

# シリーズ ■ 中学校武道 授業の充実に向けて ⑮

## 相撲授業の実践報告と必修化の課題

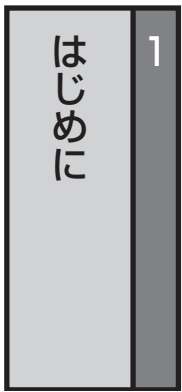


福島県喜多方市立塩川中学校 教頭  
高橋 伸明

新中学校学習指導要領が示されたことにより、平成24年度から1・2年生の授業で「武道」が必修化されることとなった。わが国の歴史や文化、これまでの教育的な背景はもとより、これから担当する中学生に重要・不可欠との考えから武道が必修となったことは言うまでもない。ぜひ、その意義や重要性を指導者自身が認識し、責任を果たすことが大切だとあらためて実感している。しかしながら、「どの運動(武道)を取り上げるべきか? 女子への指導はどうすべきか?」などと頭を痛める保健体育の教師が大勢いることも事実で

ある。私の周囲でもこの話題はよく耳にするが、特に武道を行うための施設や道具の心配、そして指導経験の浅い(ない)武道をいかに指導していくかなど、悩みは尽きない。新学習指導要領における武道の必修化は、指導者の意欲やアイデアを発揮し、教師としての力量が問われ、指導のプロとしての姿勢を示すべき機会とも言えるのではないか。

今回、執筆の機会をいただき、本校で実施している「相撲」の授業や私の体育教師としての経験の中から、その指導例を紹介する。その想いの中核は、「生徒・教師がともに『相撲』を身近なもの(手ごろな運動)として捉え、相撲に親しみながら楽しく学習できるか」として、以下述べていきたい。



(1) 「相撲」は身近で手ごろな運動

「相撲」は、「柔道」や「剣道」のように、柔道着や畳、防具や竹刀といった準備や経費のかかるものではなく、男子であれば短パン1枚で行うことも可能な、極めて手間のかからない手軽な運動と言える。もちろん、本来の「相撲」では、まわし・土俵などが必要となるが、導入段階においては、それらがなくても、「相撲」の特性を十分に学ぶことができる。

また「相撲」は、工夫次第で体育館や校庭など、場所を問わずに実施可能で、指導のバリエーションが多い。さらに、年間を通して大相撲がテレビや新聞で報道され、誰もが共通な話題にできることなどからも、生徒の意識を高めたり、「礼法や技な

どの武道独特の動き」を理解する上で「他の武道」よりはるかに身近と言える。

私自身、これらの理由から、これまで勤務したいくつかの学校において「相撲」を取り上げてきた。

(2) 本校における武道に関する実態

本校の位置する会津地区は、歴史的・文化的背景からも「相撲」「剣道」「柔道」、さらには「なぎなた」「弓道」など、武道の盛んな地域である。屋根つきの立派な土俵を持つ小・中学校も多数あり、県内でも「相撲」が盛んな地域と言える。平成20年度、中学校保健体育科で「相撲」を選択した学校の割合は、本県全体では約5%だったのに対し、会津地区では約31%となっている(次頁図1、2)。

本校は、全校生徒320名の中規模校である。ここ数年、保健体育科教師は男女各1名で、それぞれ男女別に授業を担当し、男



子は武道、女子はダンスの授業を行っている。武道の種目として、以前は剣道を選択していたが、2年前より相撲を行うようになり、今年度で3年目を迎えた(各学年で扱う授業時数は、それぞれ10時間としている)。地元には剣道のスポーツ少年団が熱心に活動しているものの、以前は盛んであった本校の剣道部

も部員の減少により昨年度途中から休部している。その他、毎年6月には会津地区で中学校相撲大会があり、希望者を募って「特設相撲部」を結成し出場している(この時期までに授業で相撲を実施することにより、大会への参加意識が高まっていく)。生徒の実態はというと、「相撲」をはじめ武道に対する意識は極

