

1 章

相撲の魅力

1 はじめに

本書および付属 DVD は、「どこでも、誰でも、安全に」指導することができ、生徒が楽しさや喜びを味わうことができる指導をめざして作成した。また、作成に当たっては、公益財団法人日本相撲連盟による『中学校体育相撲指導の手引き』（改訂版）に基礎をおいた。より詳細な情報は、日本相撲連盟ホームページ「中学校相撲指導の手引き」のコーナーで確認いただきたい。

相撲は、互いのバランスを崩し合う格闘的対人スポーツであるとともに、礼法や伝統的所作が重視される日本の伝統的な武道の一つである。相撲の礼法や伝統的所作を学ぶことをとおして、相手を尊重する心、公正な態度及び武道の伝統的な考え方を身に付けることができる。

以下に、教育の視点から見た相撲の特性と魅力について記述する。

2 相撲の歴史

(1)日本の相撲の起源

奈良時代の『古事記』には、神話として出雲の国を取り合って建御名方神（タケミナカタ）と建御雷神（タケミカヅチ）が力くらべをした記述がある。『日本書紀』には、当麻蹶速（タイマノケハヤ）と野見宿禰（ノミノスクネ）が天皇の前で相撲を取ったと記述されている。当時は戦うことを「すまい」と呼び、これが「すもう」の語源になったと考えられている。

(2)相撲節会（すまいのせちえ）

奈良時代から平安時代の間、地方から都へ強い力士が集められ、天皇の前で相撲大会が行われた。これを「相撲節会」といい五穀豊穡や大漁を願う宮中の大切な行事の一つであった。まだ土俵はなかったが、危険な行為を禁止するなど、少しずつ相撲のルールができてきた。

(3)奉納相撲と神事相撲

相撲節会（すまいのせちえ）を経験した力士が地元に戻り、都で得た相撲のやり方やルールを伝えることにより広まったと考えられている。地方の相撲は、奉納や神事として盛んに行われ、お祭りの人気行事となった。そして、現在も地域の神社のお祭りで奉納や神事として相撲が行われている。

(4)武家相撲

平安時代の中頃から、武士が力をつけ、政権を握る時代になった。有力武将は強い力士を集め、見て楽しむために相撲を取らせた。勝った力士を武士として雇うこともあった。また、武士は相撲を戦の訓練として行っていた。源頼朝が相撲を観戦した記録も残っている。織田信長は、各地から多くの力士を集め、大規模な相撲大会を開催したといわれている。

(5)江戸時代の相撲

江戸時代には、神社や寺、橋、道路などを造ったり修理する費用を集めるために、観客から料金を取る勧進相撲が盛んに行われていた。やがて相撲は楽しむための興行として行われるようになった。東京両国の回向院^{えこういん}で春秋毎年2回の相撲興行が開かれ、力士は歌舞伎役者とともに大スターとなった。こうして、現在の大相撲の元となるプロの相撲が誕生した。この頃、現在の土俵やルール、礼法、所作がほぼ整備された。

(6)現在の相撲（アマチュアスポーツとしての相撲）

20世紀になると、相撲は学校の課外活動として行われようになった。明治42(1909)年には、大阪の堺で学生大会が開催された。大正4(1915)年には、石川県で県内8校が参加して第1回学生角力^{すもう}大会が開催された。現在まで高校相撲金沢大会として続き、平成28(2016)年には、全国から74校が参加して第100回大会が開催された。大正8(1919)年には、全国的な大会として、第1回学生相撲選手権大会が開催された。昭和21(1946)年には、アマチュア相撲を統括する組織として、日本相撲連盟が設立された。その年に開催された第1回国民体育大会から相撲は正式競技となった。現在アマチュア相撲は、女子も含め小学生、中学生、高校生、大学生、社会人まで広がっている。アマチュア相撲は世界にも広がり、84カ国が国際相撲連盟(平成4年・1992設立)に登録し、世界規模の大会が開催されている。

中学校体育においては、昭和33(1958)年の中学校学習指導要領に〈格技〉として、相撲、柔道、剣道が示された。そして、現行学習指導要領にも〈武道〉として、柔道、剣道、相撲が示され、平成24(2012)年に武道が必修となり、すべての生徒が武道を履修するようになった。

