効果を、完全にするには、必ず他の教材と連絡補充し、以て、其の特色を發揮し且、完全に體育の目的を達成することを得るものである。青年には競技をもつて、理想的の教材と言ひ、競技高能を説くものもあるが、余は體育の根本教材は、體操を措きて、他になきことを斷言する。

ロ、底學年及高學年の教材として不適切である。

その理由は第五章、第三節参照

八、リズムミカル、ヂムナスチック。の特質

1、リズム、の意義

リズムミカル、ヂムナスチック、中には前に體育教材一覽に於て示した通り、

數種の教材がある。之等を一團として、リズムミカル、運動となした理由は、各教材毎に一つ一つ差異ある體育的價値は有するも、その本質に於ては、皆リズム、を基礎とする運動であるからである。即ち、リズムを、體育上に、利用したる點に於て、皆、同一である。故に余は、リズムミカル、運動の特質を述ぶるに先だち、リズム、の意義を明らかにせんとするのであるが、元より、リズム、と言ふことも色々に説明の出来るものであるが、要は、同一事項の規則的反覆と言ふことが出来る。元來、我々の機體上の作用は、定時的な復現をなす、性質をもつてゐる。例へば、呼吸、脈膊、鼓動、等は最も、顯著なものである。是等の作用は、皆、異つた方向をもつてゐる、二つの運動から成立してゐる。そして、それが、相互に條件となつて、連絡し、一の統一作用を營爲するもので、即ち、一の緊張 (strain) は、解弛 (Relaxation) の條件となり、解弛は、次の緊張の準備となり、一張、一緩は、離別することの出来ない、關係

に於て結合して、全活動をして、容易、且、迅速ならしめるのである。かゝる生理的狀態があると、吾人の生理作用は、順調に、しかも容易である。かゝる關係を有するものを、リズム、と言ふので、有機體の活動、呼吸、脈膊、注意等は、一の、リズム、であり、音曲も一のリズムである、リズムカル、運動は、この音曲を利用して、體育的の價値を發揚せんとするに他ならぬのである。かゝる關係が、心理的方面に、存在する時は、快情の發動となり、待期の狀を生じ、従つて、注意力を喚起し、彼等の自發的活動を喚起することが出來得るのである。

## 2、本能的價値

リズム、の心理的、生理的、價値は前述の通りであるが、吾人は又、リズムカル、運動は、本能的の價値を有することが言へると信ずるものである。先づ、本能上よりの、價値をのべんとするには、本能の意義の大略を述べねば

ならぬ。この意義を明らかにするには、心理學上の聯合と言ふことから、研究するのが便利である。何となれば本能は一の聯合であるからである。今茲に、精神活動なるものが現はれた時、この活動が、其儘消滅することなくして、他の精神活動を喚起する、常習があつたとする。然る時は、前なる精神活動を暗示と言ひ後者を反應と言ふのである。かゝる活動を聯合と言ふのであるが、この聯合には、先天的の聯合と、後天的の聯合との二つがある。本能は先天的聯合であつて、習慣の如きは、後天的のそれであると言つてよい。又、本能を平易に解したならば、本能とは、一定の目的の自覺もなく、又之を遂行するところの豫備教育もなくして、人生の或目的を、遂行する様に行動する、先天的の性能と言ひ生理學的に定義したならば、一定刺激に對する、感覺神經の興奮と之に對する、動神經の一定の反應との、先天的の聯合と言ふことが出来る。兎角本能とは先天的のものであつて、自然的に發露する、身心の潜在力である。



ダンス、は、リズム、的である。而して、内界の情緒の表現である、その起源は人類の原始時代にある。而して、この表現に最も密接して、關係深く發達したものは、音樂である。現今に於ても野蠻人の中には、笛、太鼓を用ひて、踊つてゐる。リズム的なダンス、音樂を人類が好愛するのは、自然である。音曲を聞きて快感を覺ゆるのは、人間の本能性である。本能性のものは、人間に一種の快感を與え、且つ無意識的に事を遂行せしむる力を具有するもので、リズムを體育上に利用する時、一には精神界に慰安を與え、肉體的には、無意的に、精神力を消耗せずして、之を訓練し得ることになる、之、リズムミカル、運動が、他の意思的な、拘束的な體操等とその越を異にした、價値を有する所以である。

### 3、生理的價値

音曲の如き、リズム、が吾人の身心に、多大の効果を及すことは、明らかなことで、或は、精神を爽快ならしめ、その所有する思想、感情を純潔、高尚な

らしめ、或は分泌腺を刺激して、その分泌量を増加し、一般消化器の、機能を順調ならしむる等は重なるものである。テオフラストス。ガレン。の書いた古書を見ても、音樂が毒蛇に喰まれた時の、最良の治療濟とせられてゐる事等は、この音曲等のリズム、の生理的價値を認めたものと言つてよい。生理學者、メンツ、は、實驗的に、必臓の搏動、及、呼吸が音響及拍子を聞くに際して、影響を受け、爲に、脈搏數を變じ、呼吸記器によつて、記録された、山又は谷は、拍子の數と一致せんとする傾向を示すものであると言つてゐる。之はロイマン、ドギートル。等の生理學者も承認してゐるところのものである。又歐洲大戰亂に際して、廢兵收容に當り、音樂的裝置のあつた、ルーン、の兵士の全治が、他に比して甚だ速かなりし事も佛國に於て經驗された様である。かくの如く、リズム、そのものは、莫大なる生理的價値を有するものである。又、ホール、は吾人の基礎的の筋肉は、律的の活動をなす、性向を、先天的に具有すると言つ

てゐる。ワシントン大學教授、エルマーゲーツ氏は、吾人の血液の化學的組織に、眞に變化を及ぼすものは快樂なる事を論證してゐる。且又、快樂は、心臟の鼓動、及、呼吸を善良にし、消化力を増進するとも言つてゐる。それ、リズムは快情發動の原因である。故に、リズムカル、運動の効果は、生理的、解剖的の効果を收むると同時に、心理的價値を發揮する點に於て、重大な意義を有するものにして、體操に比較して一大の特色ありと言はねばならぬ。從來の體操教授法は、只、體操萬能にして、拘束的、號令的の教授に陥り、被教育者の心理的方面を無視したものであつた。故に余は、體操教材を骨子とし、之に從來より以上に、競技、遊技の如き、教材を、調和し、以て、從來教法の心理的缺陷を償ひ、益々、體操そのもの、價値を向上せしめんとの考慮よりして、本教授方法を提供した理由である。

#### 4、心理的價値

#### イ、リズムカル、運動と自動運動

心臟の運動、肺の活動、腸の蠕動運動の様なものを自動運動 (Automatic movement) と言ふ。即ち、意思の關係なく、實動するものを言ふのである。而し。かゝる本來的のものを、第一次自動運動と言ふ。反之、初の、意思的運動であつたものが反覆によつて無意識的運動となる場合がある。之を、第二次自動運動或は、半自動運動と言ふので、小供の歩行から大人の歩行にまで、發達する過程を考ふる時直ちに、肯定されるのである。リズム、は確かに吾人の運動をして、自動的にする性質をもつてゐる。疲勞した行軍に、喇叭を吹奏する時、足は自然的に動き、疲勞をさまで覺えぬであらふ。即ち、律動は吾人の有爲的運動を、自動的にし、吾人の力の經濟、及、利用を適切ならしむるもので、之を體育上に利用する時は、精神を過勞に陥らしめず身體の諸機能を、向上することを得るもので、體育の本旨、即ち、精神の疲勞を省きて、各器を訓練する

と言ふ趣旨に合致することが出来るものである。

5、リズムミカル運動の體育的使命

A、女子體育と本運動との關係

女子が、男子に比して、先天的に精神上、肉體上の、缺陷をもつてゐることは明である。爲に、體育指導上に於て最も、困難を感じるは、女子體育の指導であることを經驗するところである。今、女子の重に身體上に於ける、ハンデキャップの重なるものを列擧するに次の通りである。

イ、股關節の不完全なる構造。

ロ、臂力の先天的軟弱。

ハ、フラット、フールド（扁平足）

ニ、重心の關係

ホ、脚力の先天的軟弱

へ、血球の數

ト、心臟の太き、男の一〇に對する八の割合

チ、脈膊の數、男は七二に對する女は八〇（一分間）

リ、肺治量、男は一升八合、女は一升二、三合、

ヌ、呼吸數、男 十二—十八、女 十八—二十四

ル、月經

又精神上に於ては

イ、感情的

ロ、名譽心に強い

ハ、競争心に強い

ニ、疾痴心に強い

ホ、剛毅果斷の徳に缺乏してゐる

## へ、篤恥に富む

女子が精神上、身體上、如上の缺陷をもつてゐることによつて、體育指導に困難を感じることは、吾人の經驗するところのものである。而して、何故に、かゝる身體上の缺陷及、精神上の缺陷が、指導上不都合を來すかについては、余の後日出版せんとする、年齢と體育の部に於て、詳述せんとするものである。要するに、右の事項を、考察する時、運動としては、跳躍運動、及懸垂運動、等の様な、力的運動に不得意なることは明である。又、精神上より言つたならば、勇敢な、そして、果斷、及、持久力を要する様な運動については駄目である。故に男子に要求する様な教材を、課するが如きは、絶対に不可能なることを信ずる。而して、我々はこの女子の先天的な缺陷を、漸進的に、向上せしむることについては最大の注意を要することである。女子は一般的に、感情的にして、少なる刺激に對してもその感受性が強い。而して、その反應も又速か

ある。特に、女子高學年に於ては、身心共に、性的方面に、一大の向上を見る時であるから、一般に憂鬱な感情の所有者となるものである。故に、體育教材の選擇を顧慮して、この憂鬱な感情を發散せしめ、満足せしめ、且つ、美化し、快々の裡に、彼等の身心を教養することは、最も體育家の念頭におくべきものである。故に教育者は、かゝる状態には、かゝる状態に適合した、教材を配當し、而して、體育の目的に到達する様思考を講せねばならぬ。女子高學年に於ける體育は、元より、體操を主とすべきも、時々、この、リズムカル、運動を採用することの必要なる理由は、その本質上最もなことであると確信する。

スバルタ、が、あれ程まで、硬教育を標榜しながら、その反面に於て、音樂的教材を以て、之を調和したと言ふことは、最も思慮ある方法として、教授法研究のため大に参考とせねばならぬものである。

## 2、幼學年體育と、リズムカル運動

兒童は、自然的な家庭生活から、具案的な教育の場所に入るのであるが、この期を學齡と言ふのである、この自然的生活と、正式な教育との過渡期に於ける、尋常一二年頃の狀態は、教育上、體育上、最も注意を要すべき時代である。體育は、人爲的、規律的、のもので、或一定の目的をもつてゐる。而るに、兒童にこの人爲的體育を實施するには、一の、階程を踏むの必要がある。積極的の體育の實施は駄目である。如何に合理的教材と言つても、被教育者の、身心狀態に適合しない教材はその効果を收むることは不可能である。故に、小學一二年位まで、拘束的な、強い規律的運動を實施するの必要を認めない。此の時代は、本能能生活を基礎とし之に人爲的體育の着色をするにて充分である。彼等は跳ぶことを喜ぶ。歌ふことを喜ぶ。而して音曲を聞いて快情を湧發するは人間の自然性である。表情運動、童踊等の教材は彼等に、歡迎されるものである。余は、リズムミカル、教材は、體操及、競争遊技に比して、決して體育的價

値の大なることは言はぬ。只、高學年女子、及、幼學年に於ける教材としてはその身心狀態に適切なる教材と、言ふに過ぎないので、この教授中に、體操的の訓練を與え、規律的訓練を與え、一步、一步、體育の理想に近づかんと考へに外ならぬのである。故に細目の編成に於ても、高學年の女子、及、幼學年の兒童には、多くの、リズムミカル、教材を配當するの必要がある。而して、多く採用すると言ふことは、他の教材に比較した意味でなく、リズムミカル、運動そのものの、分量上の多少を意味するものである。言はゞ余の、遊技中心の教法を多く他の教法よりも採用せんと言ふことにすぎない。

#### 6、リズムミカル教材の教育的價值

リズムミカル運動の實施は、重に團體的の教授である。それ故、同情、親愛、社交性、規律、秩序、等の徳目を修得し、終ひに、高尚なる、道德的情操の陶冶上價値の存するものである。又教育の各科目は、連絡、統合の關係をもつて

ある。體操科と修身科、歴史と修身の如きはその一例であるが、總て學校教育に於て、なされる教科目は皆、連絡統合して、教材の有機的關係を保有し、その効果を最大ならしめてゐる。リズムミカル、教材中、他の教科と密接な關係を保持してゐるものが多々ある、例へば、讀本の既習教材と表情運動の如きものであるが、かゝる教材は相互に連絡して、教育的價值を發揚してゐることは、明であつて、發揚的價值のみでなく、他の教科目と聯絡、補充する等の、意義の存することにも一通の見解をつけておく必要がある。かく價值ある教材を小學校教授細目に編入したものは、佛國の、ラブレー氏である。

#### 九、リズムミカル運動の缺陷

リズムミカル運動が、多大の價值、特長を有することを述べたが、又、缺陷もある。體育教材中、或一の教材をもつて、全目的を到達することは、不可能であると言はねばならぬ。之體育上、教授法の存する理由である。故に、廣い意味に

於ける教授法とは、一教材を以て體育の目的を達成することの不可能なるどころから、各種の教材を、按配し、以て、全目的に到達する最良の方法を研究したものであると言つてよい。リズムミカル運動そのものを以て體育の目的を達成することが不可能なることは、競技等のそれと同様のことである。それ故、我々は各體育教材の特長を採用し、缺陷を棄て、適當に配合し以て、理想的の教授法の建設に努力する必要がある。特に現時體育教材の種類多々あるに際し、如何なる主義によつて教材を結合するか。いかなる教法を用ゆべきかは、現時の體育上の一大問題と思考するものである。今、リズムミカル、教材の缺陷を擧げると。

- イ、矯正的教材に乏しきこと、
- ロ、順序複雑にして精神力を要すること、
- ハ、身體各部を意識的に訓練するに適せぬ、
- ニ、運動が身體の一局部に限らる、

ホ、運動量が他教材に比して小である、

ヘ、高學年の男子に適せず(必理参照)

ト、身心の鍛練的教材として不可、

チ、各學年相當に配當すべき教材の少きこと、

リ、浮華輕佻に流れ易い、

矯正教材の必要なることは、既に述べたが、リズムミカル運動、競技と同様に之の點に缺陷あるものである。而して又、本教材は數節に亘り、順序、歩法、複雑を極め、精神力を要すること多く、體操の如く、一舉動、毎に、注意實施することがないから、自然、意識的に、特に身體の一部を訓練することは、不可能である。而して、本教材は重に足手の運動にして、運動量が、他の教材に比して小である。又鍛練的性質なく、高學年の男子の心理状態に、適合しない。特に、教師の指導よろしきを得ぬ時は、彼等をして浮華に陥らしめ、却つて規

律的訓練を破壊するの原因となるものであるから、教師は人格的に之を、指導するの必要がある。

#### 一〇、リズムミカル運動と美育。

美的趣味、美的情操の人間生活に、必要なることは明らかなとである。その必要上より、教育上、知育、德育、體育、の他に、美育の必要なる所以である。教育學者中にも、特に、教育を、知、德育、及び體育、美育の四項目に分類して研究してゐるものもある。體育はこの美育と密接の關係を有するものである。吾人は美育に就て、一般概念を知り、體育をして之に關連せしめねばならぬ。従來の教育に於ては、美育と言ふことを唱へなかつたが、最近に至つて、之を重く取扱ふ様になつた。特に現時の如く、物質文明、知的文明の、進歩につれて、多忙複雑な時代となつては、人間として、美的方面の陶冶をなすことは大切なことである。人間は美によつて生を飾る、人間の精神状態について言つて

も美醜と言ふことは、大切な部分をなしてゐる。我々は單に、物を考へたり理解するのみでなく美であるとか、醜であるとかの評価をつける。又、人間一生の上から言ふも、物を知つてゐるとか、働いてゐる、他方面に、美的方面の事柄が多くあるものである。美的趣味をもつてゐることは、人生の重要なことである。美は生活の一要件である。決して、スペンサー、の言葉の様に、美的方面を以て、人生の要求の中で、最も、末なものと言ふことは出来ぬ。美的の生活も、人生の要求の中で、末なるどころか、重要なもの一つで、美を欲求するのは、人間の固有性である。人間として一生を過す間には、機會の許す限り美的享樂を受けて、人生を終ると言ふことは、何人も望ましいことである。希の教育否體育は、それ自身、美的のものであつた。彼等は肉體美を最上の美として尙び、之を體育に於て求めんとしたものである。而し、この美育と言ふことは只今まで色々に變化進歩して來たもので、それは美といふ觀念が色々に

