



上地先生（左）の指導は、実際に試合で経験したことなどを活かしており、効果的に授業を進めることができた

シリーズ ■ 中学校武道

授業の充実に向けて ⑥7

外部指導員の活用例 空手道

沖縄県石垣市立石垣中学校教諭 池城 博史

本校では平成22年度より、沖縄県教育委員会から空手道指導推進校の指定を受け、保健体育科で空手道の授業を展開している。その1、2年目は形の習得を中心に授業を展開していたが、生徒も私も組手を授業に取り入れたいという思いがあり、組手の導入にあたって、本校空手道部の外部指導員を務めている上地拳王先生に空手道授業へお越しいただいた。

上地先生には組手を中心に授業を手伝ってもらったが、組手で学習したことが形の学習にも役に立っている。

その授業内容の一端を紹介していきたい。

1 生徒の実態と空手道導入の経緯

生徒の実態

本校の生徒は活発な生徒が多く、体育の授業が好きである者が多い。1年生女子（34名）の授業前に実施したアンケートでは空手道経験者が2、3名でほとんどが初体験であった。また7割の生徒が「むずかしそう、楽しくなさそう」と答え、空手道に対する興味・関心の低さがうかがえた。一方で、「技が決まるとかっこいい」

や「形を覚えて発表したい」など、前向きな回答もあった。

2年生男子（36名）では、空手道が好きと答えた生徒が9名、嫌いと言った生徒が24名で、積極的な姿勢の者とそうでない者との二極化傾向にある。ほとんどの生徒は1年生の際に空手道の授業を経験しているが、基本動作を意識して、元気なかけ声を出し、普及形I・IIを行える生徒は少ない。

3年生男子（35名）でも同じような傾向であるが、3年生になると組手の授業を期待しているアンケート結果が見受けられるようになった。

空手道を導入した経緯

空手道は沖縄で生まれた武道であり、沖縄県では郷土の伝統文化として保健体育科に取り入れることが推進されている。

本校は沖縄県教育委員会により、平成22年度より24年度までの3年間、空手道指導推進校の指定を受け、空手道の授業を展開した。

私が本校に着任したのは3年前で、空手道指導推進校の指定を受けてから2年目であった。私はそれまで空手道に触れたことがなかったため、8月と11月に開催された学校体育実技武道指導者養成講習会に参加した。8月に講習、11月に段位認定試験を受け、沖縄県空手道連盟より初段を認可されたが、まだまだ空手道の初心者である。

空手道は、ほとんどの生徒が中学校に入ってから初めて経験する単元であり、一からのスタートとなる。武道は、伝統的な行動の仕方や礼儀作法が重要視されるため、基礎・基本となる基本動作をしっかりと身につけさせるように指導している。

2 外部指導員導入の経緯

組手をしたという声を受けて

空手道指導推進校事業の2年目までは形を中心に指導していた。というのもその年の体育祭では全校生徒による空手形演武があり、全体で綺麗に演武している様子を見せるために、どうしても形のみへの指導になってしまった。

その後、学習している生徒から、実際に試合をしたい、組手も行ってみようという声が高まり、私自身も翌年の研究発表の場で組手を取り入れた授業を披露したい気持ちもあって、次の年、3年生に組手を指導することとした。その際に、本校空手道部の外