(表1) 指導計画と学習内容〈平成20年度〉

時間	1年生	時間	2・3年生
1	1 オリエンテーション ・主に相撲の歴史と文化、 学習の進め方	1	オリエンテーション ・主に学習の進め方、学習ポイント、 評価方法および評価項目
2～3	1 礼法やルール 2 基本動作 ・蹲踞 ・塵浄水 ・四股 ・構え ・すり足 ・運び足など	2	1 礼法やルールの確認 2 基本動作 *内容は1年生と同じであるが、ス ピードや基本姿勢・動作の正確性を 求めた指導を行う
4～5	1 基本動作 ・立ち合い ・立ち合いでの受け方 ・寄り ・おっつけ ・押しなど 2 簡易な試合 ・押し相撲	3～5	1 基本動作 ・立ち合い ・立ち合いでの受け方 ・突き ・寄り ・おっつけ ・絞込み ・いなし ・投げ技 ・ひねり技など 2 簡易な試合 ・立ち合いからの押し相撲
6～7	1 対人的技能の習得 ・寄り ・おっつけ ・いなしなどを活用した取組 2 簡易な試合 ・押し相撲	6～8	1 対人的技能の習得 ・突き ・寄り ・おっつけ ・絞込み ・いなしなどを活用した取組 2 簡易な試合
8～10	1 対戦 ・個人戦 ・団体戦	9～10	1 対戦 ・個人戦 ・団体戦 2 まわしを着けての取組

(1) 指導計画と学習内容(表1)  
基本的に、1～3年生で学習する主な内容や流れに大きな差はない。まず、オリエンテーションでは、大相撲などの話題を取り入れて興味を持たせようとして、学習計画や評価の観点などを示す。なお、「国技と呼ばれるのはなぜか」「相撲を通して何を身につけるのか」など、生徒自身に考えさせる時間を確保するとともに、各学年ごとに学習カ

## 2 実際の指導

④地区の中学校相撲大会の選手選考につながる  
⑤筋力、柔軟性、瞬発力など身体のパランスや、勇気を育むことができる  
\*「体育の授業」ということを考えれば、本来は⑤が一番にならないといけないが、これが現状である。

図3 中学校で武道を学習しますが、やってみたくありませんか？

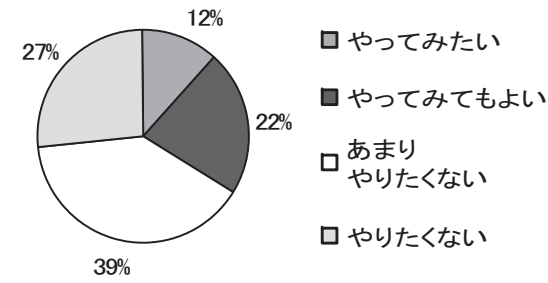


図4 どの運動をやりたいですか？

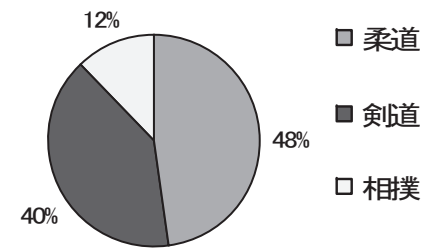


図1 福島県における各中学校の武道実施状況(H20)

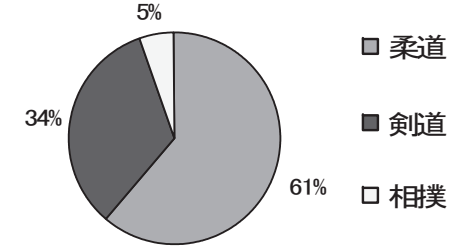
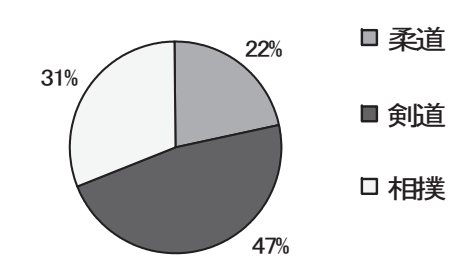


図2 会津地区における各中学校の武道実施状況(H20)



めて低い状況にある。本校の1年生男子60名にアンケートをしたところ、武道をやってみたくないと答えた生徒は12%、また、相撲を選択したいと答えた者も12%であった(図3、4)。先に述べた地区の中学校相撲大会参加者も、実際には進んで相撲に参加する生徒は少なく、柔道部の生徒が駆り出されるなど、どの学校でも選手を募るのに苦慮しているのが実態である。興味や関心、活動意欲の低い生徒に、関心を向けさせ、「相撲」の学習

を通して得られる喜びや達成感を味わわせることができるようにするのは容易ではない。  
(3) 本校で相撲を選択する主な理由  
以上のことから、本校で「相撲」を選択する理由をまとめると、次のとおりとなる。  
①身近で手軽な運動である  
②用具の準備や経費・設備が最小限ですむ  
③日本の文化や独特の動きを学ぶことができる



塩川中では「特設相撲部」を結成し、毎年6月に行われる会津地区中学校相撲大会(▲)に出場している

日本教育新聞社

7/29水・7/30木

教育ソリューションフェア2009 開催!