變化したからである。シルレルは次の様に言つてゐる。行爲も、知も、その理想的状態は美である、故に善も、眞も、皆、この美と言ふ觀念に包括される、そこで教育の目的は、美であると言つてゐる。シルレルの如く、かく美を解するならば、現代教育の目的も美であると言へる様であるが、さうも行かぬ。而し之は我々の論すべき範圍でないから、特に研究を重ねて體育に關する自信をつくるがよい。免角、美に關する思想には、眞善美一體を唱ふるものもあれば又、美的萬能を唱へるものもあるが、之は學者の論する部類である。而して、吾人は、美は教育の終極でなくて、教育の一部をなすものと解してよいと思ふ。教育學者もこの見界をとつてゐる様である。さて、リズムカル運動が、この美育と、深い關係をもつてゐることを述ぶるに當つて、美育は、如何なる方面に於て、如何なる方法によつて行はれてゐるかを知らねばならぬ。美は通常二つに分れる。



イ、天然の美又は、自然美

ロ、人工の美

A 象形の美

B 音楽

C 唱歌

D 言語

E 動作

F 詩歌

さて、美育は如何なる方法にて、なされてゐるかを研究すると、二方面に分れてゐる。一は、知的方面よりの美育であつて、一は直観による方法である。知的方面よりの方法は余程、知識の發達したもの、教育であつて、中等學校以上に於ける、方法である。例へば、外國の藝術品と日本のそれとを比較研究せ

しめるが様なものはそれであるが、之にも元より直観と言ふことをおろそかにしてはいかぬ。直観にてなす方は、底學年に於ける美育の方法であつて、知識を根本としないで、専ら直観を主としてなす方法である。リズムカル運動は、音楽、唱歌、動作を主とするものであるから、最も美育と關係あるものと言はねばならぬ。例へば、身體運動の優美、及、筋肉美を直観せしめ、或曲音と動作の融合の美を感せしむる等、深き關係をもつてゐる。然るに、體育は體育にして美育ではない。其の、本末を誤つてはならぬ。而し教育教材は總て有機的關係を保持するから、教育者は、美育と體育のかゝる關係の存することを念頭におさめてをらねば自信ある體育は不可能でかゝる方面が兒童訓育に重要な點である。之を念頭において教授する者の効果と、不知にして何等考へなき教法とを比較すると、雲泥の差があることは明らかである。優美な姿勢の様なのは日常生活に於て、直接感せぬところであるが、文明人としては、實際生活

を超越した價値の有することを、感ずるのである。

#### 十一、ダンスの理論

ダンスは現代體育に於て、最も世人の力と、興味を傾注してゐるものであるから、今その理論を明らかにして、本教材の體育的に如何なる意義の存するかを研究してたい。

##### 1 ダンスの生物學的觀察

ダンス、は、人間否、動物の本能である。生物學的に言へば、ダンス、は、人間のみならず、他動物にも之を見ることが出来る。ダーウキン、の進化論 (Evolution theory) 等にくわしく説明してある。一體動物が兩性を有する様になつてから、生殖の本能、及種族保存の爲に、色、香、美、力、動作を以て、異性を惹き着けたことは明らかである。この動作こそ、所謂、ダンス、の萌芽と言つてよい。而してかゝる動作は、人類の進化するに従ひ、只單に、兩性和

合の一手段として用ひらるゝに止まらずして、延いては、一種族の融合、の手段となる様になつた。而して順々と、其の範圍を、擴張されたものである。ここに吾人は、ダンスの社交性を、認むるものである。かく、人間生活の、複雑となるに従ひ、他の動物と異なる部分が多い。それ故、ダンスも、その異なる生活と關係して發達して來たもので、單なる、性的の關係や、同種族の、融合と言ふ意味に止まらずして、他の動物に見ざる人生の或る場面に、特別な關係を以て、發達して來たものである。而して、今日の如く、幾多の種類ある、ダンス、と變化して來たものである。人生の或る場面は他の動物と異なるところであつて、吾人はその原因を一通觀察しておく必要がある。鳥は巢を造り、リスは、恰んと意識的活動に近い、活動をなすけれども、いまだ以て、意識的活動ではない。之一の、本能的の動作に過ぎぬ。人間は本能的動作の他に、意識的活動をなす。人間には自己意識がある。而して、人間としての理想を建設する

其の理想に向つて、人間社會、を、創造して行く。』とパウエルゼン (Paulsen) は言つてゐる。茲に人間の他の動物に比して、特別なる人生の場面を展開して行くものである。

## 2、ダンス、の藝術的觀察

かくの如く、ダンス、は人類の原始時代、から存在せしことは明らかなきことであるから、このダンスの存在してゐた、余程前よりこの藝術と言ふもの、萌芽の存したことは、又、肯定されるところである。藝術は、美の作出、及、鑑賞であるが、今之を大別すると、次の様になる。

イ、靜的藝術Ⅱ造形美術、(建築、繪畫、等)

ロ、動的Ⅱ(詩歌、音樂、舞蹈)

特にこの動的藝術と言ふものは、この舞蹈から、發してゐるものである。之より、ダンス、は原始時から存在したもので、この藝術、と密接な關係を有

することが、推測される。又人間の藝術心が、いかに早くから、存在してゐたか、想像されるものである。

## 3 ダンスの發達上の觀察

人類の進化中、人間がこの宇宙の現象に對する驚異は、この宇宙間に、或る主宰者の存在することを、感せしめたのである。この宇宙に對する、驚異は、宗教、哲學、科學、の根源をなすものである。即ち、宗教はその驚異に對して人類が、安心立命を求めんとする考へから、宇宙の萬有を、支配する、絶對者即ち、神佛の如きもの、存することを直覺的に、意識して、之を信仰し、この絶對者と、人間との關係を認め、信仰に基きて、一の教義を發見し、此の教義に適合するところの、行爲を爲し、或は、爲さざること、努力せんとすることを言ふのである。又この驚異すべき現象に、ある一定の因果關係の存在することを豫想して、思辯によつて、之を解明するの好機心を湧發した。之科學、哲學

の萌芽と言ふことが出来る。而して、科學、宗教、哲學の起りしは、余程知識の進歩してからのことであつたのである。最初長足の進歩をなしたものは、この宗教である。

イ、宗教ダンスの起源 (Religion dance) (Sacred dance)

之は一名御神樂と言ふ。人類は絶對者、即ち、神も人間と同様に、知、情、意の所有者を認められた。而して、或時は、生物を殺して、ささげた。或は香を焼いた。フイツピン、の謝肉祭(カーニバル)の如きはよく之を證明してゐるものである。而して、ダンスが最も人間の快情を發せしむる點よりして、神前に於て之をなす時、神も人間と同様、愉快に感ずべきものであるとして、之を神前に於て行ふ様になつた。之宗教ダンスの起源である。ここに於て我々は、ダンスが快情の發動となり、興味あり、而して傳習的の教材であつて、之を好むは人間の自然に出ることが歴史的に證明された譯である。日本に於て、天

の岩戸の踊、を思ひ、ホーマーの詩中に神の踊つたことを書いてあるを見てもダンスがいかに彼等に重要視されたかを知ること出来る。

ロ、戦争ダンス、の起源 (War dance, Sward dance)

人類は漸時に増加した。而して團體生活を生じ、國家的觀念を意識するに及んだ。個人的の競争は、民族的、國家的となつて來た。而して争闘の激しく、武器の簡單なる時代に於ての、唯一の武器は、體力より他になかつたのである。於此彼等は既に體力の大切なることは知つてゐたのであるが、之を科學的に修練すると言ふ點にては、現今に比較して、余程、幼稚なものであつた。最も著しく、體力の必要なるを意識して、之を修練せんとしたのは、希臘である。希臘は各小都市に分れ、常に争闘は續いた、又國境には、彼等の恐るべき、強國があつたので、國家的に、體力の修練に熱中せることは、歴史上明らかなことである。而して彼等は、戦争に模倣した、ダンス、を作り、次で、青年男女に課し

て、その士氣を鼓舞したものである、之、ダンス、が時代の要求によつて變化したもので、之等の、ダンスを、戦争ダンス、と言ふのである。彼の、ブライトン。は戦舞を評して、次の様に言つてゐる。演舞中、身體を迅速に回轉するのは、是敵の、彈丸、飛箭を避くるの狀を現はすと共に、敵を攻撃する、態度を摸倣したものであると言つてゐる。日本に於ける、劍舞は、ワ、ダンスの一種である。

#### ハ、社交ダンス (Social dance)

ダンス、の起源は、兩性の融合、一族の融合、社會の融合と言ふ、根底を有つてゐる。茲に社交性の存在を認めてよい。ダンス、は社交性をもつてゐるものであるが、社會の發展するに従つて、社會融合と言ふ、方便として用ひられる様になつた。之社交ダンスの起源である。故に社交ダンス、の目的は、一に、自己の人格を向上して、社會と融合し、以て、社會的の平和を維持して行

くのが、その目的である。故にこのダンスは團體的に實施される形となつてゐる。日本に於ける豊年踊、盆踊、外國に於ける、フォーク、ダンスと命名されてゐるものは之に屬するものである。

#### ニ、演劇ダンス。(Stage dance)

演劇ダンス、の意義は、之を、體育ダンスと、比較することに依つて明白となる。體育ダンス、の目的は、自己の向上、人格の向上であるが、演劇ダンスは観客と言ふ特別な目的をもつてゐる。即ち、遊客のために、歓迎せられ、觀客に藝術的の興奮を與えるのみで充分である。所謂その目的は客觀的であるが體育ダンスの目的は主觀的である。と言ふことになる。

#### ホ、體育ダンス (Gymnastic dance)

體育ダンス、は身心の修練のため、特に體育的見地より創作し、又は、選擇したものであつて、體育ダンスの目的は、教育の目的と何等反するところなき

ものである。而して、體育ダンスと雖も、之のみにては體育の半ばの目的をも達することは出来ぬ。體操の心理缺陷を補充し、又は、高學年の女子、幼學年の兒童には生命ある教材であると言ふに過ぎない。或る人は、スクール、ダンスと命名してゐることもあるが、之は特に學校に教育に適當した教材に命名したにすぎないものでその本質的には何等體育ダンス、と異なるものではない。今、スクール、ダンス、及體育ダンス、の觀念を明らかにせんため次に圖示することにする。



即ち一般に歴史的に傳つた、ダンス中から教育的、體育的見地より、理想的

のものを、選擇したものが、體育ダンス、であるが、現代に於ては、體育教師の創作にかゝる教材をも包含することになる。この體育、ダンスは、學校は勿論、社會に於ても實施されるべきものであるが、學校に於て實施されるダンスは其他諸種の條件のもとに選擇せられなければならぬ。これをスクール、ダンスと命名したにすぎないので、本質的には差異あるものではない。

へ、ダンスの社會的意義

美によりて生を飾らんとするの念は、人間の古有性である。人間の人格の高下は、美的觀念の、如何によつて、知ることが出来る。換言すれば、人間の趣味の如何によつて、個人的には、其の人の人格を知ることが出来る、國家的にはその一國文化、教風、の程度如何を推測することが出来るものである。スクール、と言ふことは、ラテン語より來たものであるが、その意味は、英語の (Treasure) と言ふ意味で「閑暇と言ふことである。學校は人間の閑暇になすべき

ことを知らしむるところであるとの意である。人間の閑暇を。最も有意義に、最も有効に過さしむることは、教育上の重要事項である。又社會政策上より見るも緊要な問題である。美的觀念の存するところ、その生活は美化される。音曲に伴ふ、ダンス、の如きは、演技者に快感を與え、不快感や、苦惱等を忘却せしむる。而してその所有する、思想、感情、は優雅、純潔、となつて、行くものである。總て社會に於ける、人情の荒み、不平、不満、の聲おこり、四圍の融和を缺ぐのは皆、この美的觀念の缺乏に原因することが大である。慰安なきところ、感情の満足なきところ、總て、不平、不満、人情の荒みを生ずる特に、生存競争激甚にして、外部の壓迫、甚だしい今日に於て然りである。實に此の點より觀察して、かの公設娛樂場の如きは、重大な社會的意義を有するものと言はねばならぬ。工場に働く女子に、ダンス、を課する時、如何に彼等の感情は満足し、且つ、其の仕事の能率上、良好なる影響を及ぼすことであら

ふ。深く思考すれば、この美的觀念 養成、美的情操の陶冶、生活の美化は社會政策の重要事項である。特に此の理論をおして、高等年の女子體育、中等學校男兒の體育（高學年）を研究する時、始めてその必要を感じるものである。而して、從來、體操教授方法の、如何に、拘束的、無趣味的、無興味的であつたことを批難せすには居られない。之、余の教法研究の重大なる着眼點である。今中等學校、高學年に於ける實狀を見るに、彼等の身心は、成熟に近づき、その心的作用に至つては大人も之を凌ぐものあるの状態で、身體的には、勢力充實して余力ある時代である。而して彼等が、日々受くるところの精神的苦痛は大なるところか、現今に於ては過重ではないかとまで思はれる。學校生活に於て彼等の自由の天地は、グラウンドである。而して、體育教師が從來の如き教法を用ひ、毎日、毎週、千篇一律な、拘束的な自由活動に乏しき教法を用ふる時彼等の壓迫せられつゝある感情を何處にて發散することが出來やう。知識は彼

等の目前の生活に直接の影響がある。故に彼等は、いや／＼ながらも、學科に對しては努力して行く。身體の強健は永久的にのみ感ぜらるべきもので、目前の生活に直接の影響なし、故に彼等は身體を任る體育そのものを輕視するの感がある。かゝる場合に於て、體操科教授そのものをして、常に拘束的、壓迫的教法をとつてゐると、上下より壓迫された彼等の感情は惡化して、體操教師に對して、發動することになる。世の多くの、ストライキ。は、此處に原因することを余は堅く信ずるものである。而して、余は、體育を、慰安物とするのではない。體育には體育としての一定の目的を存するものであつて、被教育者の慰安でないことは充分知つてゐる。只從來の教法の缺陷を改正し各教材を適切に配當し、次で理想的な教法を案出して、この弊害を除去せんとの考へに出たものである。余の教法は一見運動量に於て小なる觀があるけれども、決して左様なものでもない。從來の教法は體操のみの教授にして、その運動量に於て大

るの觀があるが、興味乏しく、教師を始めとして、體育科そのものを棄避するは今までの状態であつたのである。心理的に缺陷あり、持續的でない教法では到底、體育の終極の目的を達成することは困難である。之余が本教授法を提供し以て諸君の研究批判を仰ぎ度い次第である。

## 十二、表情運動、及、童謡踊の理論。

表情に就て

1、表情は内界に於ける、感情の表現である、内界の精神活動は必然的に、顔面、或は、手足等の如き、身體の外部に向つて、表現するものである。其の表現はかくの如く、身體の表面のみならず内部にも變化を及ぼすものである。其身體外部に表現するものを指して、表情(Expression of Emotion)と言ふのである。而して、單に表現は身體の一部分たる顔面に現はるゝのみならず、手足等に於ても表現さるべきものであるが、吾人の通常、表情



と言ふことは、重に顔面に於ける表現を言ふのである。内面に現はるゝものゝ、著しいものは、内分泌であつる。今、重なる情緒と、その表現の關係について説明することにする。

#### イ、恐怖の表現

恐怖は、生後、二十四時間にして、現はれると言ひ、或學者は、二ヶ月、四ヶ月、後に現はれると言つてゐる。この恐怖は、防禦的の情緒である。この表出を、ランゲ、氏は次の通りに言つてゐる。即ち、内界に恐怖の情緒おこるや隨意筋の表出は、悲哀の場合よりも、更に無力となる。恐怖の極端な場合に於ては、全身體は不動性となり、聲は振動し、終りに啞となる場合もある。筋肉は收縮の状態となる。故に顔面には、縦の皺を生ずるのである。腺の分泌は涙腺、唾腺の働きを停止し、爲に口中乾き、舌は顎に附着する様になる。之に反して、冷汗出で、皮膚には粟を生ずるのである。血管、及、心臓は、痙攣狀

態に陥り、死に至ることがある。故に外面的の状態は、毛髮立ち、蒼白となり消極的態度となるもので、顔面には皺を生ずるのが特徴である。

#### ロ、憤怒の表出

之は、攻撃的の情緒であつて、生後、二三月にして生ずると言ふ説もある。之は自己保存の情緒である。ペレー氏によれば、生後二ヶ月にして生ずる、言ひ、ダーウキン、ブライエル氏によれば、十ヶ月にして生ずるものであるとも言つてゐる。その表出の重なる特徴は、血管擴張するもその著しい部分は、顔面特に額とである。皮膚に於ける、血行増加し、其結果皮膚は赤色を呈する。之が亢進して激憤になると、血管破裂して、死に至ることがある、隨意筋の活動は、一般的に、亢進する。而し、其の活動たるや、錯亂して、痙攣性である。例へば、手當次第に、物を破壊するが如きは之である。唾液の分泌量は増加するばかりでなく、その中に毒物を含むに至るものである。

グアイン、スウィーテン、ビシヤー、トルソーの諸氏の研究によれば、憤怒の時には、唾液中に、プトマイン、と稱する、毒物を生ずると言つてゐる。結極情緒が表現する、顔面筋の活動を通常表情と言ふのである。

#### ハ、表情の心理的性質

身體的のこの表情は、之を三つの方面より解釋することが出来る。その一は種々の情緒に伴つて、顔面、身振、及、其他、生理的作用上に、現はれる、表情運動は、曾て有用であつた、運動の、只今に至るまで残存してゐるものであると言ふことである。例へば、幼児の啼泣するは、自己の所在の不明な時、又他から危害を受けんとする時の如く、他人の救助を要する場合に、その、注意を惹起せんが爲に、有用であつたもので、その必要な今日に於ても、尙その反應だけは残存するものと、見らるゝものにして、之を表情運動の有用性と言ふのである。又、曾て、有用であつた情緒の表現が、類似の情緒に、移動する

