

## 長野県における

# 中学校武道学習「相撲」の取組

大相撲では、木曾郡上松町出身の御嶽海関の躍進に大きな注目が集まっています。本年初場所での初の技能賞を獲得し、春場所では2場所ぶりに小結に返り咲きました。県内出身力士の活躍は、地元木曾地域はもちろんです。男女年齢問わず長野県民の楽しみとなっていくことでしょうか。

さて、長野県の公立中学校における武道学習は、柔道、剣道以外にも相撲、弓道、なぎなた、空手道などを学校の実情に応じて扱っております。県教育委員会では、武道学習充実のために指導者派遣事業や研修事業を行っています。また、中学校での武道学習必修化に伴い、平成22年度・23年度には柔道・剣道の指導の手引とDVDを作成、各校に配付し学習の充実と安全管理のための活用を図っています。

指導者研修については、毎年、長野県体育センターの講座において柔道・剣道の「指導者のための研修講座」が開設され、多くの先生方に参加していただいております。さらに今年度は、新たに「相撲」の講座を設け、充実を図っております。今回紹介させていただく授業実践についても、木曾郡木曾町立開田中学校・長谷川良人先生による「相撲」の授業づくりです。先述した通り、長野県内での相撲への関心も高まってきていることから、これから武道学習で相撲に取り組む学校も増えてくるのではないかと考えられます。

長野県教育委員会では、今後も指導者派遣や研修等の充実に取り組んでいくとともに、よりよい授業づくりが広がっていくことを願っております。

長野県教育委員会事務局  
スポーツ課



開田中学校の校庭から望む御嶽山。開田中学校は標高1149mに位置し、自然溢れるリゾート施設のような中学校です

## 1 開田中学校の研究実践より

木曾郡木曾町立開田中学校（2年生）  
単元名「押し相撲」（男子10名・女子6名）

授業者 長谷川良人 教諭

（木曾郡教育課程研究協議会の授業より）

### (1)はじめに

長野県木曾郡木曾町は県内においても相撲が盛んな地であるが、それは旧木曾福島町で盛んであったことが大きく影響している。また、御嶽海関の活躍から相撲の人氣がさらに高まっている。

今回、相撲を授業に取り入れた開田中学校が位置する旧開田村は、木曾郡の中では最近まで相撲は盛んな地域ではなかったものの、4年前から開催されている「木曾町小学生相撲大会」に開田小学

校の全児童が参加していることから、授業の中で相撲を取り入れる等、子どもたちの中に徐々に相撲が根付きはじめています。

しかし、中学に進学すると相撲をする機会がなかった。そこで、地域で育まれている文化としての相撲を中学校でも継続して学習することは有効であると考え、武道の授業で相撲を取り入れることにした。

### (2)生徒の実態と願う姿

本校の生徒は、意欲的に運動に取り組むことができる反面、運動が「苦手」と感じている生徒も見られる。また、友だちや先生のアドバイスによって運動ができるようになったことに楽しさを感じている生徒も多い。

このような生徒たちが、運動の

特性や魅力を感じ、生涯を通じて運動を楽しむ基礎を築いていくために、仲間へアドバイスをしたり、アドバイスを求めたりする場づくりを大切に授業を構想することによって、互いに高め合う生徒の姿を目指して授業づくりに取り組むこととした。

### (3)保健体育科研究テーマ

このような地域や生徒の実態とわたしたちが願う姿から、本校保健体育科では、  
すべての生徒が、自ら運動の楽しさを味わい深めていく体育学習  
〜楽しさと学びの質の高まりを求めて〜  
を研究テーマに据え、テーマ実現に向けて研究を進めた。

### (4)相撲の特性と魅力

本単元の構想にあたり、まず、生徒にとって「相撲」とは、どのような特性があるのかを洗い出した。

①勝敗を競う→勝つために、より



蹲踞、塵手水の学習

高い技能を身に付けたい。仲間との関わり→相手と直接接する競技特性→高い技能を身に付けるためにアドバイスがほしくなる。

③礼儀を重んじる態度→独自の所作・作法があり、意味を学ぶことができる。

### (5)運動の「核心」

木曾郡体育研究会では、その運動で味わうことのできる魅力や運動の「核心」として、授業づくり



靴を履いたまま四股を踏む

①「まわし」を着装せず、靴を履

(6)単元の展開(右頁)