注目の分科会

『新学習指導要領に伴う保健体育におけるダンス授業のあり方』～本格導入に向けてのダンス授業の構築～

開催日時 7月30日(木) 午後12:40～14:40

主催 NPO生涯学習研究会

基調講演

テーマ「新学習指導要領における中学校体育授業のねらいと課題」

池田 克紀  
東京学芸大学教授・学術博士

特別講演

テーマ「舞踊教育の可能性とアプローチについての提言」(仮題)

清水 知恵  
舞踊家・福岡教育大学准教授・博士(人間環境学)

実践報告

テーマ「ダンスという手段で『生きる力』を育む」(仮題)

HANA(深澤 きよ美)  
(株)HANAエンタープライズ代表取締役  
ほかパネルディスカッションを予定

お問い合わせ/お申し込み  
先生解決ネット  
www.kyoiku-press.com

学習が単調になると生徒の興味・関心が一気に低下することとなるので、指導者が模範を示したり、ビデオカメラで録画して動きをチェックするなど、指導者のアイデアが重要となる。そして、最後には必ず押し相撲を行い、基本動作を実践に活かすよう指導する。

4～5時間目は、立ち合いを中心に。瞬間的に全身全霊で相手に額からぶつかっていく「立ち合い」は、まさに勇気の表れであり、「相撲」を学習するうえで最も大切な内容と考える。筆者自身、「柔道」「剣道」「相撲」

の有段者であるが、この立ち合いでの勇気と集中力は「相撲」ならではのものであり、しっかりと立ち合いができることにより、学習意欲や対人的技能の習得において効果が見られるようになる。

指導する際は、①姿勢、②重心、③タイミングを意識させる。あごを引き背筋をしっかりと伸ばした姿勢から、足腰のバネを使って一気に体重を前方に向け、額と両腕を同時に相手の胸(上級者は額を目標に)に当てるように指導する。この一連の動きが一致した際に、大きな力が生

まれることを実感させることが大切である。

このとき、当てることに恐怖心を持たせないように配慮することが特に重要となる。はじめは相手との間合い(距離)をごく短くし、軽く当たる練習を繰り返してから、徐々に間合いを広げ、当たる強さを増していくようにする。正確で良い動作を身につけさせるには、「ゆっくり」「素早く」「小さく」「大きく」「やさしく」「強く」がどの運動においても基本であり、とりわけ体と体が正面から激しくぶつかり合う「相撲」においては特に

重要と考える。しっかりと当たりができるようになったら、立ち合いから相手を一気に土俵の外へ押し出すまでの動作を低い姿勢を保ちながら行わせる。すると、立ち合いからの押し相撲で、相撲に勢いや激しさが出てくる。生徒は、このような経験を重ねることにより、技ができる楽しさや喜びを味わうことになる。