場合がある。例へば、人が冷笑する時に、齒を表すのは、動物が争鬪する時に齒を出した、その動作の痕跡であつて、人類は最早齒を出して、かみ合ふ必要はないけれども、恰も動物がカミ合ふ時と、同様の感をおこす爲に、同じ表情をなすものと考へられる。之を表情の移動性と言ふ。表情は又、その情緒が快なる時と、不快なる時に於て、反対な表情をなすものである。快なる時は、胸を張り頭をあげ、積極的の態度となるが、不快な時は、頭は垂れ、血行も悪く胸廓は縮少し所謂、消極的の、態度となるものである。之を表情の反対性と言ふ。

二、兎に角、吾人の内界に、情緒がおこると、体内、及體の表面に或る變化を生ずる、之を表出と言ふのであるが、之が身體外部重に、顔面に於ける、表出を吾人は表情と言つてゐる。而し、之は顔面ばかりでなく手足等の全身に及ぶのであるが、特に、我々が表情美として、直覺するのは、顔面及、手足に表

れるものである。茲に、感情を快不快とに分類するとすれば、この兩者に於ける、表情は全々反對性のものである。得意の時の表情と、失意の時の表情とは異なる。快なる時の人間の身心状態は、積極的である。そして、血液の循環も可良だし、胸廓は擴張し、呼吸は深く大となり、筋肉はその力を益し、膨脹する不快なる場合は、總て、消極的となるものである。唱歌は、彼等に優美にして快味ある感情、特に教育上必要な感情を修養することを得るものである。而して一方に於ては、表情遊戯は、發聲器官の練習等、教育の他方面に關係あるものであるから、最も注意して教授せねばならぬ。それ故に、表情遊戯、童踊の様なもの、次の事項を具備せねばならぬと思ふ。

- 1、歌曲は快活な情緒をおこさしむるものなること
- 2、あまり快活でなく、却つて、悲哀の情をおこすも、教育上、一定の目的を有するものは可ならんも、餘り體育的教材としては、採用出來ぬもので

ある。

- 3、動作は可成、體育的にして、運動量大にして、特に身體上の優美の姿勢の養成に適切なるものたること。

- 4、局部的の運動に陥らざること。

- 5、沈靜、悲哀なる歌曲は之を採用せざること

體育上に於ける、表情及、童踊は、或る歌曲を用ひて、彼等の精神界に、一つの快味ある、情緒を湧發せしめ、之を身體の運動として、現はし、直接的に身體修練の目的を達し、間接的には、彼等の所有する、感情を、優美、温雅純潔にし、次で高尚な、感情の所有者となすを目的とするものである。而して、體育は體育にして、感情陶冶の學科でもなければ、知的學科でもない。その主とするところは、各器官、及、筋肉、骨格の、解剖的生理的の向上にあるのである。然るに、稍もすると、流行的に傾く、本邦

體育に於ては、兒童の此の期はかゝる状態なるにより、かゝる教材を課すると言ふのではなくて、ダンス、と言ふ新しい教材あるが故に、之を課すると言ふ傾向がある、實に、主客、轉倒の感がある。或る、表情遊戯、及兒童踊の創作者は言ふ。

表情遊戯、及、兒童は、感情の陶冶と言ふ大なる目的をもつてゐると。而し表情、及、兒童踊を體育的教材とする以上は、感情の陶冶は、間接的の目的でなくてはならぬ。流行的にダンス、等を濫用するが如きは實に體育の眞の意義を知らぬものである。適材を適所に用ひて、その教材の價值を認め得べきものである。間接的な感情の陶冶と言つても左様に、簡單なるものではない。一教材にはそれ自身によつて教養されるところの、特定の感情がある。譬へば、哀れの少女の曲、を動作に表現するとすれば、之によつて教養せられる感情は、同情心である、私の人形、と言ふ教材の教養すべ

き感情は、愛情である。金太郎と言ふ動作遊戯の教養すべき感情は、男性的氣分、剛毅と言ふ徳の教養である。兵隊遊びと言ふ律動遊戯の教養すべき感情は、勇敢と言ふことである。斯く、一教材はその間接的に到達せねばならぬ、一の目的物がある、この目的物と言ふものは、教育上、彼等の一生涯に於て特に必要なる、感情でなくてはならぬ。それ故に、表情、童踊の様な、教材の間接的、目的は、情緒の陶冶より進みて情操の教養にならねばならぬが之は、善美な情緒の反復によつて、生ずるものである。

#### ホ、表情運動及童踊の區別

童踊も、其の本質に於ては、律を主とするものであつて、この律、和して、身體を運動せしむる點に於ては同一である。只、幼稚園の如く幼年向きの教材に、童踊と命令したに過ぎない、童踊にも表情と言ふことは含

まれてゐる。表情遊戯と言ふことを命名したものが、高學年の教材と言ふ意味にて、口したものとすれば、強いて二者を區別したならば表現すべき觀念の多少の差異になる。體育上、或は表情遊戯、兒踊と言ふ様な名目  
が澤山あるが、之は著作者の獨斷にして、根據なきものと思ふ。

2、余は從來の體育そのものが、肉にのみ着眼して、吾人の精神作用が、如何に肉體に影響するかを等閑に附した、即ち、體育の心理的缺陷を説きこの缺陷を補正し、今少し、心理的に立脚せる教授方法の案出の現時の體育問題中、最も、重要なものであることを述べた。而して一の教法を案出せんとするには、體育各教材の、特質及、缺陷に就ての、概念を明らかにし、之より思考、研究、取捨選擇、以て、その理想を、實現すべきである。之、余が第一章に於て、體育各教材に就きて、明した理由である。さて、かく、各教材の特質缺陷を明らかにした後に起るべき問題は何であらうか。一體教授法、否、總ての教科の學習の理想は何であらふか、曰く彼等の活動をして、自發的、自覺的にすることである。所謂眞劍な、學習態度の樹立である。體育も同様で、被教育者の自發的、自覺的活動にまつべきものである、受動的の活動は、體育教材のあくべき効果の半を減削するものなることは明らかなことである。それ故、我々は、被教育者の自覺的活動、自發的活動をおこさしむべき教法の案出、努力せねばならぬ。その先決問題は、現今體操教法の缺陷を研究することにあると思ふ。

## 第二章 從來體操教授法の缺陷

### 第一節 心理的缺陷

余は教法研究の第一歩として、從來の體操教授の方法に、如何なる缺陷あるやを、根本的に、闡明し、而して各教材の任務の那邊に存するかを問ひ、連絡

補正以て、理想的の教授法として、改善すべきことの大切なるを知る。從來教法の最大缺陷は、教授法そのものに、心理的の缺陷の存在することである。從來教授法に於ける、主幹とする教材は體操である。時間の始から終極に至るまで、この體操教材を主とし、拘束的教授に一時間を終る状態であつた。而して、この日も、亦この日も、第一週も、第二週も、同一な教授法の連続であつたのである。それ故、一寸考へて見ると、最も合理的にして、その運動量に於ても、又、その擧ぐべき効果も、大なる様に考へられるのであるが、又、吾人は他の一面をも考察するの必要を見る。從來の體操教授の大部は體操であつて、遊技、競技の様な最も興味ある教材を、五分、一〇分位の豫定はとつてあるが、その實際的方面に於ては之とても實施されぬ状態であつた。換言すれば、體操萬能時代であつたと言へる。之に反動として起つたのが、體育上に於ける、競技、ダンス、表情、律動等の教材の勃興である。然るに余の觀察するところでは、やはり本邦體育は流行的にして、動搖的、少しの根據なきものと思ふ。實際ダンス、表情等を兒童に實施して見ると、教師も、兒童も興味がある。興味あるから、それに没頭するのである。競技は人類の本能に立脚した教材である。特に外國物であるから、人が之に傾注するのは當然である。實際實施して見ても面白い。従つて、之に没頭する。從來の體操教授に、飽いた、かゝる興味的な教材に没頭して他を省みない、所謂、ダンス、競技、萬能時代の到來することは明なことである。國家も體育の民衆化と言ふことについて努力してゐるが、その現時に於ける根本教材となつてゐるものは、競技である。民衆體育の徹底には階段がある。競技を以て、一般民衆に對して、體育的の刺激を與えろと言ふ意味なら賛成の出來ることであるが、之を以て民衆體育の根本教材とすることについては不賛成である。而し餘程教育者の自覺がなければ終ひに、かゝる方面に走り易い。女學校に於て、ダンス、あつて體操なく、中學、高等學

は、やはり本邦體育は流行的にして、動搖的、少しの根據なきものと思ふ。實際ダンス、表情等を兒童に實施して見ると、教師も、兒童も興味がある。興味あるから、それに没頭するのである。競技は人類の本能に立脚した教材である。特に外國物であるから、人が之に傾注するのは當然である。實際實施して見ても面白い。従つて、之に没頭する。從來の體操教授に、飽いた、かゝる興味的な教材に没頭して他を省みない、所謂、ダンス、競技、萬能時代の到來することは明なことである。國家も體育の民衆化と言ふことについて努力してゐるが、その現時に於ける根本教材となつてゐるものは、競技である。民衆體育の徹底には階段がある。競技を以て、一般民衆に對して、體育的の刺激を與えろと言ふ意味なら賛成の出來ることであるが、之を以て民衆體育の根本教材とすることについては不賛成である。而し餘程教育者の自覺がなければ終ひに、かゝる方面に走り易い。女學校に於て、ダンス、あつて體操なく、中學、高等學

校の體育教材として、競技あつて、體操あるを知らざるの、状態となり易い。之體操萬能時代に對する反動である。即ち、かゝる教材あるが故に、之を兒童にに課すると言ふ、體育の状態であつて、かゝる兒童の状態なるが故に、かゝる教材の必要であると言ふ様な體育の状態ではない。主客轉倒の體育時代と言はねばならぬ。ダンス、競技の體育的價値は、只それ自身の擧ぐべき効果と言ふもの、他に、體育各教材との連絡關係を研究し、補正、結合し、次て、競技そのもの、體育上の使命を明らかにすることによつて、眞の價値は發揮されるべきものであることを信ずるものである。實際從來の教法には、心理的の缺陷が多い即體操教授は所謂、拘束的の教法であつた。故に彼等の自由活動なく興味を存することがない。故に余は考ふ。體操教授中に、配列してある、遊技的の教材の生命は、一は該教材によつて得らるゝ、直接的の效果でもあるが、最も肝要なる部分は、意思的運動に努力したる、緊張的、身心の状態を、調節

し、教授そのものに、一の、變化を與え、興味を喚起するところにあると思ふ。緊張、解弛は、興味の條件である。この二つを交代させ、以て、變化をつけ、興味を喚起することを間接的の目的、否、現今に於ては直接的の目的より以上の目的であるかも分らぬ。興味なきところに、快情の發動なく、又餘程自覺したものでなければ、發動的に、動くものでない。學校教肯に於ける、彼教育者の大半は、かゝる自覺の域に達したるものでない。之體操教授に於て、最も興味、快情の發動を要求せねばならぬ理由である。何となれば、精神的に苦痛を感せしめながら、理想的の教材を實施するも、その効果は半減せらるゝことは實驗心理等の證明するところである。而し、反對論者は言ふならん。從來の教程にも幾多の變化あるではないかと。實際變化は生理的にも、解剖的にも、心理的にもある。而し、かゝる變化にては、精神上、快味、興味を喚起する、原因とはなりがたいことを、經驗もし又、思考もする。故に、かゝる變化少な

き、興味に乏しい、教程を日々反復する時は、從來の教程中に存する、解剖的の小變化の様なもの、體育上、一般的に、快情興味を附與するところの原因となることは出来ない。かゝる教法を反復する時は教師も、彼等も、體育そのものに倦怠を生じ、自發的活動を要求する様なことは到底不能であることを信するものである。之從來の體操教授が、身體的の効果は大なる様に感ぜられてゐたが、その心理的方面の缺陷によつて、その効果を半減したものであることを言ふのである。特にかゝる教法を採用しがたいのは、いまだ自覺の域に達せない幼學年の教法に於てしかりとするものである。余の教法はかゝる方面にも着眼して研究したものである。

## 第二節 現代體育教材と從來の教法の衝突

### 一、時間的の衝突

ダンス表情等の教材に於て、從來の教法と、衝突するものは、時間的である

ことである。その重なる教材は複雑なる教材である。簡單なる教材は從來教法どさまで衝突なく、跳躍運動等に代用して差支ない。而し複雑なるものにあつては、甚だしき衝突のあることを發見する、本教材は、之より收得する直接的の體育的價值あるばかりでなく、被教育者の、思想感情を陶冶すると言ふ様な間接的の目的をも有つてゐる。順序複雑にして、しかも、感情の陶冶を主とする教材に於ては、到底從來の教法の様に、跳躍運動等に代用しても、時間の不足を生じ、その目的を達することは出来ぬ。競争遊技は、人間の競争の本能を利用したものであつて、彼等の最も、快活に、最も自發的に、最も愉快に實演するところのものである。現時に於て、兒踊、ダンスの研究は盛であるが、この競争遊技の研究は至つて少い、之は實に不思議の様に感じられる。余は童踊ダンスの様なものより以上に、體育上、重視すべきものであることを思ふのである。さてこの競争遊技を實際に適用するに當つて、その簡單なものは、五分、



一〇分にして、その目的を達するから、從來體操教授の跳躍運動等の部に、挿入して差支ないが、複雑なる競争遊技になると、相當の準備運動、及、用意も必要であらふし、又運動量も大であるし、技術的でもあるし、五分、一〇分なる從來の教法の跳躍運動等に挿入することは困難なものである。特に體育上、最も大切なことは、教授時間、被教育者に、活動に關する、快感と言ふものを味はしむることである。何物か、教授時間後に於て、彼等の満足する運動を實施することが肝要である。元より規律的な訓練も、教師の人格と、その徹底的な實施に對しては、ある快感を覺ゆるものである。之は努力の感と言ふものである。又其教材が兒童に適し、且興味ある時は、後に於ても、運動そのものに對して満足の感を生ずるもので、之を活動の快感と言ふのである。この努力の感と言ふものと、活動に關する快感といふものを與へると言ふことは、體操教授に於て最も緊要なることである。體操は合理的教材であつて體操教材中の

權威であるが、この活動に關する快感と言ふものを惹起せしむることについては困難である、之には本能的の教材にして、しかも、活動的で自由的である競争遊技を最適材と言はねばならぬ。而し、複雑な競争遊技に於ては、一〇分、五分にして、その運動そのものに快感を覺ゆることは困難で、一二回の實施によつて快情は湧發せぬ。故に、かく體育的に價値を有つてゐる教材も、從來の教法にては、實施すること、困難なるにより、こゝに一方法を講すべき必要を見るものである。又競技の適用に於ても同様の感がある。競技を從來教法中に挿入せんとするには、是非跳躍運動の部に於て實施すべきである理由は、最早論するまでもない。而して、競技は特別の技術を要し、特別の設備を要し、且つその服裝等に於ても、競技、特有の服裝が入用である。勿論走高跳は、運動靴のまゝにても實施されるし、又體操服にても實施することが出来る。がし之は不合理で、競技、そのものゝ本質に反したる教法と言はねばならぬ。之は後に

述べることにする。結極、競技に於ても到底、五分、一〇分にしてその目的を達することは出来ぬことは、明らかなことである。かく現代體育教材中に於て従来の教法と時間的に衝突ある部分を發見するものである。

## 二、運動の本質的衝突

### イ、ダンス表情遊戯の教調

知的學科の教授の方法と、技能的、學科の、教授法とは其の趣を異にしてゐる。知的學科に於ても、國語の教授法と、數學の教授法とは、全々、異なるものであると同様に、技能科に屬する、繪畫教授と、體操教授とは同一でない。それ故、體操科に於ても、特別な目的、と、性質を有するもの、教授法の趣は全々、異なるものと思ふのである。體操を主として、教授する場合の教法と、體操教授に、競技を挿入する場合の教法と、體操教授に高尚な複雑な、表情遊戯、ダンスを加味する場合に於ける教法と言ふものは、同一でない。右の各場

合に於ける、教授の趣、即ち、教調と言ふものは異なるものである。ダンス、競技は全身的运动であるから、體操教授の跳躍運動の場合に挿入してよいと言ふ様な簡單なものではない。ダンス、表情遊戯は、身體的效果の外に、人間の感情を陶冶すると言ふ特別な任務をもつてゐる。又體操に於て、善良な姿勢を養成すること、ダンスに於て教養される、姿勢の美とは異なる。特にダンスの如きは、律と、感情を骨子とするものであるから、號令的な、拘束的、體操を教授する場合は、異なるものである。而し情的教材と言つても、ニグロダンス、とか、一寸した、律動遊戯の様なもの、體操を教授する場合の教調とさまで異なるものではないが、この情的教材の中には随分複雑な動作と、感情とを包含するものがある。例へば美しき天然。濱千鳥（熊本醫大林氏作）青い鳥。ドナウ河の小波（體操學校教官、赤間氏作）。等の如きものもその一種であるが、かかる教材を適用する場合に於ける教調と、體操を主とする時の教調とは、全