3 相撲の特性と教材としての魅力

- (1)相撲は古くより国民に親しまれている国技である。大相撲のテレビ中継を視聴したり、地域行事の奉納相撲などで相撲を取ったり、観戦したりした経験を有する人が多い。このようなことから、多くの人々が、基本的なルールや低い構えで前に出ることの重要性を理解しており、必ずしも専門家でなくても、学校教育の場で指導することが可能な種目といえる。
- (2)相手を土俵の外に出す、あるいは相手の足の裏以外を土俵につけることで勝敗が決まるため、比較的ケガが少なく、初歩的な段階であっても簡易的な試合を楽しむことができる。
- (3)ルールが簡明で、試合における判定が容易なため、授業中に生徒同士で審判をすることができる。
- (4)試合に要する時間が短いため、授業中に複数回試合を楽しむことができる。
- (5)狭い空間で実施できる。机と椅子を片側に寄せれば、教室でも授業ができる。
- (6)簡易な用具で実施できる。体育着の上から柔道の帯やバスタオルをまわし代わりに着用して、授業ができる。
- (7)身体接触をともなう対人競技であり、互いに熱感や力感を、皮膚感覚をとおして直接感じ合うことができる。直接的な身体接触をとおして、相手とのコミュニケーションを図ることで、仲間同士の連帯感および信頼感を高めることができる。また、相手との攻防のなかで、旺盛な気力や冷静さを培うことができる。
- (8)体力面では、さまざまな動作を含んだ全身運動のなかで、筋力、瞬発力、局所持久力、敏捷性、平衡性、協応性などの体力要素を高めることができる。

4 用具と施設

相撲競技は本来、まわしや土俵という特有の用具・施設を使用して行われる。しかし、学校体育での相撲の授業は、まわしや土俵がなくても、学校にある用具や施設を用いて展開することができる。

例えば、服装については、体育着の上から、柔道の帯やバスタオルをまわしの代わりに用いたり、相撲パンツや簡易まわしを着用したりして、授業を行うことができる。まわしを使用できる場合でも、初期の段階では、生徒が服装による抵抗感をもつことがないように、体育着の上から柔道の帯をしめるなどの配慮が必要である。

施設に関しては、柔道場、体育館フロア（進度に応じてマットを使用）、グラウンドなどの既存施設にラインを引くなどして、授業を行うことが可能である。また、簡易土俵（土俵マットや土俵シート）などがあれば、実際の相撲により近いかたちで授業ができる。

いずれにしても、用具、施設を整備する際には、安全確保に十分配慮する必要がある。そのため、安全管理点検表などを作成し、生徒と一緒に授業前に毎回チェックをすると良い。

以下に、用具（服装）と施設に関する留意点をあげる。

(1)服装等に関する留意事項

- ・体育着を着て、腰のあたりに柔道の帯やバスタオルをしっかりとしめる
- ・相撲パンツまたは簡易まわしがある場合は、体育着の上から装着する。ベルトをしっかりとしめる
- ・授業の前には、必ずつめを切っておく
- ・時計、ヘアピン、めがねは外す
- ・女子の場合、ワイヤー入りの下着は使用せず、必ずスポーツ用の下着を用いる
- ・体育館フロアで押しの練習をする場合、受ける側は靴下を履くことで滑りやすくなり、スムーズに下がることできる。このとき、押す側がシューズを履いていると受ける側が足を踏まれてケガをすることがあるので、押す側は裸足で押す

(2)施設に関する留意事項

【柔道場を使用する場合】

- ・畳に隙間や破損はないか
- ・柱や壁に角ばりなどの危険な箇所がないか

【体育館フロアを使用する場合】

- ・床に隙間や破損がないか
- ・支柱用床金具のカバーが外れていないか（床金具の場所は避ける）
- ・簡易試合では、適宜、ラインテープを使用
- ・体操用マットを使用する場合、土俵の中だけでなく、外にもマットを敷く

【グラウンドを使用する場合】

- ・凹凸はないか
- ・石、砂利、ガラス、金属破片等はないか
- ・土俵と土俵との間隔は十分か
- ・土俵とその周辺を十分に整理しているか
- ・周辺に危険なものがないか