の柱にしている。今回も生徒の実態と運動の特性から、この単元における運動の「核心」を、「相手の中腰の構えを崩して攻める」とし、核心に迫るための中核的技能を「中腰の構え」と「運び足」と考え、単元計画を立てることとした。



女子の蹲踞相撲



男子の蹲踞相撲

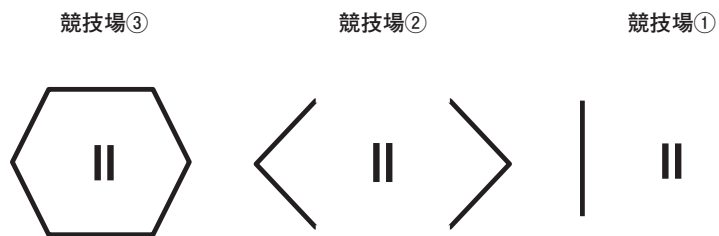
②学習グループの考慮  
 砂の土俵の感覚を、体育館のフロアで、しかも裸足で味わうのは難しいことから、靴を履いた方が土をつかむ感覚に近いと考えた。  
 ③基本動作にしぼる  
 身長差や体重差は、押しに関して言えばあまり関係がないと考えて、学習する技を「押し」に特化する。どの生徒でも考え易く、互いにアドバイスをしやすくなるようにした。



組んだ状態から「始め」

④立ち合いの恐怖心を与えない(安全性)  
 競技の相撲では、立ち合いが勝負を分けるが、恐怖感を感じないよう、互いに近すぎず、遠すぎない距離感を大切に、相手に手をあててから始めるようにした。

⑤競技場の工夫  
 「押し」を実現するために、長方形の形にした。俵に足が残る感覚を出すために、エンドラインをモール(床にコードをはわせるカバー)にし、横1m、縦4mとした。



単元の展開(抜粋)

段階	学習活動	教師の指導	時間
はじめ	《オリエンテーション》 ○学習の見通しをもつ。 ・相撲の歴史や特性、楽しみ方を理解し、学習のねらいや計画を理解する。 ○相撲遊びをする。 ・手押し相撲 ・蹲踞相撲	・相撲の歴史や特性に関するDVDを視聴し、学習の見通しが持てるようにする。 ・相撲遊びやバランス崩しを行い、相手とのかけひきなどの楽しさを味わえるようにする。 ・個々の動きや安全への配慮	①
なか1	ねらい1 「中腰の構えの重要性に気づき、相撲の基本動作および基本となる技(押し)をできるようにしよう」 ○基本動作①を身に付ける。 ・蹲踞・塵浄水 ○基本動作② ・中腰の構え・四股・運び足・腰割り ○受け身 ・一人ゆりかご・足相撲・ピョンピョン相撲 ○基本となる技(押し)の学習 ○簡易的な試合 ・陣取り相撲(団体戦)・押し合い相撲(団体戦)	・基本動作の意味を大切に指導する。 ・中腰の構えでの押しについて、陣取り相撲の自由な押し合いの中で、より効果的な方法をグループで見つけ出せるよう声かけをする。 ・グループで気づいた押し方を発表し合い、共有できる場を設定する。 ・競技場①及び②の設定 ・礼法指導、安全指導を行う。	② ③ ④ ⑤ ⑥
なか2	ねらい2 「身に付けた基本となる技(押し)、押しの関連技術および関連した前さばきを用いた攻防が展開できるようにしよう」 ○押しに関連した前さばきを身に付ける。 ・押っつけ ・絞り込み ・いなし ○簡易的な試合 タッチ相撲で団体戦を行う。	・互いに掌を合わせ、中腰、互いの首を肩に付けた状態から始める。 ・タッチ相撲の中で見つけた前さばきを紹介し合う場を設け、前さばきの要点をおさえる。 ・グループ内で約束稽古 ・競技場③を用いた試合	⑦ ⑧
まとめ	○単元のまとめ ・学んだことを学習カードにまとめる。	・まとめたことを発表し、共有できるようにする。	⑨

## 2 本時の授業について

(1) 本時の主眼 (本時は第6時)

「効果的な押しのポイントに気づいた生徒たちが、エンドラインを広くした競技場で押しの練習をする場面で、前に押せないときにどのようにするかをグループで考えることを通して、相手の中腰の構えを側方に倒して押すことができる。」