く異ならねばならぬことを信ずる。かゝる教材を體操の教授の跳躍運動等に代用することは、時間的に見ても、又、教材の本質上から見ても不合理と言はねばならぬ。かくの如き教材を、適用せんとするには、準備運動よりその趣を異にせねばならぬ。先づ吾人は、教授に於て、彼等の環境の整理と言ふことの大切なるを信ずる。運動場の整理、服裝の整頓、氣候と教材の關係、かゝる環境が、該時間の教材と融合する時、感情の陶冶も可能であるし又、その教材の有する任務をも達成することが出来る。運動服は、土まみれ、身に汗を催し乍ら、塵埃の多い、運動場にては、到底その目的を達することは出来ぬ。準備運動中、行進を課すにせよ、その歩法は該間時の教材の準備的の歩法でなくてはならぬ。歩兵操典に要求してある、歩法を以て、満足することは出来ぬ。又、授業の始めから、身體の局部より全身に、科學的、合理的に鍛練し、身心は疲勞に近づかんとする時、之を課するも情的教材の目的は達せられぬ。若し、體

操を主とした教授時間、かゝる教材を、跳躍運動に課するとしたならば、それより一層正式の跳躍か、若くは、競争遊技を課したが、餘程、體育的である。之を課する所以のものが、如何なる點にあるやを想像せねばならぬ。その想像も、只單に、感情の陶冶と言ふ特有の目的を有するからであるとは、いまだ徹底した考へではない。かゝる教材、即ち、本能的教材を中心とした、教法を採用して、體操の心理的缺陷を補充するの考を有することが最も大切なことであると思ふ。之余の教法研究の一根底である。

#### ロ、複雑な競争遊技の教調

簡単な競争遊技は、從來體操教授の中に挿入して實施してよい。而し、技術的な、複雑にして、運動に關する快感の惹起に、多くの時間を要するもの（デッド、ボール）に於ては、從來の様では到底、不可能である。又從來の體操教授の跳躍運動中に挿入する時は、兒童を疲勞に陥らしむるの弊がある。故にか

る教材を、挿入する時の、體操的教材も適當に、加減するの必要がある。故に吾人は、かゝる教法を用ふる時、この遊技を適當に實施し、且、體操教材を無視しない様な、工夫を必要とする。此處に該教材適用に關する、教調が生れ出るものである。又後章に於て述べる様に、準備運動の概念に、二つの方面がある。かゝる點も、かゝる競争遊技實施につきて、特別の教調の生ずる理由である。

#### ハ、競技の教調

競技の本質は、本能的教材と言ふことである、人爲的拘束的な體操と其の趣を異にする。被教育者が、興味と、情快とを以て、之に従事するのは、自然と言はねばならぬ。而して、本教材の投げる、跳ぶ、走る、等は本能であるが、尙、この跳ぶ、投げる、走る、と言ふことに、人爲的の規則を附して、更に、競争と言ふ本能を利用してある點は面白い點である。それ故、競技の目的は、

高く跳ぶ、巾廣く跳ぶ、遠く投げる、即ち、レコード、が目的である。柔道の極意と同じく、自己の身心を、最も合理的、科學的に、利用して、この、レコードをとると言ふことがその主眼であり、生命である。或る人は言ふ。本技の主眼は、レコードでなく、精神であると、而し之は競技の主眼ではなくして、競技を指導するに當つての教育的要求である。高く跳んでも高慢ならず、人に負けても羨望せず。競技を通じて人格の教養をばかれと言ふにすぎない。本技の本技たるところは、レコードである。故に競技指導には、彼等の身心を最も有利に使用して出來得る限り高く、廣く、早く、と言ふことを、要求し、又、他方面にあつては、之を通じて人格修養の資料となさしめねばならぬ。かゝる特質をもつてゐる教材であるから、その實地指導に當つても、從來の教法に挿入するのみにては駄目である。例へば走高跳は跳躍運動なるにより、體操を主とした教授の、跳躍の部に代用すべしと言ふならんも之、本教材の本質を辨まへぬ

ものゝなすべきところである。故に、走高跳の場合、最早彼等が、その横木をめぐらして、助走に移つた時の身心状態は、その高さをとぶに、最も完全な状態でなくてはいかぬ。又兒童の服装に於ても、彼等の全力を以て跳ぶ力を、削減する服装にては駄目である。時々、體操教授の跳躍運動の場合に代用する心持にて體操服、運動靴のまゝ、高跳を實施してゐるのを見るが、あれは、教材の本質を顧みない結果であると思ふ。又時間の始めから、體操を實施して、餘力なきまで、全身を訓練した終りに於て、之を實施する様では、その目的は達せられない。折角の興味ある教材も、その特質を失ふ様になるものである。それ故、本技を實施する時の、準備運動は、ダンス、體操を、實演する、場合と異なる、又之は整理的運動の場合に於ても同様である。之は各教材の特質より想像することが出来様と思ふ。尙教授法の本論に於て詳述する。

### 第參章 教授法の根據

#### 第一節 自發的活動に就て

教授法の理想は、被教育者の自發的活動にある、ヘルバルト以來教授に於ては、興味を大いに尊重したのであるが最もその興味も勿論必要であるが、其の前に學習の動機の必要なることを主張する様になつた。動機は興味よりも一層根本的なる概念で、それに價値の感を含む。この價値の感ありて、茲に努力の最高形式を生ず、故に教授に於ては、此の學習の動機を、喚起するの必要がある。而して、動機は度々之れを繰返されて、習慣ならしむることが肝要にして學習動機が習慣的になれば、茲に充分なる學習態度を生じ、教師の、外部の輔導を俟たずして、自學自習の實を、現すことが出来る、此時、彼等の精神活動たるや、自發的活動である、尙一步を進めて、自覺的活動となる。總ての教

法に於て、被教育者がなすことを自覺して、自發的になる境涯こそ、その理想である。體育に於ても然り。從來の體育の、實際に見る如く、何等體育そのものに、自覺することなく、且、亦、彼等の活動は、受動的であつた。如くしては、到底、其の自的の半を達することは、不可能である、故に、我々は今一層彼等の體育に關する、自覺心を喚起し、體育そのものに、眞劍なる態度を養成し、彼等に自發的活動を要求するの、大切なるを感ずる。從來の教法が、専ら教師の爲の體操教授にして兒童自身のものではなかつた、と評するも、決して過言ではない。

## 第二節 自發活動の意義

一體人間の自發的活動と言ふものは、如何なる根本的性質を有してゐるものであるかを、明らかにする事は自發的、活動的な教法を研究する上に、大いに参考となるものである。今この意義を、各方面に分類して、研究して見ると。

### 一、生物學的説明

人間の自發心には、萬有進化論、及生物學的、及心理學的の、根據がある、生物學的に論ずると、總ての生物は、自己發展の、能力を有つてゐる。その能力は、外部的條件によりて、發達し來たるものでなく、生物自身の、内部にこの發展の能力が、遺傳的に、存在するものである。即ち、吾人の自己發展と云ふ能力は、アモーバ以來、積集された、一大の勢力である。之吾人の自發活動であるとの説である。故に、この自發心とは、人間固有のもので、内在的のものである事が知れる。

### 二、進化論的説明

又、進化と言ふことを、宇宙的に考ふれば、發展とは、生物に止まるものでなく、萬有の間に、行はるるものである、詳言すれば、自己發展と言ふこの發展の能力と言ふものは、アモーバ以來の發展力ならず、電子以來の勢力の、積

集と言つてもよい。之れ自發心の進化論的學說である。

### 三、心理的説明

吾人はこの自發心と言ふものが人間の生後、外部的の條件に依りて、發達するものでなく、先天的の勢力であることを知つた。而してこの自發心が、人間生活上、重に、如何なる方向に行はれつゝあるやを、研究するの必要ある所以である。米國のモンテッソリーは、人間の他動物に、異る一大の特色は、之自由、活動、創作と言ふことである、この自由、活動、創作と言ふところに、人間の旺盛なる自發心を、證明することが出來ると言つてゐる。今この自發心が活動する方向を其の標的に依りて分類すると、次の通りになる。

イ、巧利的見界に依る自發活動

ロ、求知的欲望と自發活動

ハ、活動そのものの満足と自發心

ニ、境遇の整理と自發心

ホ、自由と自發心

ヘ、興味と自發心

ト、本能と自發心

チ、創作と自發心

### 四、巧利的見界と自發心

人間には一つの慾求がある、この慾求に向つては、自發する、特に物質に関する慾求には、人は自己の名譽、生命を捨て、之れが満足を得んとするものがある、之れ一つの自發活動である。而して體育をして、自發的ならしむる根據としては、あまりとるところはない様である。

### 五、求知的欲求と自發活動と體育

人間は先天的に、求知的欲求を持つてゐる。三四歳頃より言語の發達と共に

之が質問の形式となつて表れることにても、證明が出来る、實際的に考ふるもこの知識の大切にして、又、これを望むことは、萬人の通有性である。現今の階級は、知的階級、及、物質的の階級である。而して、物質的に上位に立つにも、知識の力の必要なることは明なることである。故に人間は知を慾求する。こゝには必然的に、自發活動あり。現今、知育、德育、體育の併進時代である故に、その知識の奥を極めんとするには、肉體的の勢力を要することは、身心相關の理の證明する所である。故に教育者はかゝる人間の欲求を利用して體育の自發的、自覺的活動をなさしむるの方便として應用することを知らねばならぬ。

#### 六、活動そのもの、満足と自發活動及體育

心理上命中の感と言ふものがある。一度快感を覺えたる活動に對しては、再び之れをなさんと心理的傾向を生ず。之の時の心理状態は自發的である。之

體育上最も注意すべく又必要なる點である。一時間の授業中、彼等に何等かの印象を残すべき満足なる運動を課するときは、彼等は再び之を行はんとする状態となり、運動を棄避する様なことはない。彼等は規律的運動に對しても、其の教法及徹底的なれば、快感を覺ゆるものである、之努力の快感である。現今體育教授法の缺陷は、只、肉の合理的訓練に没頭して一定不變の、興味なき、自由なき教法を用ひ、以て兒童の心理に合する、而して満足せしむる教法を用ひることなし。故に運動に對する快感を與ふることなし。故に吾人は一時間の授業中特に、彼等に満足を與ふる教材の二三を、配當するの大切なるを覺ゆ。肉及精神を合理的科學的に訓練せんとする從來の教法は、一定の年齒に達し、自覺的に活動する時代の教法としては、可ならんも、幼學年に於て、かゝる教法をこるは、教法上に於ける、不合理體育であると言はねばならぬ。之余が教法研究に當り、競技、遊技、リズムカル運動を採用し、體育上の多覺的方法を



とる所以である。

#### 七、境遇の整理と體育

之に最も必要なるものは、器械器具の設備の完全なることである。教師側より言へば、器械器具の不完備により、意の如き教法の實現されざる場合がある。之に反し、器械器具其他、運動場の整然たる場合又は、體育館の建設、身體検査表に至るまで、完備する時は、彼等に運動に關する好奇心を惹起し、終に、之れが教授に於る動機となる。而して彼等に、體育的心の持主とするが如きはかの圖書教室の完備、及、修身教室の清潔及整頓の必要なること等と同一である。實に動機は、之の境遇の整理と密接の關係を、有するものなるが故大いに注意するを要す。學習動機は、それ自覺的活動の第一歩である。

#### 八、自由と體育

現代體育に於て、最も尊重すべきものは、個性と言ふことである。個性を没

却せる體育は價值なきものである。而して彼等の自由活動の中にて、最も彼等の個性を知るの機會多しとなすものである。この自由なきところに、人間の自發的活動なし。拘束的なるところに、自發的活動なきは明である。從來體操教授と言へば皆、意志的拘束的運動をもつて過半を占め、彼等の自由活動を尊重することなし。自由活動の最も含有さるべき、遊技教材の如きも、時間の終りに單に附加物とされたる觀がある。かゝる教法は、餘程自覺あるものに課すべきものにして、到底其の發達の中途にある兒童に、採用すべき教法ではない。余はダンスの理論に於て、美的感情の存するところその生活も、美化されることを言つた。學校生活に於て、高學年に進むに従ひ、實際彼等の精神的負擔は、過重である、特に中等學校以上に於て然りとなす。彼等の自由の天地は學校生活に於て何處にあるか、此點より考察するとき、一時間の體操科の授業時間と言ふものは、彼等のため又學校教育上特に、訓練等の方面より、重大なる使命を

有するものと言はねばならぬ。實際彼等の感情は荒み且つ、壓迫的である。之れを發散せしむるものは、體操教師の任務である。而して彼等の感情を満足せしむる時、如何にそれが學校訓練をして、良好ならしむるを得るか、その反對なる時、如何に惡結果を、學校訓練上、惹起せらるゝやは、明かに推知することが出来る。於此彼等の壓迫されつゝある感情を、發散せしめ以て彼等に、一大の慰安を與ふる等の考へも、體操教授法中に考慮するの必要を見る。之余が可成、彼等に自由を與へ、又興味ある心理的教材を、從來より以上に重視する所以である。而して反對論者は言ふならん、體育は之體育にして、被教育者の慰安にあらずと。彼等の身心を、合理的に向上せしむる、重要な學科なりと。即ち體育教授は、彼等の娛樂物にあらずと。而して淺薄なる考のみ。即ち從來教法の缺陷に注目せざるものである。

### 九、興味と自發活動及體育

興味なきところに、自發活動なし。興味は變化を要す。興味あるところに、快情存す、興味快情の缺乏は、從來教法の缺陷である。故に之の二大項目に着眼して、今一層教法を研究したならば、尙體育の合理的効果を、増大することが出来る。而して體育をして、興味化するに當り、最も注意を要することは、體育をして、所謂興味的となさざること、換言すれば、面白半分と言ふが如き、體育となさざることである。其の教法は勿論、心理、解剖、生理、教育的に批評して、少しも欲點なき教法でなければならぬ。而して、其の興味的な快的な教法は、眞の自覺的體育にまで指導する一階程と言はねばならぬ。堅實の、グリークの體育を繼承せる、ローマ體育を見よ、ローマはかれ程、理想的にして、堅實的體育を受けたるにかゝはらず、所謂、面白半分の體育と化し、神聖なるグリーク體育を、人類獸類の爭鬪と化し、尙飲酒と化し、道德は廢退し、彼國の悲運に至つたのではないか、それ故に吾人は或は體育の方法に習熟し、且亦

教材の配合及、選擇を合理的に思考し、從來の體操教授より一層興味ある、變化ある、合理的價値を、發揮すべき教法の案出し、腐心せねばならぬ、然るときは自然的に、彼等の自發的活動は期せずして待つべきである。

#### 一〇、本能と體育

本能的運動は、快情の發動となり、且亦、自發的と言ふことは、既に明らかなることである。從來教授法の缺陷を償はんとせば本能的教材の利用の如何にありと言つてよい。

#### 一一、創作と自發活動

あまり體育に關係なきを以て省略する

#### 一二、結

自發的活動は上述の如く、先天的のものであるが、之が發動する方向は、右述べた通りである。故に吾々は教授の理想は、自學自習の習慣の養成、換言す

れば學習態度の樹立、即ち自發的活動である、故に體育に於ても、自發心の活動する標的、即ち興味、自由等上に述べた様な場合を根據として、教法の研究をなすの必要を見る。而して自發活動は、自覺の場合、及、無意識の場合とがある。幼學年に於ては、無意識的なるを要求すべく、體操教授の理想は、自覺的自發活動にあらねばならぬ。尙體育の理想は、各人の信念であると言へる。幼學年に於ける、無意識的の自發活動は自覺的、自發活動の境涯に到達する一の階段と見て差支ない。

#### 第三節 余の教法の二主義。

##### 一、幼學年及女子高學年に關する主義。

身心共に、發達充分ならず、且つ、自然的な、家庭生活より、意識的な、教育に移る、過渡期、即ち、尋常一年二年の如き幼學年に於ては、教育上最も注意を要することである。體育に於ても、眞の自覺的な、自發活動を要求するこ

とは勿論不可能であるばかりでなく、拘束的な、體操教練の實施をも不可なりと信するものである。故に余はかゝる時代に於ける體育は、拘束的な、鍛練的の教材を採用することには賛成は出來ぬ。彼等の心理を理解し、之に適應せる教材を配當し、彼等に相應しい、教法を用ひねばならぬ。此の時代、拘束的の教材の不可なると同様に、この期の體育の教授法は自由を根本とせねばならぬ。興味を根本とせねばならぬ。之には、リズムカル運動中の、簡単な、ダンス、表情、兒謡踊の様な教材がよい。而し全々、拘束的な、體操、教練を除去するものではない。律的教材を主として、之に人為的の體育の着色をなすにて充分で、段々と、人為的拘束的の運動に慣れしむるの必要がある。故に、教練の如きも、教練として課するのではなくして、遊技を通じた教練の實績を少しづつ、收めることが肝要である。概括すれば此の期は、いまだ未熟の状態であるから體操教授に於ては、遊戯的な教材を主とし、自由と興味を根本とする教授法で