学習指導の展開（1年生女子）

時間	学習のねらい及び学習内容・活動	教師の指導・支援	評価の観点
50×1	<p>【オリエンテーション】</p> <p>単元の全体計画について理解する。</p> <p>(1)単元目標、単元のねらいについて理解する。 (2)空手の歴史について理解する。 (3)授業の進め方について理解する。 (4)評価方法、評価場面について理解する。 (5)学習カードの記入の仕方や学習資料の活用の仕方を理解する。 (6)グループ活動の行い方やリーダーの役割について理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 単元の全体計画や毎時の授業の流れを理解させる。 評価規準、評価方法を明確に知らせる。 学習カードの書き方、学習資料の活用の仕方を理解させる。 グループ活動がスムーズに活動できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 事前アンケートを行い実態を把握する。 ○それぞれの説明に関心を持って聞こうとする。 ○学習の進め方を理解している。
50×3	<p>【ねらい1】</p> <p>礼法や安全に対する心得を理解し、基本動作と技を正しく身につける</p> <p>(1)本時のねらいを確認する。 (2)グループミーティングをする。 (3)道着の着方、礼法や安全マナーについて理解する。 ○道着の着用・立礼・座礼・立ち方・座り方・空手の心得 (4)基本動作を理解する 立ち方→結び立ち・平行立ち・前屈立ち・しこ立ち 突き方→上段突き・中段突き・しこ立ち中段 受け方→上段・中段・下段 蹴り方→前蹴り (5)グループごとに動きを見せ合う (6)本時の活動を振り返り評価、反省を行う (7)まとめと次時の確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> 本時のねらいを受けてグループで、しっかりめあてが考えられるようにする。 礼法や基本動作をしっかりと覚えようとする姿勢を身につけさせる。 声を出しながら活動を行えるようにする。 場の工夫が行えるようにする。 学習カードの記入がスムーズに行えるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○空手道の特性に関心を持ち進んで取り組もうとする。 ○グループや自己の課題を見つけることができる。 ○礼法や基本動作を習得することができる。 ○課題解決のための練習の仕方を知っている。
50×3	<p>【ねらい2】</p> <p>身につけた技を用いて普及形Ⅰ・Ⅱを習得する。</p> <p>○お手本を見て、普及形Ⅰ・Ⅱを習得しよう。 (1)本時のねらいを確認する。 (2)グループミーティングをする。 (3)グループ活動（基本動作） (4)デジタル教材や掲示資料、お手本を見て普及形Ⅰ・Ⅱの動きを修正する。 (5)発表会に向けて練習する。 (6)本時の活動を振り返り評価、反省を行う (7)まとめと次時の確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> 準備、活動場所の安全について指導する。 グループ活動がスムーズにできるようにする。 仲間と協力して活動できるようにする。 動きに修正が必要なグループには声かけやデジタル教材、掲示資料の活用を促す。 発表会に向けて入退場や隊形の工夫ができるよう声かけする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○仲間と協力しながら形習得している。 ○グループや自己の課題を見つけることができる。 ○課題解決のための工夫ができる。 ○身につけた基本動作を用いて普及形Ⅰ・Ⅱを習得することができる。 ○課題解決のための練習の仕方を知っている。
50×4	<p>【ねらい3】</p> <p>普及形Ⅰ・Ⅱのグループ発表会を行う。</p> <p>めあて① 基本動作を丁寧に正しい形での演武ができる。 めあて② 他グループの演武を見てグループで話し合い評価することができる。 (1)本時のねらいを確認する。 (2)グループミーティングをする。 (3)グループ活動（基本動作） (4)発表会の準備（入退場の確認等） (5)グループ発表会 (6)本時の活動を振り返り評価・反省をする。 (7)まとめ・次時の確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> 発表会が学び合い活動になることを理解させる。 グループミーティングで活発な意見交換ができるようにする。 課題解決のための練習ができるよう指導、支援する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○入退場や隊形の工夫ができています。 ○普及形Ⅰ・Ⅱを習得し発表することができます。 ○自己、グループのめあてにあった練習ができる。 ○グループで話し合い他グループの評価をすることができます。
50×1	<p>【単元のまとめ】</p> <p>単元の活動について振り返り、評価と反省をする</p> <p>(1)グループで単元の全活動について振り返る。（相互評価） (2)個人で単元の全活動について振り返る。（自己評価） (3)授業の感想を記入する。 (4)アンケートにて総括的評価を行う。 (5)まとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> グループや個人で単元の全活動を振り返り自己評価や相互評価ができるように指導・支援する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○単元の活動を振り返り、グループ・自己の目標が達成できたか評価することができる。

3

実際の空手道授業

道着は自費購入

本校では授業で使う教材ということで空手道着一式を全校生徒に購入させている。また、指導推進校に指定されていたため、若干の余裕があり、組手用の拳サポーターや防具を購入し、準備した。授業は体育館や武道場を使っており、男女は別習で授業の展開をしている。

各学年の学習内容を大まかに紹介すると、1年生は普及形Ⅰ・Ⅱの習得、2年生は普及形Ⅰ・Ⅱの団体演武、3年生は組手である。また、1年生の際に習得した普及形は他の単元の際も活用しておどともに普及形も年間を通じて行っている。