(2) 学習課題

「相手の中腰の構えを崩すにはどうするかを考えて押そう。」

(3) 場とルールの変更

本時は、エンドラインを広げ、どちらかがエンドラインに押し出すことで勝敗をつける。膠着した状態を創り出すために次のルールで練習を行った。

- 【ルール】
- ・どちらかのエンドラインに押し切った方が勝ち。
  - ・基本的には常に接触した状態で押し合う。
  - ・引いたり投げたりしない。
  - ・二〇秒で押し切れない場合は引き分け。
  - ・サイドラインを極力出ないようにする。
  - ・出たら速やかに戻る。

(4) グループで伝え合う

生徒たちは、中腰の構えで対戦をしていく中で、「互いに押しのポイントを知り、力が拮抗している状態で押し切れない」という共通の問題点を解決するために、各部屋(グループ)の共有カードを



部屋対部屋の対抗戦を行う

## 3 成果と課題

(5) 動いて確かめる  
各部屋の生徒たちは、実際に動きながら相手より先によい体勢になることや、相手が脇を締められ

使って、これまでの学習内容を手がかりに、相手を崩すための動きを考えていった。

ないような上体の動きなどに着目していった。また、相手より不利になった場合は体を素早く入れ替えてより有利な状態にもっていく動きの工夫も見られた。  
部屋対部屋の対戦を行う中で、意欲的に取り組み、動きを高めていった。

(1) 成果について

授業を終えた生徒の振り返りは次の通りだった。

「相手より先に自分のいい体勢をつくり、押せたので良かった。」  
「相手より先に足を出して、そのまま押し進むと良いことが分かった。」  
「相手が脇を締められないように、腕に手をおくと良かった。」

「力の作用を逆手にとり、なかなか良い勝負ができた。(力は前方へ働くと上下左右に弱くなる。)」  
また、授業を参観した先生方からは、次のようなご意見をいただいた。

○相撲の良さは、勝敗が早く、分かりやすいこと。剣道、柔道と比較して用具の手入れがないことや、身体接触が楽しいという特性がある。

○一方向だけだと縦足になって難しいという声があった。早くに円で行いたい。

○押しに絞ったことで分かりやすく、全員が同じ課題を共有し、

ミーティングがしつかりできていた。

(2) 課題について

一方で、生徒たちは、「相手が先に足を出すと不利な状況になる↓クルッと回る↓難しい。」

「クルッとまわるタイミングが合わない」と、上手に押せなかった。など、工夫して考えた動きについている。

●組んだ姿勢から、その後どうするかが大変。互いがイーブン状態からスタートし、手は上体のどこを押してもいいようにする

●前に押すことを習得させるために、前は狭いままで良い。広げると相撲の幅は広がるが、押し

の意識は下がる。今の段階では、前へ攻めるだけでよいのではないか。

●中腰の構えでなく「足を前後に開いた構え」になっている。相

撲はもともとシンプルなので、立ち合いだけ考慮して、円の土俵で普通に取らせた方が生徒の思考も広がるのではないか。

## 4 おわりに

単元を終えた生徒たちは、「最初はただ押し合うだけだと思っていた。払いなどの技もあって、見る相撲は前から好きだったけれど、実際にやる相撲も好きになれたので良かった。(女子)」「グループでの活動で意見を出して、部屋の仲間に貢献できたこと。相手の技のほうが有利な点もあったけれど、それを理解して、次の戦いに活用できた点が良かった。(男子)」などと、できる・分かる・かかわることへの喜びを振り返っている。

日本固有の文化・礼法等を学習するために、相撲は取り組みやすい教材であることが見えてきた。

などと、場やルール、扱う技能について、次につながる課題もいただいた。

技能系統は、「中腰の構え」と「押し」から派生しているので、焦点化し易く、一年次では、押しに特化した単元展開で「中腰の構えの崩し」を味わうことができる。また、共通の課題をもとに、こつや工夫を伝え合う活動も有効であった。

生徒とともに動き、考え、また動くことを繰り返しながら、学ぶことの多い単元であった。この実践をもとに、さらによりよい武道の授業づくりに取り組んでいきたい。

(木曾町立開田中学校教諭

長谷川良人)