なくてはならぬと、言ふのである。かゝる教法は女子高學年、即ち、性的に運動障害、の時期に適用さるべきものである。今その理由を述べることにする。女子高學年と言ふと尋常六年の初め頃から言ふのであつて、體育上、性的の差別を附する時代からである。此の期より、女子は男子に比して、特別な發達を、心身兩方面に於て見るものである。一般にその精神作用は向上して、概念構成作用自由となり、理性の支配期となるのであるが特に合理的の記憶に長ずるに至るものである。而して精神作用は抽象的となり、反省作用の初期となつてゐる。身體的には、十三歳頃より、男子は身長の激増時であるが、女子は、十一歳頃より、十五歳位までに乳房の發達を來し、胸部は肥大する。そして身長に於て、體重に於て、十二三歳頃の女子は、男子を凌駕するものである。而し、十四歳、即ち、女學校一年位になると、骨盤の發達を來し、皮下脂肪組織は増加し、且つ、筋肉の發達の割合に、循環器の發達が平衡しないのである。加ふ

るに、年を加ふると共に、内生殖器は發達して、月經時等には特に、その部に、充血して、その重量を増加する。故に身體の重心は下行し最も運動に不適切な時代となるものである。かゝる身體的狀態となるに従ひ、精神上に於ても、不定の動搖を來し、感情は高潮し、總てのことが、感情的となるものである。この十四、十五位となると、男女共に、一定の理想を構成するものであるが、その理想の建設たるや、理性の支配のもとに、構成されたものではなくして、感情的支配のもとに建設されたものであるから、實にその理想たるや、感情の動搖のまにまに動搖し、不定のものである。此の期を以て教育の危機、と言つたのは至當なことである。この期に於ける教育の如何は、彼等の一生を左右するものであるから最も慎重な注意を以てのぞまねばならぬ。又體育上に於ても、此の期の體育を以て、最も困難なものだと思ふのである。體育教授、及、教法に、性的の差別の生ずるは、尋常五年の後半期頃よりと思つてよい。故に體育

を論ずるにしても、男子は男子として、女子は女子として論究せねばならぬ。右の如き状態であるから、身體的に言つても、精神的に言つても、此の期の女子が、合理的な、拘束的、意思的な、鍛練的な教材を、棄避するのは最もなことである。又女子は先天的に運動上に於ける、缺陷を、生理的、解剖的に具有するがこの性的に向上する、此の時代に於て、最もその缺陷が現はれるものである。それ故本期の體育は、男子のそれと、大に趣を異にせねばならぬ。教材に於て、又、教法に於て然りである。余は此の時代の教法として、自由活動を重んじ、教材としては本能的教材中、リズムカル、運動の適用を重んずるものである。而して、底學年の様に、遊戯の如き、本能的教材を主として、體操を副とするの主義ではなくて、體操を中心教材とするも、一般的に、自由的な、本能教材を多く採用することを必要とすと言ふにすぎないのである。

## 二、高學年男子に關する主義。

底學年の教法は、専ら、彼等の自然性に立脚して、なされるべきものであるが、教育は彼等の自然のまどになされるべきものでもない。教育には一定の目的がある。その目的に向つてなされるべきものである。或時は彼等の自由を、拘束して、規律的訓練をなすの必要もあらふし、或時は鍛練的の運動を課す場合もある。教育は、彼等の自然そのものを助長するばかりのものでもない。その自然に立脚せる體育は、體育の目的を達成するに理想的な、人為的のものに進まねばならぬ。人為的體育を以て、體育の目的を達せんとするには、彼教育者の努力、及、自覺を必要とすることは前にのべた。それであるから、體育の眞の目的を達するに、彼等の自由活動、自由を主とする教法、のみにては不可能である。特に高學年男子と言ふものは、身心共にこの人為的の體育を實施されるに最も適合してゐる時代であるからその教法も、強いて、自由活動、自由的の教法のみを採用する必要はない。而して、知識の進歩に従つて、眞の自覺的、體育にま

で導かねばならぬ。

#### 第四節 從來教授法の改善に關する意見

從來の教法に、心理的の缺陷の存することは、屢、之を述べた。又人も感じ、經驗もあるところである。故に、體操を主とする教法の中、跳躍運動に、競技を加味し、或は、ダンス、を加味してゐるものもある、實況を現出してゐる。勿論、簡単な競技、競争遊技、ダンス、表情遊戯の様なもの、その方法にて可ならんも、總ての教材にかゝる教法を用ゆると言ふことは、理論上誤つてゐる。此處にある方法を案出せねばならぬ。この教法を案出するそのそのものが、體育全般に、興味の附加となり、無味乾燥にして、しかも實施に於て持続力なき、體育をして、改善することを得るものであることを確信するものである。體育をして、今少し興味を興へ、而して、被教育者の自發的活動を、ひきおこすことが現今體育研究の一大問題である。之余が、教法研究に先だち、自發心

について詳述した理由である。その自發活動の存在するところは、自由、本能、活動そのもの満足、知的慾求、興味の存するところである。それであるから、吾々は、之を根據として、興味あり、快味ある、教法を研究して、以て、被教育者の活動をして自發的ならしめ、尙知的に向上するに順ひ、自覺的活動にまで指導するの必要がある。教授法の理想は被教育者の自覺的活動の状態であるが、被教育者の過半には之を要求することの出来ない状態であるから、吾々は、漸進的にその境界まで到達する覺悟がなくてはならぬ。さて余はこの理想を少くとも實現するために、教材としては、從來の時間の衝突、體操萬能によつて、輕視されてゐた、本能的教材（競技、ダンス、表情遊戲、童踊、競争遊技）の採用を重視せんとするものである。本教材は最も、自由的にして、興味あり、又活動そのものに關する快感を惹起せしむるに、適材たることは、其の特質に於て述べた通りである。而して、本教材を、時間的にも又、分量的にも從來よ

り多く採用し、以て、體操教材との合理的、連絡、結合を、はかつたならば、自發的な、快ある、興味的な體育として、少しにても改造することが出来るもので、從來教法の心理的缺陷を救済することを得るものである。換言すれば、體育上、多覺的方法を應用するにあるので、之は、從來の教法は千篇一律にして、一定の形式である、體操の實施であつた。それ故興味もなく、快なる教法でなかつたのであるから、吾々の、體育科の教授は今一層心理の法則に従ひ、或は、人間の本能を利用し、各教材の連絡、結合を工夫して、變化を附與し、興味ある教法とする一の方法に過ぎない。即ち、多くの感覺を利用して（視覺、聽覺が重なるもの）、刺激を中樞に傳へる方法で、徒手體操中、行進の場合に音曲を用ひ、喇叭を吹奏し、又は、歌ひ乍ら行進せしむるが如きは之である。そこで、余はこの本能的の教材中、リズムミカル運動及、競技を採用せんとするものである。かの輕體操（ワランズ、棍棒、半輪等）の様なもの、現今體育の教

材としては、あまりに、價值なきものとして、放棄されつゝあるも、體育上、一の心理的缺陷の補充、と言ふ意味よりすれば、いまだ生命あるべきもので、要は指導者の適用如何にあるものである。既に述べた様に、從來教法は心理的の缺陷を有し、且つ時間的に、又、教材の本質的に衝突がある。之を救済せんとして、本質的に異なる教材を、體操を主とする教授中に挿入して、その目的を達せんとすることは、その要求のあまりに大なるを見る。之余が各教材の連絡結合を研究し、以て、第四章に於ける、教法を提出した理由である。之とても理想的とは言へぬ、幾多、實際に於て、理論に於て不備なる點あるを信ず。元より讀者の、研究の一參考として發表したるに過ぎないものである。

#### 第四章 教授法の本論

##### 第一節 余の教法研究に關する意見の總括

余は從來の體操教授は拘束的にして、興味に乏しきことを述べた。實際教程の過半どころか、その大部分は規律的な體操教材である。その全身的運動の場合、少し位の遊技を加味してはあるが、之とても、時間の配合上、充分活用することが出來ず、遊技そのものゝ價值を發揮することにかけてゐた。之を實際に調するに、世の體育家皆、體操は無味乾燥にして、興味なきものと思ひ、一時流行的氣分によつて、旺盛になつた體操熱も寒めて來た。之、從來の教法そのものに、幾多の缺陷の存することを證明するのである。地方體育の實況を見よ。助木は腐れ、鐵棒は錆びてゐる。之興味なき、心理上の大缺陷ある、體操教授の不徹底、及、持續力のなきことを物語つてゐる。かゝる缺點の存在することを知り乍ら、之を改善するの愚なる意見の一にても見當らないのは現今の状態で、或方面より言ふと、體育家自身のその職に對する、不眞面目なるものと言はねばならぬ。さて之を改善し、一步にても、この難所より救ひ出さん



がために、余は最初の研究として、教材の特質缺陷を吟味し、第二として、教授の理想は、自發的、自覺的と言ふことをのべ、この理想を實現すべく、各教材の、連絡補正をはかり、以て、一步にても、進歩した教授法を案出して見たい考である。而し、こゝに最も注意して反省を要することは、從來の教法と、案出した教法との、運動量、及、訓練的の價値に就てであるが、余の教法を一見する時、如何にも運動量に於て、又、其他、身體的の價値について、劣つてゐる様に考へられるが、之とても一考を要すべきことと思ふ。教材の體育的價値は、教材そのもの身體的價値の優劣によつて、決定すべきものではなく、之を被教育者に實施して、生ずる、身體的効果、と心理的効果の、總和によつて決定さるべきものである。體操は身體的の價値は大ならんも、心理的の價値がリズムカル教材よりも優つてゐるとは言へない。又、リズムカル教材の、身體的價値は體操體操教材よりも劣つてゐるものと言はねばならぬ。故に、余は一

教材を以て、體育の目的を達成することの不可能なるを知る。此に各教材の連絡補正の料理が必要な理由である。連絡補正して案出したる余の教法は、拘束的にして、持續力なき從來の教法より以上、身體的は勿論、心理的にも、從來教法に見ざる唯一の特徴であることを自信するものである。

## 第二節 余の教法の三方面

### 一、體操を主とする教法

從來教法は、體操を主とし、其附屬物として、教練及簡單な遊技を配當してある體育教材中、如何にしてもその權威は體操でなくてはならぬ。體操を無視した教法は何等とるところなきものであることは深く注意を要すべき問題である。之は教材の特質の部に於て述べた通りである。從來の教法は、身體を科學的に合理的に、意識的に訓練すると言ふ點に於ては、理想的であるが、興味なく、拘束的で、運動の心理的効果を發揚する教法ではない。而し體育は面白く行ふ

と言ふのが、その主義ではない。必要なものは、面白くなくても實施せねばならぬが、實際的には、幼稚な兒童及、高學年の女子等にはかゝる教法は歓迎されぬ。それ故、之を適用すべきところには適用し、加減を要するところには、加減するの必要がある。従來の教法には、かゝる缺陷があるが、どうしても、體育の主幹である、余は之を體操中心主義の教法と言ふのであるが、その教材の主なるものは體操、教練、簡單なる遊技である。

## 二、本能的教材を主とする教法

本能的教材と言ふけれども、簡單な、競走遊技、ダンス、表情、の様なもの、體操中心教授の、全身運動に代用することが出来るから、こゝに本能的教材を主とする教法と言ふのは、競技、及、複雑な競争遊技、ダンス、表情遊技を指すものである。本教材は、その本質上から言つても、體操と異なるし、之を教授する趣が又異なるばかりでなく、體操中心主義の教授中に挿入して不都

合を感ずることは、前にのべた通りである。それであるから、余は、かゝる教材を一團として、特別な、教法を用ひ、かゝる理論上の不合理、及、實際上の衝突を除かんとするものである。而し、本能的教材中に於て、競技、競争遊技を一團とするものと、リズムカル運動を一團とする教法をとるものである。この教法は、その排列に注意する時は、従來の教法の心理的缺陷を償ひ、又、幼學年、及、高學年の女子體育に便宜を與ふるものにして、且亦、體育一般に、興味の附與となるものである。

## 第三節 教授法に關する根本原則

教程は、通常、準備運動、中の運動、整理運動の三部に分れる。之には、生理上、心理心、解剖上の根底を有するものであるから一應説明することにする。

### 一、準備運動(Introductory exercise) (Warming up)

是は、知的教科の、豫備の段である。急激なる變化は、破壊を意味する。一

定の仕事をなさんとすればその準備と言ふものが大切である。吾人が、人爲的に、身體を修練せんとするには、特別の準備を必要とする。之、體操教授に於いて準備運動の必要なる理由である。之には、生理上、解剖上、心理上の理由の存することである。

(1) 心理的の根據。

兒童に體操教授をなす時、彼等の注意は散漫してゐる。それで、教授に移る前に、この體操教授に移ると言ふ注意力を、喚起するの必要がある。教練を準備運動中に加味してゐるのはその理由である。そして、教師は彼等に身心修練ごとと言ふ眞面目なる仕事に移ると言ふ、注意力と、態度とを作ることが大切である。然るに吾人が、意思的な仕事をなす場合に於ける、心身の態度と、情的な仕事、情的な訓練をなす場合に於ける、心身の態度とは異なるものである。例へば一時間體操を中心に教授せんとする場と、中に複雑な、表情遊戯を挿入

せんとする場合に於ては、被教育者に要求する態度は同一なものではない。之、教材の本質によつて、教調の異なる理由である。故に余は考ふ。準備運動の心理的方面に於ける考察には二方面の存在することを知る。之、一般的注意力の喚起と、本時間の主要教材に對する特別な學習態度の喚起である。他は生理的の根據であつて、急激の生理的變化は内臓器官等に障害を與えるから、順々として、生理作用を旺盛ならしめるにある。が、注意力の喚起、生理上の準備を附與するに當つて、最も注意すべきものは、多くの精神力を要する、困難な教材を準備運動に採用せぬことである。反射的に作用する、上肢、腦の血液循環を計る頭、自働運動である下肢の運動を採用してゐることは、最も理論的と言はねばならぬ。之準備運動に包含する解剖上の根據である。

(2) 主運動(General exercise)

之は知的教授に於ける、教授の段であるが、最早彼等は、運動に適切なる心

身の状態となつてゐるから、この主運動に於て極力彼等の身心を訓練するの必要がある。而して一段一段と困難なる教材に進むのではなくして、運動量の異なるもの、小なるもの、及、靜的な教材、動的な教材、全身的、部分的な教材を適當に排列して、心理上の變化を利用し、且亦、解剖上の變化も附與してある。體操を主とする教授中にも、かゝる變化を附與してあることを根據にして、余の教法研究に反問するならば、かゝる小なる變化は、日々反復することによつて、消滅し、心理上の興味喚起については、あまりに根據とならざることを答ふるのみ。吾人日々の經驗に於て又然りである。

(ハ) 終りの運動(Cooling down.) (Final exercise.)

是は、知的教授に於ける、整理の段である、つまり、只今まで、亢進してゐる、身心状態を平靜に導くと言ふのである。特に注意すべきは、實施に於て、主運動に熱中したる反面、この整理を等閑に附するものがあるが、之は最も注

意して行はねばならぬ。特に余の、競技中心教授、及、競争遊技を中心とする場合に於ては、最も周到な注意を要するものである、後章にのべる。

(ニ) 右の三の階段に存在する

原則はいかなる教法を案出するも、不變の原則であつて余の教法の各種にも一貫せるものであることを注意しておく。

第四節 各教法の説明

一、體操を中心とする教授法の説明

イ、教 調

體操を中心とする教法は前述の通り體操教練及特に簡單なる競争遊技「表情、ダンスを採用するものにして、從來の教法と同一なる教法である。この教法の他の教法に比較して、特色とするところは、身體を合理的に訓練すること

の可能なる點にある。而して拘束的な體操教材を主とするから、従つて彼等の意志を積極的に訓練して、意思の強固なるを練り且つ規律的の訓練をなすに適切なものである。故に本教法の教調は規律的にして努力的事であること以一貫するのである。元來我等は本能的のものに快感を覺えたり、又、自由なものに快感と興味を惹起するばかりでなく、努力的拘束的なことにも快感を生ずるもので之には教師の人格と徹底的な指導にまたねばならぬ。即ち熱誠を以て一貫すべきことである。かゝる時は被教育者は指揮者の熱誠に導かれ、拘束的、規律的の仕事を遂行するの努力を生じ、且つ又之を遂行したる時、努力の後をかへり見て一大の生氣ある、快感、即努力の感を生ずるものである。

この努力の感を生せしむることが、本教法に於て最も大切なところである。即ち本教法に努力すればする程他のリズムミカル教材、競技を主とする教法も尙一層の興味的の教法となるもので、相互に聯絡あるべきものである。かく本教

法は、拘束的、努力的の教材を以て、身體を修練せしめ心理的には一の努力の感を以て、満足する様な指導をするにあるから、その教材としても、體操教練を採用した理由である。而して本教授法が、現今如何に適用されてゐるかの、實狀を観察して見たい。かゝる意思的な教法であるから、之を日々反覆することは余程自覺ある人にも、困難なことである故にこの教法のみを採用してゐる現代に於ては、いかにも持続力に乏しい。之は自然である。それ故實際教授にあつても一通の運動は實施するが、この教法に於て要求する規律的の訓練等は全々駄目な状態である。之余の提供する教法がこの體育教材中最も大切な體操中心の教法に努力すればする程、他の心理的教材を中心とする教法と調和して體育上一大變化を生じ體育の實際をして今少し興味的に、持続力あるものとする事が出来ると考ふるものである。免角本教授法の教調は、汗ある教法、努力的の教法、規律的の教法、而してそれが徹底的の教法でなくてはいかぬ。

