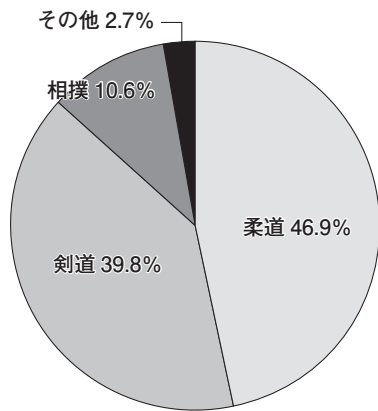


平成 26 年度奈良県中学校武道履修状況



	履修状況	
	校数	割合
柔道	53校	46.9%
剣道	45校	39.8%
相撲	12校	10.6%
弓道	1校	0.9%
合気道	1校	0.9%
少林寺拳法	1校	0.9%

# 奈良県における中学校武道必修化に向けた取組

## 武道授業

## 実践の概要紹介

奈良県教育委員会事務局  
保健体育課

本県では地域における道場等も含め、県内各地で柔道が盛んに行われ、天理大学・天理高等学校を中心に、全国的にも知名度が高く、これまで多く日本の代表選手を輩出している。

剣道においては、古来より柳生流が伝承されてきた奈良市や、十津川郷士で知られる県南部の十津川村など、剣に関しては盛んな地がある。

相撲では、野見宿禰と当麻蹶速が、日本最初の勅命天覧相撲を行ったとされる相撲神社があり、相撲発祥の地といわれている。

本県で、平成23年度までの武道が必修化される前の武道授業実施状況は低調で、必修化に向けて、まずは現状の実態調査を行い課題の把握を行った。

そこで、本県教育委員会として取り組んだのが、「保健体育科教員の指導力向上」と「武道授業の安全指導の推進」である。

今回は、その取組と、本年度より授業を開始した県立青翔中学校の授業を紹介する。



奈良公園・鷺池に浮かぶ浮見堂

### 1 県内の武道履修状況

県教育委員会で、全ての県内公立中学校を対象に武道授業実施状況を平成23年度から毎年アンケートにより調査し、各校の指導状況や施設整備等を把握している。指導計画に関しては、平成22年度までは県教育委員会で調査し、指導を行ったが、それ以降は市町村教育委員会所管各課において点検・指導を行っている。

平成26年度の履修状況は次の通りである。

### 2 保健体育科教員の指導力向上

本県教育委員会としては、履修状況から見て、例年、柔道、剣道、相撲の研修会を実施し、今までの指導体制をより推進することを目的に、県柔道連盟・剣道連盟と連携し研修会等を行い、中・高等学校の保健体育科教員の指導力向上や資質向上を図ってきた。

各校が履修している武道の、専門的な指導経験がない保健体育科教員には、市町村教育委員会内もしくは校内研修を実施することとし、県教育委員会が主催・共催する武道指導者研修には各校から1名以上の教員が参加することを呼びかけ、さらに、武道指導者研修会（文部科学省主催、柔道連盟・市町村教育委員会・県教育委員会主催もしくは後援）に参加したことがない保健体育科教員については、必ず参加するよう促してきた。

(1)新学習指導要領「武道必修化」に向けた研修会

平成20年度・体育実技指導者研修会 剣道

平成21年度・体育実技指導者研修会 柔道

平成22年度・奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会

平成23年度・全国剣道指導者研修会 主催・日本武道館、全日本剣道連盟、全日本学校剣道連盟

奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会

平成24年度・学校体育担当者会議 講演「体育・保健体育授業における安全確保について」柔道等における頭部・頸部の外傷について

奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会

奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会





相撲研修会

奈良県学校体育地域社会剣道指導者研修会 主催・日本武道館、全日本剣道連盟  
 学校体育相撲実技指導者研修会  
 平成25年度・奈良県中・高等学校(教科)柔道指導者研修会  
 学校体育相撲指導者研修会  
 学校体育相撲指導者研修会

平成23年度は、日本武道館・全日本剣道連盟・全日本学校剣道連盟主催による全国剣道指導者研修会、平成24年度は、日本武道館・全日本剣道連盟主催で奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会を開催。