6～7時間目は、1年生は立ち合いから押しを用いての取組を中心に行う。2・3年生には、おっつけや絞り込み、いなしなどを指導し、戦術的な幅を持た

(表2) 相撲学習カード〈1年生例〉

NO	氏名	学習のめあて		
学習計画と評価のポイント				
時間	学習内容	評価のポイント	学んだことや指摘されたこと	満足度
1	オリエンテーション ・相撲の歴史と文化	・歴史や文化を理解できたか ・学習計画を理解したか ・学習の目標を持てたか		
2	礼法 姿勢 ルール ・蹲踞、塵浄水、四股 ・禁じ手 簡易な試合 ・押し相撲	・基本姿勢はできたか ・ルールを理解したか ・簡易相撲に真剣に取り組んだか		
3	基本動作 ・構え、四股、運び足 簡易な試合 ・押し相撲	・基本の姿勢のまま運び足ができたか ・基本姿勢を大切にして試合ができたか		
4	基本動作 ・立ち合い、受け方、押し 簡易な試合 ・押し相撲	・正しい姿勢で立ち合いができたか ・立ち合いの勢いを活かして相手を押し出すことができたか		
5	基本動作 ・押し、突き、寄り 簡易な試合 ・立ち合いからの押し相撲	・力強い立ち合いから相手を押し出すことができたか		
6	対人的技能の習得 ・寄り、おっつけ、いなし などを活用した取組	・相撲独特の技を用い、相手の動きをおさえて取り組めたか		
7	対人的技能の習得 ・寄り、おっつけ、いなし などを活用した取組	・相撲独特の技を用い、相手の動きをおさえて取り組めたか ・自分の得意技を理解し、取組に活かされたか		
8	対戦 ・個人戦と団体戦の行い方	・相撲競技のルールに則り、対戦できたか		
9	対戦 ・チームを編成しての団体戦	・作戦を立て、取り組むことができたか ・自己の力を精一杯発揮し取り組めたか		
10	対戦 ・個人戦	・相手に応じ、自己の力を精一杯発揮し取り組めたか		

授業を終えての感想や反省

\*学習の満足度 (A 満足、B やや満足、C やや不十分、D 不十分)

1ド(表2)を用いて学習計画を理解させたうえで、各自の目標などを設定させている。

2～3時間目は、礼法、基本動作を行う。礼法の指導では、武道が他のスポーツと異なる文化を有することを理解させる。これにはさまざまな捉え方があるが、「スポーツは、競技性が強く自ら楽しむことを大きな目的としているのに対し、武道、とりわけ相撲は、相手との攻防の中でお互いを高め合い心身を修養することを特徴とし、常に相手や周囲へ尊敬と感謝の気持ちを重んじている」と生徒に説明している。

基本動作では、四股、すり足での移動といった、筋力や柔軟性などを養う動きが多く含まれているので、伝統的な行動の仕方等を学ぶとともに、体育の目的である「体力の向上」を図る授業を展開する。2・3年生はあ程度基本が身につけているので、特に力強さとスピードを意識させる。しかし、基本動作の

せて取り組ませる（ここで生徒が得意技を身につけられるようになる）、なおよい。）

8〜10時間目は、できるだけ多く取り組ませる。チームを編成し、先鋒、次鋒、中堅、副将、大将などを決め、相手チームに



基本動作では、伝統的な行動の仕方学ぶとともに、育本来の目的である「体力の向上」を図ることができる

応じた作戦を立てながら試合ができるようにする。また、勝敗表を掲示したり、勝ち抜き戦などを行って勝敗を競う楽しさを味わえるようにする。この段階になると、個人の實力の差が大きく表れてくるので、体重別や

能力別の取組を行うなど、安全面に配慮しなくてはならない。また、2・3年生はまわしの着け方を学習し、取組を行う。

(2) 施設・用具  
相撲は、足裏で土をしっかりと



生徒同士で協力しながら、まわしの着け方を学習する

くの技を学習する際は効果的であると近隣校の指導者から聞いており、今後活用したいと考えている。また、かつての勤務校では柔道着の帯を腰に巻いて学習したこともある。要は、指導者のアイデアでさまざまな方法が講じられる。

(3) 興味、関心の持たせ方

先にも述べたように、生徒の「相撲」に対する関心やイメージは決してよくないが、授業を通して「相撲」に接した後は、多くの生徒が充実感を味わい、興味を深めている。そのうち、生徒が「楽しかった」「満足」と答えている理由が、「相手に勝ったとき」「立ち合いで相手に思い切り当たったとき」「しっかりした立ち合いや技を用いることで、自分より大きな相手に勝つことができたとき」などがあげられ、相撲の醍醐味を実感する生徒も多数いた。

したがって、生徒に「相撲」に対する関心・意識を高めるに

は、段階を経ながら基本動作を確実に身につけさせること、恐怖心に打ち勝つ立ち合いができるようにすること、状況に応じて技を出せるようにすること、そして全力を出して相手に挑み、勝つ喜びを味わわせることが大切である。