その努力するそのものが本教法の生命であり、余の教法提出の任務である。所謂體操を生かせとは、余の教法全體を一貫せる思想であると言ふことは前に述べた通りである。

ロ、體操中心教法の教程

- A、準備運動 (Warming up)
- 下肢 (Leg exercise)
- 頭 (Head exercise)
- 上肢 (An arm exercise)
- B、中の運動 (General exercise)
- 胸 (Arch flexion)
- 懸垂 (Heaving exercise)

- 平均 (Balancing exercise)
- 脊 (Dorsal exercise)
- 軀幹 (Lateral exercise)
- 腹 (Abdominal exercise)
- 跳躍或は簡單なる表情ダンス律動 (Leaping exercise Pnyhysical exercise)
- C、終の運動 (Final exercise)
- 下肢
- 呼吸 (Breathing exercise)

ハ、本教法の適用上の注意

- A、意思的、規律的訓練及合理的に身體を修練することに努力し心理的には特に彼等に努力の快感を覚えしむること
- B、本教授に挿入する遊技教材は簡單なるものを選択すること、余は律動遊技、

ポップ類を含み、快活なる曲と調和するダンス及ルールの簡單なる競争遊技特にボール、ゲームを採用す。

## 二、複雑なるリズムミカル教材を生とする教法

### イ、教調

體操を中心とする教法は體育の最大權威である。而して之を日々反復する時は、無興味なものとなつて持續力がない。又一方面には現代の體育教材の中には従來の教法通り實施する時はその活用の場所がない。又活用したとしても、充分教材そのもの、眞價を發揮することは困難であるばかりでなく、其他理論上及服裝の關係等によつて不可能な點を發見することは前にのべた、複雑なりズミカル運動は到底體操を主とす教法中に挿入することはいかなる點より見るも不合理と言はねばならぬ、故に余は複雑な本教材を一團とした教法を提供するものである、然るときは吾人が現代體育上、諸種の疑問點あるところを解決

し且つ、體育をして一層愉快にしてしかも従來體育よりも教育的にして、しかも價値の多いものとなすことが出来ると思ふのである。而して余がこの教法を提供した理由と言ふものは、右の外體操中心の教授の心理的缺陷を補ひ、且亦持續あるものとしたい考へに出たものである、例へば一週三時間の授業ありと假定して、第一時は體操中心を用ひ第二時目に遊戯中心の教法をとり、第三時には體操中心を採用し、次週に於ては第一時目を競技中心をとり第二時目體操中心を採用し、第三時目に遊技中心をとるが如く反復したならば、彼教育者はその變化に興味を感じるであらう。而して彼等は自然、體育そのものに興味を感じ意思的な拘束的な、體操中心にも努力する様になる。かく體操を生かす點に於て、本教授法の使命はあるもので、遊技中心の教授目的は之より收得する直接的の目的のみならず體操を生かすと云ふ點にあるもので、指導者はよくその點に注意せねばならぬ。而して之より本教材はリズムを本質とするもので

あるから、意思的な、訓練的な體操を主とする教法とは本質的に差異あるもので、その教調を異にするものである。本教授の教調を概括的に言つたならば、體操が主意的の教調なるものに反して情を根本とする教調である。各運動を美的に取扱ふ必要がある。換言すれば本教材が包含する感情及動作に融合する教法をとらねばならぬ。たとへば行進運動にせよ、歩兵操典に要求してある歩法をとることはいかぬ。それ故かゝる場合には、曲に合せて軟らかな歩法をさせる必要がある。總て該時間に配當された教材の包含する、感情に融合的な教法を用ひ、而して本教材の眞の價値を發揮するの必要がある。

## ロ、本教法の説明

## A、準備運動

體操中心の教法が意を中心とするに反して本教法は情を主とするものであるから準備運動もこの主要教材の包含する感情を通して身體を修練するの覺悟

がなくてはならぬ、その準備運動中に採用する教材もその取扱をこの教調に順應せしむることが大切で、而して、本教材に對する特殊の學習態度を樹立せねばならぬ。それ故歩法演習も、音樂的に實施するの必要もあるし、又上肢の運動も、ダンス式に教授するの必要がある。結極、準備運動も審美的に指導するの必要がある。之體操中心主義の教法の準備運動と最も差異ある所である。故に余は該教授の場合に於ける準備運動には、教練の如き、意的の教材を採用せず、情的、審美的なる、ダンスと連絡するものである即ち、ダンス的の準備運動にて充分で且亦本時間の主要教材と連絡あるものでなくてはいかぬ。

## B、主運動

主運動に配當された時間の大半は該時間配當された、情的教材の教授である。體操を中心とする教授に於ては時間の都合上複雑な教材は到底實施されぬか



ら簡單な情的教材（リズムミカル教材）は體操中心教法に採用し、審美的な複雑な教材は本教授に採用し、多くの時間をとつてこの教材に對する快味を感ぜしめるがよい。而してこゝに最も吾人が注意を要することは情的教材は一般的に局部的の訓練と、矯正的の價値に乏しい、人間は只現在の身心の状態をそのまゝ向上せしむるのみにては駄目である、身體上、不正な姿勢等は充分矯正して改善しなければならぬが、情的教材にはこの特徴がない。又人間生活として最も緊要なる身體の部分は常にその部分に最も合理的な教材を以て訓練せねばならぬ、女子の一生涯を見て體育的重要なる身體の部分は腹及胸等であるが、かゝる部位の訓練と言ふものは日々怠つてはいかぬ、それで情的教材を主とする教法に於てもこの重要な教材の實施と言ふことは等閑に附すべきものではない。然らば如何なる部分に於て課すか問題であるが之は教授の原則によつて決定すべきである。余は準備運動より、本時の目的と

する教材に移る中間に挿入すべきものと思ふ。而して、情的教材を主とする教法であるから結極、情的教材を重視し、この矯正的教材及重要な運動の實施は徒手の簡單なるものにて可なりと信するものである。情的教材の本質として律即曲と身體の動作と、感情の融合した時この教材に對する快感を生じ且つその目的を達せられるものであるから、十分の時間と指導を以て彼等に、本教材の眞の快味を味はしめねばならぬ。

#### C、終りの運動

本時間、情的教材によつて陥つた缺陷を補充し、且つ身心を平靜に服する點が終りの運動の任務である。

#### D、リズムミカル運動教授上の注意

##### 1、彼教育者の現在の状態に適應せよ

總て教育的動作は、教育の客體の精神、及身體の發達状態に、適應せねばな

らぬ。この状態を知悉して、之に適應せる教材を選択し、配列し、時に望み機に應じ、熟練とそして、注意周到なる教法あつて、其の結果を良好ならしむることが出来るので、教育の根本的事實を離れたる、教育的動作は、眞に無價値なものと云つてよい。獨に表情ダンスの如きは、體育的直接の効果のみならず、其の本質は、感情を骨子とするもので、體操競技の如く、單なる意志的筋肉運動に止まらない、その肉體的の運動は、内界に湧發したる感情と合し、彼等をして、或は想像界の人たらしめ、或は彼等に藝術的の萌芽を啓培し、之等の總合的結果は、彼等の思想感情を、純潔、高尚温雅ならしめ且つ又彼等の生活を美化する等、重大の價値を有するもので、體育教材中、最も心理的意義を有し、之等の教法に於て、心理的に立脚せざれば、到底體育の教材として、存立を認めることは出来ないであらう。而して之が適用如何にありては、却つて體育價値を、没却するものとなるものである。ダンス

は女子専用のものなりとし、月經時に於る女子に多くの跳躍的教材を採用し思考作用不充分にして、その觀念界も豊富ならざる兒童に、順序複雑にして長々しき教材を課するが如きは、實に遊戯の爲の遊戯にして、體育的價値を没却せる、即ち教育の根本的事實を脱却せる、輕卒なる一つの動作と言はねばならぬ。故に吾人は、教育の各期に於る、被教育者の身心の状態を考察し兒童現在の状態を明らかにし、自信あり而かも強固なる、教育的見識を以て望まねばならぬ。所謂ルソーが「汝先ず汝の取扱ふ兒童を知れ、汝はたしかに彼等を知らざるものなりと、」ニミールの書頭に題したる言は、吾人の最も味ふべき事である。

## 2、易より難に及べ

易より難、簡より繁、既知より未知、とは教授法の要語である、表情ダンスの教法に於ては、特に之に則る必要を見る、教材の難易を決定する標準は、

多くあるが先づ次の通りである。

歩法の難易はいかに。

手脚連合運動の難易

該教材の包含する思想感情の程度

音曲の程度及調子

### 3、音楽及動作感情の融合

(Music and Feeling and Movement) の融合、と言ふことはリズムミカル運動教授上の主要條件である、元來ダンス表情遊戯は、内界に存在する情緒の表現である、之の情緒をして、最も純に最も汚れ氣のないものとして表現せしめる、最高度の聴覺的の刺激は、音楽である。故にこの音楽動作及情緒は、ダンス表情遊戯の主要性と言つてよい、内界に湧き出る情緒が自然的に肉體的動作として表現し、妙なる音曲と融合するとき、はじめてダンスの眞價を

發揮するものである。例えば、美しき天然の教授法に於て「夏の暑い日縁垂る小蔭に腰をおろし高く數十丈の高峰より、峨々たる巖角に碎けて、落つる瀧を眺める、其の滔々たる音は、宇宙に響き、大きくうねつた律となつて流れ、其の音のリズムは、青々と漲る灌壺の波の様に、空に囀る鳥の聲は、之の宇宙的な偉大なるリズムに調和する、この状態におかれたる我々の内界には、ある靈的な壯嚴なる情緒は湧き出るのである。その瞬間我は我を忘れて、この雄大なるリズムの中にまきこまれる。我々の肉體はそのリズムのまにまに動くのである。この動作こそ、眞の情緒の表現として最も純にして、最も崇高なものではあるまいか、是該教材教授上の理想である。故にダンス表情遊戯教授上に於ては先ず、曲の如何なるものなるやを探究し、更に歌詩の内容を探り、之れに依つて起る純高なる情緒を、肉體的動作として表現せしむることが、肝要である。

4、本教材は季節に適合することが他の教材よりも大切である。

5、教材の人格化

教材は總て人格化するの必要を見るものなれども、本教材に於て最も其の必要を見る教師は先づ、歌曲の内的感情を味ひ、之に調和する動作を研究し、或は該教材を地方化し、兒童化し、且亦、いかなる體育的使命教育的價值ありやを自確し、以て自己の所有となし、之れを彼等に傳授せねばならぬ。即ち教材そのものを、人格化するの大切なることを感せねばならぬ。この時始めて、眞の教法も生れ出るものである。特にかゝる教材にありて、教材が人格化されざる時は、返つて兒童訓育を破壊し、且亦、體育教師の人格問題となることを經驗するものである。

三、競技及複雑なる競争遊技を中心とする教法

(イ) 教 調

競技及競争遊技は、人間の本能に立脚した教材で、被教育者の最も好愛するところのものである。體操は主意的であり、リズムカル教材は、審美的、情的の教材であるのに反して、競技及競争遊技の特質とするところは、活動的、自由的である。又體操、及遊戯は重に團體的教授であるが、競技は個人的の場合が多い。自發的、活動的の教材であるから、之を主とする教法の教調と言ふものも、亦異なるものである、而し競技を主とする場合と、競争遊技を主とする場合の教法は、略一致してゐるから、ここには競技を主とする場合の教授法について述べておく。

(ロ) 教法の説明

A、準備運動

競技のみならず、リズムカル教材を主とする教法に於ても、この準備運動にあつて、二つの着眼點がある。その一は、一般的の誘導と言ふことである。

その一は、本時配當された教材に對する特殊の準備運動である。例へば本時間、砲丸の教材が配當されたと假定したならば、彼等の身心を、運動に適應せしむると言ふ一般的の準備と、砲丸へ要する特殊の準備運動の實施と言ふことである。この特殊の準備運動は、單に身體上の準備に止まらずして、彼等に本時間競技を練習せんとの心理状態を起さしめ、而して彼等に競技に對する身心の對度を喚起することが大切である。この氣分の養成と云ふことが教授上、最も大切なことであつて、之が教授上最も重要視される學習態度の樹立と言ふことである。この態度は教授上の一大着眼點でなくてはならぬ。

### B、主運動

之は本時配當された競技の教材に、充分の時間をとつて、練習せしむるがよい。而して、リズムミカル教材を中心とした教法の説明にも言つたと同様に、

C、終りの運動

競技は矯正の教材でなく、且つ時としては、不正なる姿勢に陥る様なこともある。それ故この矯正の教材、及重要な身體の局部は、特に訓練するの必要がある。その實施法及教程に於る排列は、リズムミカル中心教授に於て述べた通りである。

前教法と同様であるが、特に競技實施中に於て陥つた非體育的の部分を矯正し然る後、一般正常な状態に復せしめておかねばならぬ。それ故、この矯正法としての教材は、本時の主要教材を考へて、選擇するの必要がある。

### 第五節 本教授法の特徴

本教法は三方面に分たる。而して之を適當に配當する時は、次の様な特徴をもつてゐる。

一、複雑なる教材（競技及リズムミカル教材の）時間的衝突を除去する。

二、本能的教材を多く採用するを以て、體育一般に變化と興味を興ふ。  
三、本能的教材を多く採用するから、彼等の自由活動を多く、且つ個性觀察に便である。

四、各教材より來る教材の本質的の衝突をなすことなし。

五、從來の體操中心主義の教授は益々徹底的となり、鍛鍊、拘束そのものが他の教法と關連して、體育上變化興味の附與の原因となる。

#### 第六節 教授法の一般的注意

##### 一、時間配當に就て

余は教法を如上の三方面に分類したが、最も體育的に教育的に重要視せねばならぬのは、體操を主とする教授時間でなくてはならぬ。その理由は、吾人學校體育と言ふことを見て、その運動量より觀察し、或は合理的に身體各部を均齊的に向上せしむるに、最も良教材と言ふ點より觀察し、到底他の教材

に比較すべきものがないからである。又教育と言ふ目的より見て體育は體育として、それ獨特の目的がある。而して教育は全然個人を主として行ふべきものなれども、教育の目的遂行の爲めには、或る部分は犠牲とせなければならぬ。例え兒童は、自由に教育すべしとするも、他に社會團體のために規律的の訓練の必要もある。特に現代は、國家的の要求として、又一般教育思潮として、この意志の訓練の必要を認める様になつて來た。所謂主意主義の教育である。而してこの思潮より考察して、規律的な體操を主とする教法は、實に好適材たる資格を失はぬもので、この點に關しては、他の教法と比較することの出來ない特色を有すると言はねばならぬ。又人間は現在に於る、身體をそのまゝ向上發達せしむるのみならず、人間は先天的に、不正なる姿勢の持主として、生出することもある故に、之等の缺點は矯正し、以て其の體格の善美を得ねばならぬ。以上の理由によつて、この體操を主とする教授法

は、最も重要なものであるから、其の時間の配當にも、最も多くの時間を配當するの必要がある。故に余の時間配當に關する意見は次の通である、一週四時間の體操時間なりとせば、

- 第一時目 體操を主とする教授法
- 第二時目 遊技を主とする教授
- 第三時目 體操を主とする教授法
- 第四時目 競技を主とする教授法

若し一週三時間とする場合に於ては、

- 第一週目
- 第一日目 體操を主とするもの
- 第二日目 遊技を主とするもの
- 第三日目 體操を主とするもの

## 第二週目

- 第一日目 競技を主とするもの
- 第二日目 體操を主とするもの
- 第三日目 遊技を主とするもの

二、體操を主とする教授法に於る注意  
徹底的に訓練的に實施すること

從來の體操教授法は日日同様のことを、反復するにより、興味なく快なし、故に教育者も被教育者も、之を繼續的に努力することなく、一通の教程の順を終へて、その目的を達したるかの如く考へたる觀なきにあらず。吾人の經驗も亦之と同様。それ故に訓練的の價値、及體育的價値を發揚すること至つて少く、體操科の存在をのみ、みとめぬ、學校も時としてはある、かくの如き缺陷は、教師の研究と努力と人格に基づくものである。

## 三、本能的教材を主とする教法上の注意

自由を根本とせよ、

自由と云へども無制限なる、無批判なる自由を標榜するものではない。眞の自由を求むるものである。體操を主とする教法は、その意志的訓練及、身體の合理的修練なるにより、彼等の自由的活動なし、故に彼等の自由的活動なきため、運動に關する興味起ることなし。本教授法の主なる教材は、彼等の自由活動をなすに適したり。故に本時間は専ら、運動に快味を興へることを主眼とし、而して體操を主とする教法に於る、緊張を調和せしむることが大切である。又本時間の主要の目的は、教師及生徒の融和をも目的とすることは體育向上のため大なる價值ありと言はねばならぬ。

