

平成 26 年度中学校武道授業（柔道）指導法研究事業



平成 26 年度中学校武道授業（柔道）指導法研究事業〔主催＝（公財）日本武道館・（公財）全日本柔道連盟・日本武道協議会、後援＝文部科学省〕は平成 26 年 11 月 14 日（金）～16 日（日）の 3 日間、東京都文京区にある講道館において実施された。

本事業は、毎年 6 月に実施している全国中学校教科（柔道）指導者研修会の講師を中心に、（公財）日本中学校体育連盟柔道専門部全国 9 ブロックから各 1 名の協力を得て、計 29 名の研究者が中学校武道必修化の充実に向け、年間 8～10 時間の実態に即した授業想定での単元計画、MUST（マスト）な指導内容、指導法を明確にするために実施した。

■1 日目（11 月 14 日）

宇野博昌全日本柔道連盟事務局長、永嶋信哉日本武道館振興部振興課長が開講式で主催者挨拶を行い、記念撮影を行った後、本事業の概要、目的、日程、模擬授業の担当分担の確認を行った。次に、8 テーマに分かれて、授業者、担当者、オブザーバーが指導案と留意点について打合せ（分科会）を行い、全体会で話し合いのポイントを発表し、翌日の模擬授業の観点を確認した。指導案における学習内容、留意点、評価基準の表記方法や、低い姿勢から高い姿勢へ、スモールステップを刻んで生徒が恐怖心を持たずに柔道に取り組める工夫等、柔道を専門としない教員が授業で実践できる指導法を念頭に、示範だけでなく「わかりやすい言葉」で的確に伝えることの重要性について活発な意見交換がなされた。

■2 日目（11 月 15 日）

1 日目の研究協議を踏まえ、1 テーマ 40～50 分（

担当 2～3 人×15 分の模擬授業→質疑・検討）で行った。

- (1) 柔道の基礎知識
(授業者：工藤、興儀／担当：磯村)
- (2) 体さばきなどの基本動作
(授業者：笠原、中嶋、飯島／担当：高橋（進）)
〔(1) (2) オブザーバー：尾形〕
- (3) 受け身の指導
(授業者：林、福井／担当：渡辺)
- (4) 膝車の指導
(授業者：山田・濱岡／担当：鮫島（康）)
〔(3) (4) オブザーバー：佐藤〕
- (5) 体落としの指導
(授業者：梶谷・坪根／担当：田中)
- (6) 大腰の指導
(授業者：若林・竹田／担当：森)
〔(5) (6) オブザーバー：鮫島（元）〕
- (7) 抑え技の基本的な指導
(授業者：田塾・植田／担当：高橋（健）)
- (8) 抑え技の応用的な指導
(授業者：宮地・濱名／担当：向井)
〔(7) (8) オブザーバー：浅野〕

(1) 柔道の基本知識、礼の対象、意味、畳からの距離、時間。黙想について。柔道創始者嘉納治五郎師範についての説明、柔道衣の着方についての指導を実践・協議した。柔道衣の特性を紹介することで技術、着方と関連づけられる。

(2) 自然体、八方の崩し、右足前さばき、右足前回りさばき、ハンガーを使った投げ技練習。

・中腰ゲーム（「取」が前後左右に動いて「受」を倒

す。「受」は中腰のまま移動（ジャンプ）しながら倒れないようにする。畳の十字を使い体さばきの練習。
 ・忍者とび（自然本体を基本姿勢とし、右足前回りさばき→右足後ろ回りさばき、左足前回りさばき→左足後ろ回りさばきを繰り返しテンポよく行う練習）
 ・仲よし大腰（2人組で右組み同士になり、右手を腰に回し帯をつかみ、大腰を交互に前回りさばきし合う）等の指導法を行った。

なかでも中腰ゲームは低い姿勢で安全に、膝車の理合を理解できる指導法ですぐにでも採用できるものである。

（3）受け身の指導では畳をたたく際の手の位置（クロス）、目線の確認。

（4）膝車の指導では、「受」と「取」が互いの協力のもと一つの技ができることの認識を強調する。

（5）体落としは両膝をついた状態、蹲踞、立った姿勢と段階を踏んで指導。「受」が横転受け身をする際の引き手を「救いの手」、「愛の手」と呼称することで予見能力、危機回避能力を生徒自ら配慮させる。