3 必修化へ向けての課題

本校はじめ周辺校の現状から、指導者が指導力を高めることが課題としてあげられる。私自身、「相撲」を選択するようになったのは、この地区に赴任し相撲部の指導に携わったことが始まりで、先輩教師や相撲経験者の指導を参考にして役立ててきた。もし、この地に赴任しなければ、「相撲」が身近で手ごころな運動であることを知ることができず、積極的に授業で選択することもなかったであろう。



立ち合いから相手を一気に土俵の外へ押し出す動作を行わせると、相撲に勢いや激しさが出てくる

今後は、保健体育科教師に対して「相撲」の指導法を学ぶ機会を多く設けることが重要と言える。とりわけ女子の教員は、「相撲」はもとより武道の経験自体が少ないことが考えられる。したがって、今後は「相撲」ばかりでなく、各種武道の指導法を学ぶ機会を確保し、必修化に備えなくてはならない。

二つめの課題として、さまざまな技を学習したり、安全性を確保するうえでも、簡易まわしや相撲マットの普及が望まれる。

この先、そのための予算的な措置が必要となるが、実際、各学

校に配当される予算には限りがある。私自身、短期間しか授業で扱わない「相撲」に関しての備品購入希望順位は下位となり、後回しにしてきた。

このような状況は本校（私）だけではないと想像できる。そのような学校においては、用具や施設を整備することも指導者としての大事な役割であること

を再認識し、武道が必修となるこの機会に整備されるべきと考える。

であれば、男子は屋外、女子は体育館で実施することで、思春期にある女子生徒が、周囲の目を気にすることなく相撲の学習ができるようになる。ただし、男子のような立ち合いや押しなどのパワーを重視する指導よりは、さまざまな技を活かしての攻防を中心に指導したほうが、女子にとっては意欲を持つて取り組めるのではないだろうか。多くの技を学習するためにも、女子の指導においては、簡易まわしの活用が効果的と考えられる。

また、男性に比べて女性は柔軟性に優れており、基本動作を身につけやすく怪我にも比較的強いといった特性もある。女子が武道を嫌う要因の一つに、防具などの「におい」があげられると思うが、その点では「相撲」は女性向きと言えるかも知れない。これを実現するには、先にも述べたように、女子生徒を担当する多くの女性の指導者が「相撲」に親しみ、「相撲」を理解することが必要である。

## 4 おわりに

各中学校現場では、「男女でどの運動（武道）を取り上げるのか」「用具や施設の対応は」「指導や評価の在り方は」など、戸惑いや早急に検討を要する事態がこの1、2年で一層広がりをみせるものと思われる。しかし、これらの問題は新学習指導要領によって新たに生じたものではなく、これまでの学習指導要領を実施するうえで常に関わってきたものである。適切な解決策が見つからず、「武道」以外の「ダンス」や「球技」を選択してきた学校も少なくないと考えられる。

冒頭でも述べたように、新学習指導要領における「武道」の必修化は、保健体育科教師が指導者としての意欲を見せ、アイデアを発揮し、プロの教師としての姿勢を示すべき機会と言えるのではないだろうか。

### 快適で安全な都市空間の創造をめざす・・・東洋実業グループ

- ビルディング・トータル・マネジメント
- 清掃等建築物の環境衛生管理
- 空調、電気、水系統等諸設備の運用、管理
- 警備、保安、駐車場管理
- 原子力セキュリティ及び施設メンテナンス
- 工場、ダム等のセキュリティ
- 案内、受付他料金徴集業務
- 公園等のグリーンメンテナンス
- ビルメンテナンス用ソフトの開発販売
- バイオ研究開発
- その他建築物の運用、管理に係る一切の業務



株式会社 東洋実業

代表取締役 横田 正弘

札幌 本社 / 札幌市中央区北六条西22丁目250番14東実ビル TEL(011)612-1911(代)  
 東京 本社 / 東京都新宿区西新宿1丁目26番2号新宿野村ビル TEL(03)3345-0531  
 営業所 / 函館・室蘭・苫小牧・千歳・恵庭・小樽・余市・岩内・石狩・若見沢・旭川  
 士別・富良野・占冠・帯広・北見・釧路・日高・遠別・深川・埼玉  
 海外事業 / 株式会社東洋実業マレーシア / 東洋実業シンガポール PTE. LTD. / 東洋  
 セキュリティ&ビルディング・マネジメント (香港) LTD./