整理運動及主要教材の實施を忘るな

本能的教材である遊技競技は理想的科學的教材と言ふことは出來ぬ。却て其

の教材には、身體の惡姿勢を生せしめ、又身體の一局部のみの特別なる訓練なる教材もある。それ故その整理運動に多くの時間を要すべく且亦、彼等の生活上特に、將來必要なるが如き運動の合理的實施は特に注意して忘れてはならぬ。整理運動には十分なる時間を取り、一時間中に於て生じたる、弊害を補助矯正して置くの必要を見る。例ば一時間多く體を前屈するが如き運動を中心とせる場合之を矯正し置くを要す。又本教法は生徒の自由を主とするものなる故、その整理運動に於て、規律的なる運動を、若干行ひて其の精神の弛緩をひきしめておくの必要がある。

## 第五章 本教授法の適用

## 第一節 教育の根本的事實

本教法は、從來の體操教授法の心理的缺陷を補ひ、今少し、教授そのものに變化と、心理的教材の適用を合理的にし、以て、被教育者の、態度をして、自



發的ならしめ、而して、自覺的體育と言ふ、體操科教授の理想境に到達せんとするを目的とするものである。之が爲、余は、體育各教材の、特質及、缺陷を探究し、取捨選擇、以て、その結合を合理的にし、且亦、教授法の原則に照し、體操を主とする教法、特殊の、リズムカル教材を主とする教法、競技を主とする教法を、提供した譯である。而し、この教授は一般的のものであつて、之を實際に適用せんとするには、被教育者の状態を考察し、之に相應しき教法を適用せねばならぬ。合理的體操も、その適用如何によつては、却つて、被教育者の身心を、損ふものである。現今體育の實狀は、かゝる教材あるが故に、兒童に之を課すると言ふ状態であつて、兒童はかゝる状態なるが故に、かゝる教材を實施せねばならぬと言ふ意味の體育ではない。主客轉倒の時代である。それ故に、體育そのものに、根據がない。實際現今體育の實際は勿論、理論に至るまでこの根本的事實に立脚して、研究してあるものは見當らない。之で徹底

した。體育の効果を發揚することは到底不可能のことである。余は本教法を適用するにあつて彼等の身心の状態及彼等を教育すると言ふ大きな目から眺めてその要求に相應しい教法を配當し以て卷末に於てその時間配當に至るまで徹底して見たい考へである。

## 第二節 尋常一年の教法

### 一、體育一般

七歳八歳より學校教育に入るから、之より吾人の目的ある、具案ある體育に移るべきであるが、自然的生活より、拘束的具案的の教育に入る過渡期であるから、最も體育に於ても、注意を要すべきときである。この期に於ては、前期より順次に發達して來た、身體的精神的方面に於て、一定の教育を受ける可能性を持つてゐるから、之より人意的意識的な、體育の初歩期となるものである。而して急激なる變化は、破壊を意味するを以て、四五六歳頃の状態を顧慮しつ

、之に體育的の着色をするに於て充分である。精神的に、身體的に達せりとは言へ、いまだ充分と言ふことは出來ず、その生活たるや、自由的な、本能的な、衝動的な家庭生活より拘束的な、人爲的な學校生活に入る、過渡期なれば、彼等の體育は、自由を主とし、本能的動作を主とし、之れに人爲的體育を附帶して、漸進的に人爲的體育に移る準備をつくることに、せねばならぬ。かゝる理由を根據として、尋常科一二年の體育の一般を記せんに。

彼等の生活を見るに、彼等はすべて本能的の遊戯で日を暮してゐる。跳ぶとか、蹴るとか、投げるとか、は彼等の生活に於る唯一のものである。故に彼等の體育は遊戯中心でなければならぬと言ふことになる。特にジャンプ、ランニング、及其他的模倣遊戯、及想像遊戯は、其の主なるものである。而して人爲的の體育は、彼等の自由と、本能とを、唯一のものとして考ふるのみならず、或る一定の目的のもとに之れを指導することが大切である。即ち彼等の身體を、

科學的に合理的に向上せしめ、又教育上特に必要なる點については、彼等の心を拘束的命令的に、指導取扱をなすこともある。例へば彼等の社會生活の準備たる、共同一致規律的訓練の如きはそれである。而してこの規律的な體育に導くために、急激なる指導は誤つてゐる。於茲本期の體育は、彼等の自然生活を根據として、それに人爲的の體育の着色をなすことにて、可なることを信ず。而して順々として、規律的な、或る特有の目的を有する體育にまで、誘導することが大切である。その自然生活に、姿勢體操及呼吸體操の如き教材を附加するに十分と認めるものである。即ち全々規律的な拘束的な而して科學的な體操のみにては不可なるも、かゝる有効なる體操を、實施するに適切なる状態にまで、誘導することに注意せねばならぬ。又想像力、記憶力等も可なり發達してゐる時代であるから、動作遊戯、表情遊戯等も適切と言はねばならぬし、又個人的競争遊技の如きも、大切なる教材である。

## 二、本期體育の實際

## イ、本期に於る各體育教材適用に關する意見

## 體操

前節に於て心身狀態をのべ、その過渡期なる故、教育上最も注意すべきことを述べた。而して意識的訓練を受けてゐない、故急激に彼等を、一定の目的ある嚴格な教育を課するときは、却つて破壊を意味する。彼等は學齡に達したとは言へ、いまだ教育を受くる可能性なきもの多數あることは、教育實際家の經驗調査によりて明かである。故に此の期に於る教育は、漸進的に進むべきものにして、彼等の自然生活を根據としてなされるべきものである。體操は彼等の身心を合理的に訓練する點に於ては、理想的教材と雖、科學的實施を必要とするものなる故、大なる被教育者の注意と、努力を必要とするものである。而して、此期に於て彼等の注意は、動搖性である。且亦體操は本質的に拘束的に

して、自由活動なし。之體操が、彼等の心理狀態に適合せざる唯一の點である。故に余は體操は、彼等の知力に相應しき、簡單なる教材を選択し、單に姿勢體操呼吸體操位を、採用するのみにて可ならんと信するものである。特に、器械を使用する、體操の如きは、尋常三年の初期頃迄は不可能なりとふのである。何んとなれば、彼等は僅かに身體の統制力の發達したるのみにて、いまだ自己の餘力を以て、他物を支配し、以て自己の身心を訓練するまでに發達せざればである。而して一、二年と一步一步、科學的體操を實施する様、指導するの必要がある。

## 教練

この理論は、體操と略同様である。教練として正式に課するの必要なきも、其の着色をなし行くことは必要である。

## 競技

走る、跳ぶ等は一種の競技的種類なれども、此期に於ては、競技と言ふ性質より、遊技と言ふ性質と見るべきものである。遊技の性質として、課するを以て足れりとする。

### 遊技

本期に最も適合するのは、遊戯であることは既に述べた。即ち本期の體育は遊戯を中心として、その遊戯の實施を通して、教練、競技、體操の氣分を、養成して行くを以て至當とする。

#### ロ、教法に就て

右の理由により余は本期の教授法は、リズムカル教材を主とした教授法を採用することにする。而してその時間の配當も、他の教法と比較して、多くの時間を配當するものである。今余が本期の體育の實際に於て、着眼してゐる點は

A、戶外運動を實行し日光浴、空氣浴をなさしむること。

B、積極的體育よりも管理方面に注意すること

C、體育教材としては、リズム的の教材特に、表情遊戯、競争遊技、ダンスの簡單なるもの、童踊を採用する。

D、散歩、遠足。

### 第三節 九歳十歳頃の狀態及體育

#### 一、九歳十歳頃の狀態（二年及三年）

精神發達に於て、特色とするところは精神上、空間、時間的の知覺の生じ來る事で又概念作用初期と言ふ時代である。又器械的の記憶(mechanical memory)の發達が著しいのである。

特に男女の趣味性の別る、時代で以前の主觀的想像は愈々合理的となり專ら知的の遊技を好む様になる、而して此の記憶力は十四歳頃に於て一時衰へる傾向をもつてゐる。

身體上に於ては總て漸進的に向上し特に八歳より十歳までは女子の體重の激増時代である。男子は九歳より十二歳に至る迄は發育は弛緩である。而して未だ道德心の發達不充分にして此の時代を盲目的服従時代といふ故に教師の一舉一動は彼等の模倣することなるにより大に注意するを要す、而して體型に於て女子は女子男子は男子といふ様な型となるものである。所謂男性型及女性型は此の時代より有するのであるが、未だ運動實施上には何等關係はないと言つてよい。

本期は第二の生齒期にして乳齒は脱落して食齒之に變る。

## 二、二年の體育

### イ、體育の一般

二年生位の體育はさまで一年生位の體育と大差なきも常に教師は規律的な爲的な體育に接近する様取扱つて行く事は大切で教材其他について一年の頃

と大差なきものでやはり遊技中心とし漸次にその程度を進むべきである。故に遊技と體操と學年の關係は次の通りになる。即ち學年の高上と共に理想的の體育教材たる體操の分量を多くとるの必要があるが特別として女子高學年に於てはこのリズムミカル或は遊戯的教材を多くとるの必要を認むるものである。

特に此の時代及三、四頃は脊柱彎曲にかゝる時代なれば軀幹筋の訓練を重んじ又惡しき姿勢にあらしめぬ様その環境に注意する事が最も大切なることゝなるのである、而して此の軀幹筋の訓練と言ふことは必要なる事であるが次の事に注意せねばならぬ。

所謂軀幹運動 (Trunk exercise) は一年及二年の初期は未だ胸部の發達不充分なるにより腹の運動等に於ては却つて胸廓を下垂せしむるおそれあるが故に (Abdominal exercise) あまりに強烈なる教材を課すことは出來ぬ故に教材に於

て矯正せんとするよりかゝる悪姿勢に陥らざる様之を豫防することに注意することが大切である。今脊柱彎曲についての調査を見るに

男 八七、五%(正) 一二、五%(不正)  
女 八〇、%(正) 二〇%(不正)

兎角この彎曲と云ふものは多く女兒に著しい而して左右の彎曲は少いが後彎が最も多い。左右彎は學年の進むに従つて少くなつて行く之は體操に於ける矯正的の効果があづかつて効力あつたためである。統計上この脊柱彎曲は三、四年にも多いが特に二年の時が最大である。

#### ロ、體育の實際

1、各體育教材適用に關する意見

A、競技に關しては一年生と同様

B、教練要求としては一年生と同様でないが略同様

C、體操は軀幹筋の訓練に適切なる簡單なる教材は實施すること他は同様

D、遊技は一年生と同様(知的遊戯を特長とす)

2、教法に就ての意見(前同様)

#### 三、三年頃の體育

##### イ、體育一般

漸時に一、二年に於て訓練されたる彼等の身體及精神は愈よ規律的な人為的體育に服すべく準備出來たるものと言ふことが出来る、故に此の時代より體操教練を中心とせる教法をとるべきである、而して彼等に適合せる教材を選択し大に精神的にも訓練するの必要を見る、特に女子は四年、五年と進むに従ひ彼等の一生涯に於ける強固なる身心の基礎を建設する事が大切である、元より表情遊戯、律動遊戯の適用もよし、而して女子は一般的跳躍力等につき缺陷あるものであるからこの障害なき時代、即三、四、五年位の時代に於てランニング、

ジャンプの如き教材を多く採用する、ことが必要である。結極性的に差別なき運動は三、四、五年の中頃まで適用さるべきものなる事を信ずる。この時代に於て女子の一生涯を通じて最も必要なる身體的の部分の訓練を重視するが如きは切要なる問題である、即ち脚力の練習、腹筋の練習、平均運動の如き之である。器械を使用する簡單なる運動等は此の時代より配當さるべきものである。

## ロ、本期體育の實際

## 1、各教材適用に關する意見

## A、體操

一、二年の状態は、いまだ眞の規律的な注意的な體操教材を配當すること困難なる時代なりしも、早彼等は人爲的體育に慣れ、一定の拘束教材を負擔し得るの心身状態となりたるを以て、此の期よりの體操教授時間の主要教材は、勿論體操中心に行かねばならぬ、故に一、二年に於ける教法は遊戯中心教授なりし

も此の時代より體操、教練を主としたる教法でなくはいかぬ、而して三年より五年の半ばまで大に彼等の心身を合理的に訓練するの必要がある。この期の状態をして女子は特に、軀幹筋の訓練を重視し、胸の運動、腹の運動、跳躍運動、平均運動、呼吸運動を注意し特に、訓練するの必要がある。

## B、教練(同上)

## C、競技(同上)

## D、遊技

遊技に就て一、二年頃に配當さるべきものは重にリズムカルのものなりしも(理由前述)此の時代より配當さるべきものは、競争を主としたる遊技ならざるべからず、之遊技に於ける特點である、遊技配當上注意を要す(男は)女子は競争遊戯、及び、リズムカルの交互に適用すべし、今遊戯配當につきて學年別に表に示せば次の如き關係がある。

| 教材   | 學年 |   | リズムミカル |       | 競争遊技  |
|------|----|---|--------|-------|-------|
|      | 一  | 二 | (男)    | (女)   |       |
| 競争遊技 | 一  | 二 | 重      | 重     | (男) 輕 |
|      | 二  | 三 | 重      | 輕     | (女) 輕 |
|      | 三  | 四 | 半      | 輕     | 輕     |
|      | 四  | 五 | 半      | 輕     | 重     |
|      | 五  | 六 | 半      | 輕     | 重     |
|      | 六  | 一 | 重      | 輕(同上) | 重(同上) |

その理由を述べんに

1、尋常一、二年にリズムミカル運動を重んじ競争遊戯を軽く見る理由

今だ身體の統制力十分ならず特に競争遊戯は其の本質的に過激になりやすい故之よりも自然的に快情の湧發となり、又無意識に彼等の身心を修練するリズムミカル教材を適材と認む、而して彼等の模倣力、及び想像力を利用するがよい、特にリズムミカル教材に於ても彼等の知的の發達と關係ある童踊及表情遊戯を多

く採用するを可とす。

2、三、四、五年に於てリズムミカル教材を軽く競争遊戯を重く見る理由

三年以上、五年位は身體の統制力十分にして、他と競争するに至り活動的になる、特に男子は著しい、故に二三年以上の男子には情的なる教材よりも寧ろ男性的なる教材を好む、又其の運動量及、精神訓練に於ても競争遊戯が適材である、特に女子は三年より五年まで、一生涯中の體育の最適時代にして、性的差別なき時代なれば、男子と同様競走遊戯を重視する理由である。

3、六年位より女子にリズムミカル教材を重視し男子に之を輕視する理由

男子は高學年になるに従つて競技及、競争遊戯の如きを重視する理由は、高學年體育につきて見るべし、女子も同様

八、教法に就て

體操教練中心主義を重視す、



## 第四節 拾壹歳より十二歳頃の狀態(四年及五年生)

## 1、その狀態

二、三年頃の精神狀態は、愈よ此の期に至りて一層確實性を有するに至るものである。この期の心理的方面に於て理解力旺盛となり自分で自分の思想の順序を立てる様になり、概念作用及び判斷作用及決斷等の初步期と言へる。而して抽象的事項の記憶に長じ、意識的行動を見るに至る、故に盲目的服従時代は去つて、意識的服従時代となるものである、又嚴格なる道德的價値の判斷もこの期より發達し且つ、名譽心の盛なる時期である、而して精神的には、右様の發達をなし且つ身體的にも十三歳以後に於ては男女各差異的に發達するものである、而して名譽心の發達は引いて遊戯に於ても個人的の競争遊戯は團體的社會的となつて來る、男子は八歳頃より十二歳まで體重の激増時代となつてゐるが、又拾壹歳以後は女子の身長の激増時代となつてゐるもので

## 第四節 四年五年の體育

## 一、四年五年生の體育の一般

此の期に於て、精神作用も恰んど完成の域に達し、以前の盲目的服従時代は去つて、意識的服従となり、合理的規律的の運動に堪え得べき時代となり、身體的にも、運動するに、最も適切な時代と言はねばならぬ。故に、三年頃より正規の體育に移り、四年五年と漸進的に、運動を増加し、特に女子は彼等一生涯に於ける、健全なる身體の、基礎を造らねばならぬ。故に、體育の實施方面に於ても諸種の注意を要することである。特に女子は五年の後期より、其身體方面に於て、又精神上に於て、體育上、一の不適當なる時代が到來するからこの三四年頃に於ける體育は女子として最も重要な時代である。此の期の體育は、一般的に體操を中心とすることが大切である。遊技の如きは之が附帶物と

してよいと思ふ。特にこの期は女子の、伸長期であるから、懸懸運動等の實施を重要視することが大切で、遊技の如きは、團體的にして、興味あるものを採用するがよい。體操教材中に於ても、女子には、女子として最も大切なる身體の、各器官及部位を訓練するの必要がある。

## 二、本期體育の實際

### イ、各教材適用に關する意見

#### 體操

一年二年と順次に、身心共に發達し、三年より合理的科學的の體操を實施すべき可能性をもつてゐるから、この、四年五年、三年の體育の主要教材は、體操である。特に本期の心理的方面に於ては、意識的行動おこり、盲目的服従時代を經過してゐるし、又、知的作用に於ても、十分の發達をなしてゐるから、科學的な、意思的な、體操實施する上に於て、何等差支なきものである。而し、

競技はいまだ、正式の競技を實施するに早きことを信ずる。又、遊技を主とする、體育も不合理と言ふことは、體操教材の特質等を考へて肯定さるべきものである。特に女子の體育は、彼等の生涯より見て、體育上最大重要な時代であるから體育教材中の理想的な、體操を以て主とすることは當然と言はねばならぬ。而して本期の體育は、教材及教法に於て、性的の差別を附するの用なきものと信ずるものである。