また、平成25年度からは上記の研修会参加者等を元に、奈良県中・高等学校の専門的技術を有する教員を講師に学校体育剣道指導者研修会として開催している。

その内容としては、木刀を用いた剣道における形の指導法や防具を使用しない授業法、楽しい授業の展開、評価に関してなど細かく指導していただく研修会となっている。

③相撲研修会  
 本年度は、相撲指導者講習会に参加した中学校学校体育連盟相撲専門部の専門委員長に伝達講習を行っていただいた。

実技だけでなく、実施校は少ないが、授業展開の説明や各校の取組を発表し、授業内容や評価につ

①柔道研修会(県柔道連盟連携による研修会)  
 奈良県柔道連盟が主催する全国中学校(教科)柔道指導者研修会の受講者により、伝達講習会として開催している。

礼儀作法、所作はもちろんのこと、特に安全面に重点を置いて指導を行っていただいている。平成25年度からは中学校の教員だけではなく、高等学校の教員も参加して充実した研修会となっている。

②剣道研修会  
 平成23年度は、日本武道館・全日本剣道連盟・全日本学校剣道連盟主催による全国剣道指導者研修会、平成24年度は、日本武道館・全日本剣道連盟主催で奈良県中学校(教科)柔道指導者研修会を開催。

また、平成25年度からは上記の研修会参加者等を元に、奈良県中・高等学校の専門的技術を有する教員を講師に学校体育剣道指導者研修会として開催している。

その内容としては、木刀を用いた剣道における形の指導法や防具を使用しない授業法、楽しい授業の展開、評価に関してなど細かく指導していただく研修会となっている。

③相撲研修会  
 本年度は、相撲指導者講習会に参加した中学校学校体育連盟相撲専門部の専門委員長に伝達講習を行っていただいた。

実技だけでなく、実施校は少ないが、授業展開の説明や各校の取組を発表し、授業内容や評価につ

### 3 武道授業の安全指導

県教育委員会からは、各中学校に以下の点において注意を呼びかけている。

(1)施設や用具等の安全点検を行うなど学習環境に十分配慮すること。

(2)指導に当たっては、各学校の年間学習指導計画に基づき、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うこと。特に、初心者には、基本動作(受け身等)が安全にできるよう指導を十分に行うとともに、その動作に注意を払うなど、十分な配慮を行うこと。

(3)指導の前後に生徒の健康状態について把握するとともに、指導中の体調の変化等に気を配ること。

また、生徒が自身の体調に異常を感じたら運動を中止することを徹

特に柔道指導の留意点を安全配慮の重点項目と考え、天理大学教授猪俣省太氏及び同大学教授細川伸二氏にご協力いただき、「柔道の学習指導における留意事項について」を作成し、県内の中学校に周知している。

指導に当たっては、日頃から「ケガ等から身を守るために、柔道の授業を行う」という観点での授業を各校にお願いしている。

いて意見交換を行うことで、安全面についてや女子の授業の展開例などが共有され、今後の授業に役立つ研修会となっている。

底すること。

(4)事故が発生した場合の応急処置や緊急連絡体制など対処方法の確認と関係者への周知を徹底すること。



柔道研修会



剣道研修会



## 柔道の学習指導における留意事項について

柔道の授業において、最優先で留意しなければならないことは、安全指導である。柔道の授業は、安全で楽しくなければならぬ。

「スポーツにはケガが付きもの」ではなく、「ケガは指導者、生徒の努力で回避できる」と考えなければならぬ。「ケガ等から身を守るために、柔道の授業を行う」と考えたほうがよいかもしれない。

※安全面は厳しく指導する。

学校教育の究極の目標は「人命尊重」である。どのような状況においても、ケガの危険性があつた場合は、間髪を入れずに活動を中止させ、指導しなければならぬ。特に授業前後のふざけあい等が起らないように十分指導することが大切である。

※「安全面の留意点」の導入  
授業で生徒がケガをすることを回避することは、教師の責務であるといつてよい。教師は事前に危険な場面を想定し、そういった場

面をつくらぬ指導法を考える必要がある。

※「陥りやすい欠点とアドバイスの導入」

技術指導の中で生徒が陥りやすい点をあらかじめ把握でき、いれば合理的な指導ができ、授業の率が上がり、安全な指導ができると思われる。

### 留意事項 Q & A

Q1 柔道で起こりやすいケガや事故の特徴について

A1 柔道は、ケガや事故の多い競技です。なかでも最も多いのは、膝や足関節など下肢の外傷です。中学生では上肢部のケガが多いのも特徴的です。さらに、中学生や高校生を中心とした頭部の重大事故も他の競技に比べて多く見られます。