（6）大腰の指導では、おんぶじゃんけん（二人一組でじゃんけんに負けたペアが勝ったペアをおんぶする）を行った。釣り手（時計）、引き手（携帯）の位置をわかりやすく説明。トリオ学習で一人は補助者。「投げた感」「投げられた感」のある技の指導。実際に投げるところまでやるかは生徒の習熟度を見て判断。

（7）（8）抑え技の指導では、2～3箇所抑えれば相手をコントロールできることを生徒に伝え、どこを抑えるか自ら考えさせる。抑え込みの練習を自由左右両方やる学校と、指導上教えやすいため右側のみの実践、左側は紹介に留める学校に分かれた。攻防の楽しさを体感させる工夫が大切である。

8テーマの実習を終えた後、全柔連が作成している安全指導に関するDVDを視聴し、（1）～（3）のテーマ毎に全体討議を行った。

■3日目（11月16日）

2日目の続き、（4）～（8）のテーマ毎に研究協議を行った。初心者には足技→腰技→寝技の順に指導するのが基本。最初に教える技が膝車の学校が多い。専門でない教員が順序立てて指導するためには技の難易度が端的にわかるような指導本が望ましい。体落としにおける受の手を「愛の手」「思いやりの手」等と呼ぶことで柔道以外でも相手のことを思いやり、手をさしのべることのできる生徒を育てることに繋がる。また、受け身を授業の最初に指導する理由を嘉納師範のエピソード等を紹介することでより説得力を増し、生徒が興味深く授業に臨めるなどの意見が出た。抑え技の指導に関しては、体力のない子に

も配慮した指導を行い、ゲーム性を取り入れ、攻防の楽しさ味わうことができるよう目指す。

最後に尾形研究者から現在の全柔連の取り組みについて報告があり、高橋研究者から各研究者に対し6月の全国研修会への協力、研究協議を踏まえた指導案の再提出要請があり、3日間の全課程を終了した。



◇研究者

- 尾形 敬史（茨城大学・公益財団法人講道館）
- 佐藤 幸夫（全日本柔道連盟指導者養成特別委員会中学校武道必修化WG）
- 鮫島 元成（公益財団法人講道館）
- 浅野 哲男（全日本柔道連盟指導者養成特別委員会中学校武道必修化WG）
- 磯村 元信（東京都立秋留台高等学校）
- 高橋 進（大東文化大学）
- 渡辺 冬花（千葉市立おゆみの南中学校）
- 鮫島 康太（筑波大学附属高等学校）
- 田中 裕之（八王子市立第六中学校）
- 森 英也（群馬県立前橋高等養護学校）
- 高橋 健司（練馬区立貫井中学校）
- 向井 幹博（公益財団法人講道館）
- 工藤慎太郎（東北/弘前市立第一中学校）
- 笠原 慎司（関東/狭山市立西中学校）
- 林 達雄（中国/鳥取市立河原中学校）
- 山田 啓義（東海/鈴鹿市立千代崎中学校）
- 梶谷 宗範（四国/宇和島市立城北中学校）
- 若林 伸之（北信越/金沢市立高尾台中学校）
- 田塾 祐一（北海道/富良野市立富良野西中学校）
- 宮地 毅匡（近畿/加古川市立神吉中学校）
- 與儀 幸朝（九州/南城市立知念中学校）
- 中嶋 隆（出雲市立第一中学校）
- 福井 学（相模原市教育委員会）
- 濱岡 睦月（浜田市立第三中学校）
- 坪根 一美（福岡市立席田中学校）
- 竹田 睦子（高知市立朝倉中学校）
- 植田 真帆（和歌山県国体推進局）
- 濱名三代子（講道館指導員）
- 飯島 礼奈（講道館指導員）

◇全日本柔道連盟事務局・日本武道館事務局

（順不同）