授業は教員主導で行う

授業では、指導は保健体育科教員が行い、上地先生には残身の大切さなど空手道の精神に関わることや技を行う上で大事なポイントを話してもらったり、形の見本を



試合の中では、危険なので足技は禁止にした

見せていただいた。

例えば、生徒の中にはボクシングを習っている者がおり、その生徒が反射的にカウンターパンチを深く入れてしまうことがあった。その時には上地先生が授業を止めて、一本になる突きの強さや原則になる突きの強さについて指導されたりもした。

組手試合のルール

組手試合のルールは、前述の試合時間と禁止技以外に、5人1チームとし、3ポイント先取で勝ちとした。また、突きの動作はしっかり引くよう指導し、残身を意識させた。相手に強く当たった場合は、1回目は指導、2回目は反則負けとした。審判は試合のないグループが行い、生徒同士で審判を行った。

試合は、後半3時間ほどを使ってグループ対抗のリーグ戦を行った。これには生徒たちもかなり盛り上がり、その日の対戦相手を授業前に確認し、作戦を練ったりしていた。

4

授業で意識した点

グループ学習の活性化を意識

授業を展開する上で最も配慮したのはもちろん安全面であるが、その他にグループ学習の活性化について意識して取り組んだ。

部活動と違い授業なので、運動が得意な生徒もいれば、不得意な生徒もいる。2年生からは形を団体で、3年生からは組手をグループで行った。そのため、自分だけができたり、勝ったりしたとして

組手の授業を形の習得に活かす

形の授業のみ行っていた際には、突き、蹴り、受けといった形を追うだけで、特に受けにスピード感のない生徒が女子を中心に受けられた。授業に組手を導入したことで、相手がどのくらい速さで突いてくるのかということを感じることができ、形を行う際には相手が攻撃してくることを想定して行うよう指導することができた。

学習指導の展開 (3年生男子)

時間	学習のねらい及び学習内容・活動	教師の指導・支援	評価の観点
50 × 1	<p>【オリエンテーション】</p> <p>単元の全体計画について理解する。</p> <p>1) 単元目標、単元のねらいについて理解する。 2) 授業の進め方について理解する。 3) 評価規準、評価方法、評価場面について理解する。 4) 学習カードの記入の仕方や学習資料の活用の仕方を理解する。 5) グループ活動の行い方やリーダーの役割について理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 単元の全体計画や毎時の授業の流れを理解させる。 1時間あたりの流れを理解させる。 評価規準、評価方法、評価場面を明確に知らせる。 学習カードの意義、学習資料の必要性を理解させる。 グループ活動がスムーズにできるようにする。 	<p>《アンケート》事前アンケートを行い実態を把握する。</p> <p>○それぞれの説明に関心を持って聞いている。 ○学習の進め方を理解している。</p>
50 × 3	<p>【ねらい1】</p> <p>組手の基本を学び、対人的動作(約束組手)を正しく身につける。</p> <p>1) 本時のねらいを確認する。 2) グループミーティングをする。 3) 組手を行う際の安全マナーについて学ぶ 礼法、組手の心得、約束組手 4) グループ活動 ・対人的動作(約束組手)を行う。 例：三本突き(上段、中段、しこ立ち中段) 上段受けから逆突き 中段受けから逆突き 前蹴りから追い突き 5) グループごとに動きを見せ合う。 6) 本時の活動を振り返り評価・反省をする。 7) まとめ・次時の確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> 本時のねらいを受けてグループで、しっかりめあてが考えられるようにする。 礼法や基本動作をしっかり覚えようとする姿勢を身につけさせる。 声を出しながら、活動を行えるようにする。 場の工夫が行えるようにする。 学習カードの記入がスムーズに行えるようにする。 	<p>○空手道の組手の基本に関心を持ち進んで取り組もうとする。</p> <p>○安全に留意することができる。 ○グループや自分の課題を見つけることができる。 ○礼法やマナー、組手の基本動作を身につけて対人的動作を習得することができる。</p>
50 × 7	<p>【ねらい2】</p> <p>約束組手のルールを学び、自分たちで「組手」の試合を楽しむ。</p> <p>〈めあて1〉 ○相突きの間合いを覚えよう。 1) 本時のねらいを確認する。 2) グループミーティングをする。 3) グループ活動(アップ～基本動作) 4) お手本を見て「相突き」の動きを知る。 5) グループ活動(相突きの練習) 6) タッチ組手 例：平行立ち→合図→前方へステップ→※指示の動作(上段順突き、中段逆突き等を左右) 〈めあて2〉 ○練習したことを活かし、組手のグループ対抗戦を行ってみよう。 5) グループ対抗の「組手」の試合を行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>グループ対抗の試合を行う。 → 自他のグループの違いを見つけ、課題を見つける。</p> </div> <p>(特性を味わう)</p> <p>6) 本時の活動を振り返り評価・反省をする。 7) まとめ・次時の確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方を理解させる。 準備、活動場所の安全について指導する。 グループ活動がスムーズにできるようにする。 安全面に十分に配慮し、けが人ができないようにする。 「学び合い」を意識した積極的な活動ができるようにする。 動きに修正が必要なグループには声かけやデジタル教材や掲示資料が参考にできるようにする。 相突きの試合が、お互いを尊重し、思いやりの心を持って行えるように指導・支援する。 グループミーティングで活発な意見交換ができるようにする。 学習カードの記入がスムーズに行えるようにする。 ★師範(T2)の動き ・練習が適切にされているか必要に応じて指導する。 ・グループ対抗戦において審判の仕方や技術面、安全面の指導をする。 	<p>○自分の役割を自覚して仲間と協力して取り組むことができる。</p> <p>○グループや個人の課題を見つけることができる。 ○課題解決のための工夫ができる。 ○相手を思いやり、組手の試合を行うことができる。 ○課題解決のための合理的な練習の仕方を知っている。 ○組手のルールを理解している。 ○結果に対して公正な態度をとろうとする。</p>
50 × 1	<p>【単元のまとめ】</p> <p>単元の活動について振り返り、評価と反省をする。</p> <p>1) グループで単元の全活動について振り返る。(相互評価) 2) 個人で単元の全活動について振り返る。(自己評価) 3) 授業の感想を記入する。 4) 総括的評価を行う。(アンケートによる質問紙法) 5) まとめ、次単元についての確認</p>	<ul style="list-style-type: none"> グループや個人で単元の全活動を振り返り自己評価や相互評価ができるように指導・支援する。 学習の記録がまとめられるように指導・支援する。 次の単元につながるように総括する。 	<p>○単元の活動を振り返り、自己・グループの目標が達成できたか評価することができる。</p>