また、受傷者の柔道経験年数は

1年以内が多く、大外刈りや大内刈りなどで投げられ後頭部を打撲する場合に多く見られます。

Q2 柔道に見られる重大なケガや事故について

A2 (1)頭部のケガ  
以下の重大な頭部のケガは、特に受け身の未熟な初心者が投げられて後頭部を打撲する場合に多く発生しています。

①急性硬膜下血腫

脳が前後方向にゆさぶられる力(回転加速度損傷)で脳表と硬膜(骨に固定されている)間の架橋静脈が断裂し、急性硬膜下血腫が発生するケースが多く見られます。また、後頭部が畳に衝突した際に、骨・硬膜に急にブレーキがかかる、脳と硬膜にずれが起ると、架橋静脈が引き伸ばされ破綻します。症状は、頭痛・嘔吐などをきたし意識が低下します。さらには、大脳が脳幹を圧迫し、昏睡や呼吸停止が起きます。

②脳しんとう

脳しんとうは、軽傷頭部外傷に含まれますが、頭部打撲直後に打撲の直前の記憶がまったくない症状(逆行性健忘)や見当識障害(時間・場所・人などを間違える)、頭痛やめまい、「ぼー」としているなどの様々な神経症状が見られ、短時間で完全に回復し、画像検査などの損傷が認められないものです。ほとんどが自然に回復するので、脳しんとう自体が重症というわけではありませんが以下の点に注意が必要です。

・脳しんとうが多いことは、重大な急性硬膜下血腫なども起こり得ます。

・脳しんとうの症状の中には、見当識障害や「ぼー」とするなど軽い意識障害と区別がつかない症状、頭痛・嘔吐など頭蓋内圧亢進を疑う症状も含まれており、発生直後は硬膜下血腫などの重大なものも疑う必要があります。

・上記の場合に医師の診断・検査

断を受けることが大切です。)

A2 (2)頸部のケガ

内股や小内刈りなどで自ら体勢を崩し頭部から畳に突っ込んだり、相手につぶされたりして受傷しています。特に内股の場合は、頸椎の過屈曲による損傷が典型的です。受の場合は、相手に投げられて受け身がとれなかったり、投げられるのを無理に避けて受け身を取らず頭部から畳に突っ込んで受傷しています。

Q3 初心者に対する指導上の配慮について

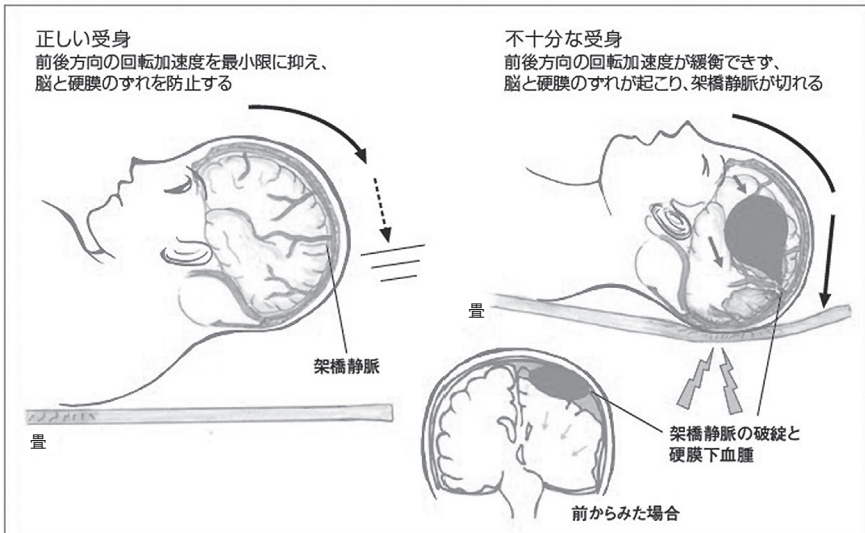
A3 柔道は、多くの生徒にとつて中学校で初めて学習する運動であることから、学習の進度を考慮し、課題の設定、学習内容の選択、学習する技の範囲と程度など無理のない内容とすることが重要です。技能レベルを超えた無理な技の練習等の中で、例えば、技を掛けて自ら崩れてケガをすることが多くなっています。特に、崩れて頭から突っ込み頭部・頸部の損傷を起こし重症になる場合があります。

A2 (3)上・下肢のケガ

上肢のケガは、相手に投げられたり、前回り受け身を行った際に、肩を畳に強打するなどして鎖骨や肩鎖関節などを痛めることがあります。また、相手と組み合った際に起きる指のケガ、床面に手を着いたり、組み合った状態で捻るなどの際に起きる肘のケガがあります。勢いがついた状態や相手の体重による過重な負荷がかかった場合には、脱臼や骨折などの

(1)学校における授業では、初心者と経験者等による技能レベルの違いや体格差、体力差、性差を十分に考慮したグループ分けを行い、基本技能の習熟に重点を置くよう

急性硬膜下血腫の発症機序(メカニズム)