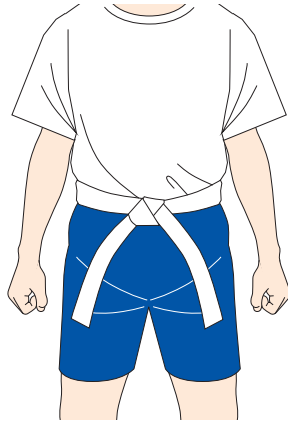
【簡易土俵を使用する場合】

- ・土俵マットを使用する場合、周辺にも体操用マットなどを敷く。マット間に隙間ができないように、ラインテープなどで隙間を塞ぐ
- ・体育館フロアなどの硬い床の上に土俵シートを敷く場合、シートの下に専用の下敷きシートやジョイントマットなどを敷く。専用俵をマジックテープ等でしっかりと固定する

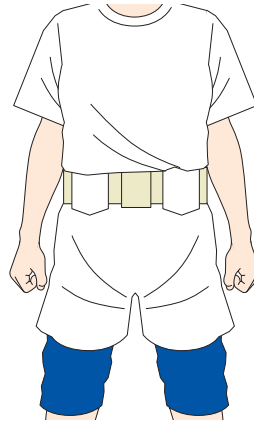
【土俵を使用する場合の確認事項】

- ・凹凸がないか
- ・土俵上の砂の量や湿り気は適切か
- ・俵が浮いていないか、俵のわらが劣化していないか、ひもの緩みはないか
- ・土俵に大きなひび割れがないか
- ・土俵周辺に危険なものはないか

【用具】



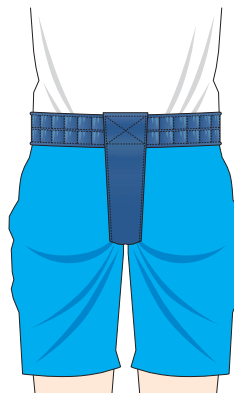
柔道帯



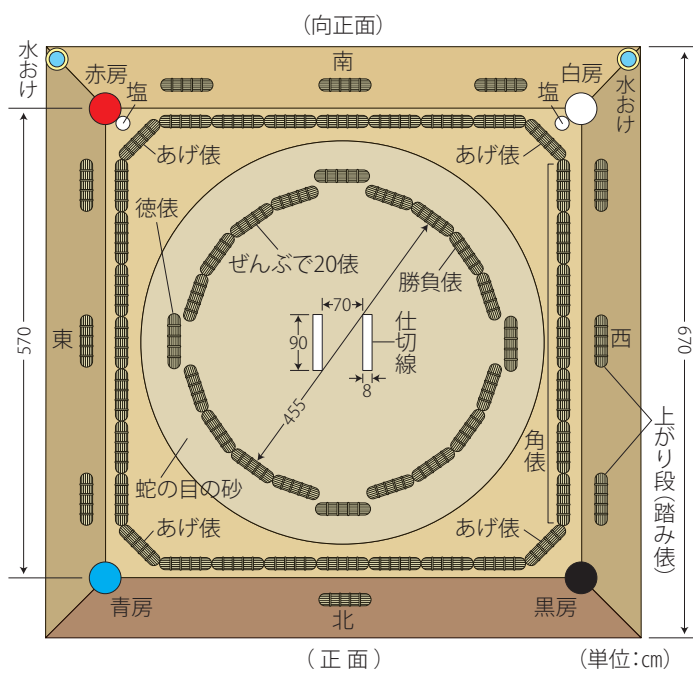
相撲パンツ



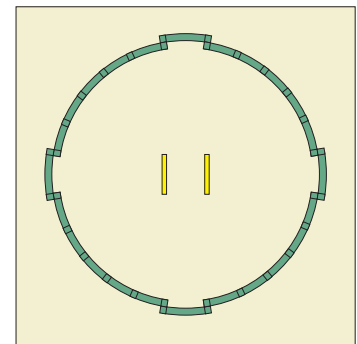
簡易まわし



【施設】



土俵



土俵シート