リーダーが中心となってグループで話し合う



グループでめあての確認や作戦を立てたりした

も、グループとしては結果が出ない。

グループの中で1人をリーダーとし、そのリーダーが中心となって、めあての確認や、課題解決のための練習方法を話し合わせた。また、試合の時には作戦を立てたり、仲間の試合を全員で応援したり、技や注意点を教え合うなどさせた。生徒同士の活発なやり取りが行えるよう雰囲気を作ることを腐心した。全体としては生徒は楽しんでいたり、私としてもうまくいったと思う。

5 空手道授業の課題と対策

本物の空手道の説得力
私は空手道を専門的に学んだことがないので、普及形以上のことを教えることができないのがもどかしさを感じることもある。一昨年、学校行事として豊見城あずさ氏を講師に招き、講演会と形の演武を行っていただいたが、技術の習得だけではなく、生き方全体に

通じる空手道の稽古について聞いたり、形の気迫、スピード、視線などを生で見ることによって、生徒の空手道に対する思いは変わったようであった。

また、空手道部の生徒がいるクラスでは、その生徒に授業で扱っている以外の形を演武してもらい、空手道に対する興味・関心を引くような工夫は続けている。生徒にもっと興味を持ってもらえるような形を披露し、学習に取り入れていくことが大事であると考えている。

今年は、上地先生には1年生の授業に呼び出し、指導している形の分解について生徒に教えていただいた。すると、生徒はなぜ自分がこういう動きをするのかということを理解できたようで、その後の授業では動きがよくなったように思う。

今後も継続して外部指導員を活用していき、本物の空手道を見せたいと考えている。映像教材も所有しているが、生の迫力は全然別物である。地元のネットワークを広げて、今後も空手道の専

門家に来ていただけるようにしていきたい。

空手道は中国拳法を源流とし、沖繩在来の武術「手」と融合し、二度の禁武政策など、時代の影響も強く受けながら沖繩独自の武術として発達したものである。

こういった歴史などを含めて生徒に学習させることは大変価値のあることである。

また、運動特性として、相手と攻防し合う運動であることから、礼法や相手を尊重し、人格を認め合う態度、公正な態度、健康・安全に留意して行う態度などが重視され、人間形成の面からも非常に効果的な運動であり、今後も継続して指導していきたいと考えている。

6 まとめ