がされないと治療が遅れたり、打撲を繰り返して重大な事故となる場合もあります。

〈頭部打撲により脳しんとうが疑われるときは、必ず医師にかかり、頭

部の画像検査(CTまたはMRI)を受け、異常がないことを確認しておく必要があります。また、脳しんとうを起こした後の授業復帰に関しても脳しんとうの症状や程度、頭部画像検査の結果に基づいた医師の判





青翔中学校における弓道授業

## 4

### 奈良県立青翔中学校弓道の取組

な指導が大切です。  
 (2)受け身は、体幹部への衝撃を緩和し、事故防止のために大切な基本技能です。特に顎を引いた正しい受け身は、後頭部の打撲や回転加速損傷を避けるためにも重要で、誰もが確実に身につけなければなりません。また、受け身の練習は、初心者するときに行えばよいというのではなく、技能レベルに応じた練習を欠かすことはできません。

**Q4 女子の履修と指導上の配慮について**

**A4** 女子の柔道の指導に当たって注意すべきことは、基本的には男子の場合と同様ですが、その発育発達の特性を踏まえて、身体

発育の特徴や心理的な特性等について十分に配慮しながら、柔道の楽しさを味わうことができるような学習指導を工夫していくことが大切です。

#### 身体面・心理面

中学生期は、成長の著しい時期でもあり、男女の体力の差が大きく、一般的に柔軟性などは女子が優るが、筋力や瞬発力などは女子が劣るという特徴があります。また、相手と組み合うという柔道の特性から、柔道衣を清潔に取り扱うとともに長い髪や爪などについても安全面から指導することが大切です。

なお、柔道衣の下に白い丸首の半袖シャツを着用させるなど適切な指導も必要です。

**Q5 施設・用具の安全について**

**A5** 柔道場の安全点検について以下のことが大切です。

(1)畳がずれてできる隙間には、緩衝材を詰めたり、滑り止め器具などを活用するなどの対策を講じる必要があります。

(2)混み合った状態で練習は、接触事故を誘発するので、適正な人数で実施しましょう。

(3)むき出しの柱、鉄骨、壁の角には、防護マットを巻くなどの安全策を講じるとともに、周囲に危険な物品を置かないことが重要です。

(4)投げ込み練習を行う場合には、投げ込み用マットを用意するなど、衝撃を和らげる工夫が必要です。

(5)熱中症予防の観点から武道場等の気温と湿度、換気などの環境に注意する必要があります。

#### 参考文献

- 「〜事故をこうして防ごう〜柔道の安全指導」(財)全日本柔道連盟「学校体育実技指導資料 第2集 柔道指導の手引き」文部科学省
- 「柔道 授業づくり教本 中学校 武道必修化のために」(財)全日本柔道連盟
- 「けが」をさせない柔道指導法―安全な授業のために―投げ技編」日本武道館
- 監修 学校法人天理大学体育学部 教授 藤猪省太
- 監修 学校法人天理大学体育学部 教授 細川伸二

平成26年4月に、県立初の青翔中学校を開校した。

各教科、特色ある授業を行っており、武道は弓道を選択している。

る。弓道具は一式を全日本弓道連盟より寄贈していただき、40名の生徒を武道とダンスの領域で前後半に分けて授業を行っている。

授業では、保健体育科の教員と授業協力者として弓道部顧問教員が連携して、礼法に始まり、射の基本動作の射法八節を学び、射込みまでを展開している。

初めは動作もぎこちなく、思う

ように弓が引けなかったが、後半には射込みまでできるようになり、生徒たちの感想は、日に日に上達を感じることができるようであったようである。

## 5 終わりに

新学習指導要領による武道必修化から3年がたち、各学校での授業形態が確立してきている。しかし、教員の入れ替わりや新規採用教員も多くなり、今まで指導経験のない武道の授業を行うこととなる教員が増えている。このことから、各研修会の継続と充実が必要と考える。

また、来年度は奈良県中学校保健体育研究会・高等学校等保健体育学会を中心となって武道の研究部会を立ち上げ、県教育委員会と協力して、授業実践に役立つよう、中学校、高等学校の継続を踏

まえた授業内容を深めると共に、モデル校を決め、授業協力者による授業展開を進めて、その内容の公開授業や研修会の実施を行うことを予定している。

県教育委員会では、ほとんどの生徒が、中学校で初めて武道を学習するということを前提に、生徒の興味関心を引き出し、より安全な武道の授業展開ができるよう、教員の指導力向上が図れる取組を行っていききたい。