#### 教練

彼等の心理的發達を見れば、教練を實施するに差支なき状態である。而して本期の教練は、結極、體操に、附帶して、行ふべきもので、教練として特設したる、時間を要せず、體操の準備演習の程度にて十分である。

#### 競技

競技は個人的にして、時間を要す、而して、本邦小學教育、否、學校教育は、

團體教授である。故にそのあぐべき運動量は決して、大なるものと言ふことは出来ぬ。特に發達したとは言へ、自己の力を以て、物を支配し如何にして、自己の力を應用して、遠く投げるか、或、跳ぶとかと言ふ様な要求はあまりにその要求の大なるを感じる。それ故、本期に課する競技は、一の遊技化することが大切である。正式な競技は、五年までは不可能であると言はねばならぬ。之よりも一層、姿勢を善美にして跳び、合理的に身體各部均濟的に向上せしむる體操に努力するを教育的なりと信ず。

### 遊技

高學年に於ける女子、底學年の教授に於て、遊技を中心に教授するの必要は、理由の存するところであるが本期に遊技を中心として教授するの必要を見ない、科學的體操を受くる可能を有する本期に於て、強いて、運動量に乏しい、且亦、理想的ならざる教材を中心に教授する必要なし、只體育上、一の變化興

味を附與せんとして採用するのみ、故に表情、律動等の、リズムカル教材より以上、簡にして興味ある競争遊技を採用するの大切なることを注意しておく。

### ロ、教法

體操中心の教法に、附帶してリズムカル教材を主とする教法を採用す、而してその時間配當は巻尾に記載することにする。

### 第五節 十三、十四、十五歳頃の體育

#### 一、本期の状態

精神作用に於ては、概念構成作用、自由にして、理解の支配期と言つてよい。故に合理的の記憶に長するに至る。而して、精神作用は、愈よ、抽象的となり、反省作用の初期となつてゐる。身體的には、十三歳頃よりは、男子は身長が増加の時となつてゐるが、女子は、十一歳頃より、十五歳位までに、乳房の發達を來し、胸部は爲に、太くなり、はるかに、身長に於て、體重に於て、十二、

三歳頃の女子は、男子を凌駕するものである。而して、十四歳頃、即ち、女學校、一二年位になると、骨盤部の發達を來し、皮下脂肪組織は、發達して、且つ、筋肉の發達の割合に、循環器の、發達が平衡しない。加ふるに、年と共に内生殖器は發達して、月經時には、特にその部に 充血して、その重量を増す。故に身體の重心は下行して、最も、運動に不適切なる状態となるものである。十五、十四歳頃は、所謂、男子は男子としてその特性を發揮するものである。故にその精神界に於ても、不定の動搖を來し、感情は高潮し、總てのことが、感情的となり、感情によりて支配される時期となる。女子は一般的に男子に比して、感情的であるか、この性的に向上する、時期に於て最もかゝる傾向がある。此の、十四、十五歳頃になると男女共に一の理想を構成する様になる。而るにその理想の建設たるや感情の動搖のまにまに動搖し不定のものである。實にその理想たるや變化性に富んでいる。此の期を以て教育の危機と云つたのは

至當の言である。この期に於ける教育の如何は彼等の一生を左右するものなれば、特に慎重なる注意を以てのぞまねばならぬ。又體育上に於ても此の期の體育を以て最も困難なるものと思考するものである。體育教材に性的差異の生ずるはこの時代よりと言はねばならぬ、故に體育を論ずるに於ても女子は女子として論じ、男子は男子として論及するの必要を見るのである。それ故最も體育上に於ける困難なるこの期の女子の體育の結論を見出すに當り余は少々日本女子の如何に體育的見地より見て變化あり影響ある歴史的事實を有するやについて一考して見たいと思ふのであるが、之は後日に譲る。而して如何に彼等の身心を訓練し如何なる日本婦女子の欠陥を補正するやの方法の基礎を明にせんとするのである。而して之は女子體育全般に必要なるも、特に本期の體育につきて參考となるところが多いものである。

## 二、此期の女子體育

## イ、本期女子體育の一般

身體的には愈々運動に不都合なる状態となり、精神的にも感情的となり、合理的な拘束的な意志的なる、體操を棄避するの状态となるものである。故に此の期の女子體育は三年生より五年位までの體育教授と其の趣を異にせねばならぬ。即ち身體運動は餘りに鍛練的な教材をとることなく、彼等の身心状態に適合せる教材を配當して快々の中に運動に従事せしむるの必要がある、又教材に於ても餘りに身體の修練と云ふことにのみ没頭することなく、彼等の高潮せる感情を善良なる方向に發散誘導せしめ、彼等の感情を美化する方面にも大いに注意を要することである。故に、此の期にける體育教材は體操中に於ては、特に、矯正的教材を重視し、彼等の姿勢をして、善美にし跳躍懸垂運動の如きはその初步的のもので、充分である。而して、余は、この身心の状態に於て、最も之に適合する所の教材は、リズムミカル運動なることを、信するものである。

それ、本教材を好愛し、且つ、その體育的教材として、本期の女子に適切なりと言ふことは、既に、教材の特質に於て述べた通りである。性的感情高潮に達する際、之をある善良なる方法を以て、發散せしむることは、訓育上の効果も又大なるを察せねばならぬ。思春期にある女子が、音樂を特に好愛するが如きは、その本性と云ふならんも、又自己の内心に湧き出づる若々しき、感情を之によつて發散し、以て、慰安を得ぬとの方便と言つても間違はあるまい。故に此の期の女子に、ダンス、高尚なる表情遊戯、律動等の教材は、最も、彼等の感情を満足せしめ、而して、過激ならず、且つ、不知不知の中に、彼等の身體を修練して行く事に於て、最も、適材と言はねばならぬ、あまりに拘束的教材のみを採用する時、彼等は、却つて、體育そのものを、棄避するのみならず、訓練上の効果を修むること、又不可能なりと云はねばならぬ。余はリズムミカル運動の體育的使命と言ふことを述べたのも、最もかゝる状態にある、被教育者

に課すべき善良なる教材たることを、述べんとしたにすぎないのである。而して、一般的に我國女子の傳習的體育的缺陷は着々として改造し行くことにも、努力せねばならぬ。

#### ロ、本期女子體育の實際

##### 各教材適用上の意見

我々は日本女子が、如何なる體格上の缺陷あり、且つ、亦その缺陷は如何に現今實際生活上に於て、不都合、及び、不結果を生ずるやについて研究し、而してこの原因は、那邊に存するやをも探究するの必要を見る。そして、將來いかに之を改善するやの理想を建設せねばならぬ。結極する所、彼等の身心は男子と異り、先天的に又後天的に、體育の指導上に、不都合なる點を有する。故に之を根本として、彼等の身心を、訓練して行くことは、女子體育指導上に於ける一の要件である。即ち、女子獨特なる心身狀態に適合する様、體育を實

施することである。而して、余は、第二の要件として、歴史的に、傳習的に退歩して來た、彼等のハンデキャップを考慮して、體育を實施すると言ふことの外に、この缺陷を序々に向上せしめ、遺憾なき狀態にまで、指導することの必要なることをあげて置く。教育に於ては、彼教育者の身心狀態を明にして、之に適合する教育をなすことを、最も緊要なることとするが、特に、女子體育に於ては、この要件を顧慮して、實施、指導することが大切である。

##### 體操

余は、尋常三、四、五年の時代は女子として、彼等の一生涯に於ける、強健なる身體の基礎を作るべき時と言つた。そして體操を主とした教法を、とつたのであるが、尋常六年の初めから、彼等は運動に不適切な、状態となることであることは、本期の状態に於て特筆したところである。それ故、この期の女子の運動は、男子の、垂直的なるに反して、水平的の運動である。彼等は

跳ばんとしても、跳ぶ能はざるの状態である。それであるから、女子の本期に於ける體育は、男子に要求する様な、鍛練的な、教材は不適切だと言はねばならぬ。體操教材中に於ても、跳躍運動、懸垂運動、等はその初歩的のものにて充分と思ふのである。特に月經時に於ける、體育指導には、深、研究するの余地があるが、之は後日を期して發表することにする。時に、本期は、かゝる生理的、變化に伴つて、不正の姿勢に陥り易いことであるから、體操教材中に於ても、矯正的の教材の實施を等閑に附してはならぬ。而して體操は、彼等の状態に適應する様に、斟酌することが出来るから、彼等に、リズムカル教材の歡迎せられる理由を以て、リズムカル教材を主とする教法を重視することは、不合理である。

### 教練

教練は、本期の状態としては、初歩的のものにてよい。體操中心の教法に於

ける、準備 の任務を全うする程度の教材位にて充分であるが、只、注意すべきことは、軍事的の思想の教育と言ふことは大切なことで、將來の女子として、又、男子の仕事を理解すると言ふ、點よりしても重要なことは、その特質の部に於て述べた様である。

### 競技

競技の指導上の着眼點は、レコード、である。之競技の競技たる特質である。或る人は言ふ。競技の指導はレコード、にあらず、人格の教養であると。而し教育的の教材と言ふもの、最終の目的は人格の修養であるが、競技を實際に指導するに當つての、着眼點は、レコード、である。只、競技の指導上の着眼點は人格であると言ふの意は、レコードに着眼して指導する上に於ける、一の注意と言ふべきである。競技の實際の指導上に於ては、彼等に、自己の體力を、合理的に支配して、最も高く跳び最も遠く投げると言ふ、觀念をおこさしめね

ばならぬ。之は柔道の極意、即ち、自己の體力、及精神力を最も、科學的に利用することによく類似したもので、之が、他の體操、教練、遊技等とその趣を異にする唯一の點である。而して、最も高く跳び、最も遠く投げると言ふこの原因は、各人の體力、及、その體力を利用する、神經系統の訓練如何にあるもので實際競技上に於ける、レコード、と言ふものは、眞に體育的方面より考察したならば、各人の體力と、レコードの比によつて決定すべきものである。而して、之は吾人の實際にのぞんで、正確なる決定をなすこと不可能なことであるが、指導者はよろしく、競技者をレコード、にのみ着眼して優劣を決定するに止まらず、その者の、體力とレコードの比をも考察するの必要がある。之實に教育的の指導と言はねばならぬ。

レコード、は體力と言ふものと、神經系統の訓練如何によつて差がある。而し、吾人の經驗によると、體力の根本原動力は、腕力と、脚筋の、二つにある

ことを知る。女子が、脚力、腕力に於て、先天的に軟弱と言ふことは、前にのべた。之、女子の競技指導上の困難なる、根本的原因である。而し吾人は、かゝる、解剖上より、考察するのみならず、心理的にも、考察して見る必要がある。諸種の心理的原因あるも、特に、本期の女子に於ては、生理的變化に伴ひ名譽心痴疾心簾恥心盛んとなり、彼等は本技を歓迎せざるのみならず、又指導上に於ても、多々、困難なる點を生ずるものである。而しかく、女子は、本技に對して、缺陷をもつてゐるから、本技は全廢せよと言ふのではない。その指導には順序階段がなくてはならぬ。故に、本期女子の如き状態にありては、團體的な、競技を主として課するの必要がある、而して、砲丸、高跳の如きはいかにも個人的に、實施するの必要を見るから、課外運動として實施するを可なりと信ずるものである、

リズムミカル教材



リズムミカル教材の本期女子體育に適材と言ふことは、本期體育の一般の部に於て詳細説明したから省略する。而しこゝに注意すべきは之を重要視するも、體操中心教授よりも重要視すると言ふことについては賛成は出來ぬ。

#### ハ、教法

以上述べた理由に依つて本期の教授法は、體操中心教授と、リズムミカル教材を主とする教法を、恰んど同一ならしめ、時々、團體的競技を中心とせる教法を附加し、他の競技は課外運動として、個別的に指導するにて十分なりと信ず。(時間の割合は卷末の表を参照)

#### 三、本期の男子體育

##### イ、體育の一般

男子の體育は、學年の進むに従つて、鍛練の色を帯びて來る。低學年より順次に發達して來た、彼等の身心は、本期の兒童になると大抵の鍛練に耐

得るの状態となるものである。競技は物の支配力と、精密な精神の働きを要するから、五年位までの兒童には正式な競技として課することは不可能であるが、も早六年位になると、競技のある教材には、實施の可能性を有するに至るものである。故に余は、尋常小學校六年を以て、正式な競技の初歩期であると考えらるものである。かく精神的にも、肉體的にも向上して來るものであるから、思ひ切つて、彼等の身心を、合理的に訓練するの必要がある。吾人はいかなる教材を以て、又、それをいかに配合して、彼等に課するかの問題を研究せねばならぬ。

##### ロ、各教材適用の意見

#### 體操

前に體操は拘束的で、意思的の運動であるから、低學年の教材としては不可能なことを述べた。而し、體育教材としては、他の教材と比較して、諸種の點

より考究して、理想に近い教材と言はねばならぬ。又我々は考へねばならぬ。それは教育上少し位は、兒童の歓迎せぬものでも、彼等の一生涯より打算して必要なるものは、是非實施せねばならぬことである。而して、兒童の心身状態を省みて、余りに實施するの無理なる場合に於ては、その必要なるものを實施するにある、方法を講せねばならぬ。是余が低學年及高學年女子に於て、遊戯中心及リズムカル教材中心とする教法を重く採用した理由である。體操が興味に乏しく、拘束的な性質を有しながらも、體育教材の最高位置を保持する限り、本期男子の状態に於て、最も重要視されざるべからざるは理の當然である。それ故、教法に於ても體操中心の教法を採らねばならぬ。

#### 競 技

余はあらゆる事由を根據として、本期を以て、正式競技の初步期と言つた。男子はこの期に至れば、身體は活動型となり、靜的の仕事を要求しない。そし

て男性的の運動を好むに至るものである。體操は合理的教材なるも、心理的の缺陷を有するものであるから、余程自覺しないと、之を連續的に實施することは困難なものである。競技は自由的にして、本能性、活動的男性的のものであるから、適當に之を體操教材と配合して實施するの必要あることは、幾度も反復したことである。

#### リズムカル教材

本期男子の状態として採用するの要なきを信ず。

#### 競争遊技

本期男子の状態として大に活用すること。

#### ハ、教 法

體操中心教法を中心とし、附帶して競技中心教法を採用し、リズムカル教材を主としたる教法は余程有爲義なるもの（ベース、ボール、ダンス等）の他は

實施せぬ意見をもつてゐる。

第六節 中等學校體育

一、中學一二、三、年頃の體育。(十四歳、十五歳頃)

イ、其の狀態

第五節の狀態の延長と見てよいか、身體的にも、又、精神的にも一層進歩した狀態と見てよい。

ロ、各教材適用に關する意見

體操

前節に述べた通り。

教練

一、二年頃まで體操の準備運動として、實施するを可とし、三年以上に於ては、特設の教練時間を要す。

競技

前節通り、今競技中採用すべきものは、

A、ランニング。

B、ホップ類

C、知的競争遊技

D、投擲の徒手練習

リズムミカル運動

前節と同様。

ハ、教授法

體操中心主義教法を主とし、之に競技中心教法を附帶し、リズムミカル教材中心教法は採用せず。而してこゝに注意すべきは、尋常六年時代より、身體に關する知識、其他、道德上の知識も一般に、陶冶されてゐるから低學年に於ける

教法の的く、摸倣的の教法にては、充分と言ふことは出来ぬ。身心を合理的に訓練するには、どうしても、被教育者の、努力、注意力及、知識の必要を見る。底學年に於ける、彼等の活動は、教師の摸倣である。教師は、彼等の運動實施の監督指導である。而して、尋常六年頃になると、體育の指導と言ふものを學理的にせねばならぬ。換言すれば、自覺的體育の着色をなすと言ふことになるので、之中等學校の本期の體育が低學年教法と異なるところと思ふのである。

## 二、中學校四、五年の體育

### イ、本期體育の理想

中學校四、五年の教法の理想は、彼等の自覺的活動をなさしむるにある。自發的活動は、體育教授のみならず、すべての學科に共通な教授の理想である。個性の尊重、啓發主義の教育、創造的教育說、皆この自發的活動と言ふことを教育に重要視する點より出てゐると思ふ。而して自發的活動にまで指導するに

は、一朝一夕にして出来るものではない。余程道德的にも、知的にも發達しないといふと、かゝる活動を要求することは出来ないが、又知的道德的に發達した兒童に、急に要求しても駄目である。故に余は、相當に知的に道德的に發達した、尋常六年位より下級生の教法、即摸倣的教授、受動的活動である教法に、知識及道德心を利用して、自覺的體育の着色をする様な教法を用ひ、順々として教法の理想に到達せねばならぬと思ふ。そしてこの體育そのものに、對する眞剣なる態度を、教養することに努力するの必要がある。一般に本邦人は、體育を口にする反面に於て、體育的の自覺が足らぬ、體育は學校特有の仕事の様に考へ、學校を出ると殆んど合理的身體の修養どころか、一の運動も實施せぬものが多い。之れでは眞に國民體育の、向上をはかることは不可能である。一國の體育の成果の如何は、民衆體育の如によつて、測定されるものである。之を心理的に言つたならば、國民の體育に對する自尊心にまつべきものである。而してか