

■シリーズ■

中学校武道

授業の充実に向けて 24

柔道授業の実践報告と必修化の課題



福岡県大刀洗町立大刀洗中学校教諭

古賀 孝一

平成24年度から完全実施される新中学校学習指導要領の保健体育について、改善の基本方針が示されている。武道については「その学習を通じて我が国固有の伝統と文化により一層触れることができるよう指導の在り方を改善する」ことが記載され、中学校1・2年生においては生徒全員に履修させることとなった。

そのように方向性が示された中で、昨年度、本校は文部科学省より「中・高等学校における地域連携武道指導実践事業」の指定を受け、新学習指導要領に対応した武

道の単元計画のあり方と、地域の武道指導者と体育担当教員との連携のあり方についての研究を行った。

研究は、武道を専門としない保健体育の教師が何をどのように教えていけばよいのかという視点で取り組みを進めた。幸いに本校には、町立の武道館が隣接しており、すばらしい柔道場を使用できる好環境にある。また、柔道部も全国大会に出場するなど活動が充実しており、外部指導者の協力も得られ、すばらしい条件で授業の研究を進めることができた。

施設や用具など条件の整わない学校にとっては多くの困難が予想されるが、少しでも参考になればと思い、本校での取り組みを紹介したい。

1 学校、生徒の実態

(1) 学校の実態

本校は各学年5クラスの中規模校（1町1中学校）で、生徒は4小学校から進学してきており、若干男子生徒が多い。そして、それぞれの地域性はあるものの、概して明るく素朴な生徒が多い。全町面積の65%を農耕地で占めるという自然に恵まれた落ち着いた環境のもと、生徒は授業を中心として行事・部活動など、熱心に励んでいる。また、地域の教育に対する関心は高く、各地域の文化的・伝統的行事や体育的行事も盛んである。

(2) 生徒の実態

本校男子生徒の86%と女子生徒の63%は、運動部に所属しており、一昨年度（平成20年度）の体力テストから、本校生徒は男女とも握力・長座体前屈・立

ち幅跳び・1500m走で全国平均より高いという結果が得られた。しかし、ほかの50m走や反復横跳び、ハンドボール投げといった種目では、全国平均より低いことが判明した。

保健体育の授業では男女別に学習をし、約35人（2クラス合同）の授業を行っている。柔道の授業の前に行ったアンケートの結果は、保健体育の時間が楽しいという生徒が約75%いる一方、あまり楽しくないが10%と消極的な生徒もいて、二極化している特徴がみられた。

(3) 柔道を選んだ理由

柔道を選択した最大の理由は、施設設備の充実と柔道部の存在である。まず、施設設備では学



校の敷地内に町立の武道館がある。校舎と隣接している。中体連の地区大会が開催できるすばらしい道場で十分な広さ（試合場が2面とれる広さ）があり、畳の質も優れている。文科省の

指定を受け、柔道衣についても人数分を購入していただいたので授業ができる環境は十分に整っている。

また、本校の柔道部は毎年のように全国大会に出場しており、

資料2 授業計画（2年生）

	1	2	3	4	5	6	7	8
	出席確認・健康状態チェック							
5	柔道とは	準備運動						
10	導入ビデオ 30分	1年次の復習 ・柔道衣の着方 ・礼儀作法 ・受け身 ・抑え技	受け身				技能テスト	
15			抑え技					
20	柔道の なり立ち		投げ技					
25	柔道の特性		大外刈	大腰	一本背負 い投げ	得意技の 選択練習		
30		基本姿勢	崩し	崩し	崩し			
35	全体計画 約束事	体さばき	崩し 体さばき ↓ 打ち込み ↓ 約束練習	崩し 体さばき ↓ 打ち込み ↓ 約束練習	崩し 体さばき ↓ 打ち込み ↓ 約束練習	↓ 簡易試合		
40								
45	プリント		着替え・整理運動・ふりかえりプリント					
50								



1 時間目 柔道の学習ビデオを視聴

柔道のオリエンテーションを行った。これから学習を始める全体の計画を説明し、柔道に関するアンケート調査（前述）を行った。次に、柔道の学習DVD「講道館創立120周年記念術から道へ」を用いて、柔道の歴史について学習し、最後にGT（ゲスト・ティーチャー）として、一緒に指導していただく地原敏洋先生（本校柔道部の外部コーチ、柔道三段）を紹介し、これからの柔道の授業への心構えや、柔道を通して身につけてほしいことなどを話していただいた。

そしてその日の午後、1年生全員を対象にして本校武道振興協議会（文科省の指定を受けたことをきっかけに、本校関係者、教育委員会、GTなどで組織）会長の安河内春彦先生に講話をしていただいた。その内容は、なぜ柔道の授業に取り組んでいくのか、柔道の歴史や特性について、これからの授業に向けて頑張ってもらいたいことの3点であった。

資料1 授業計画（1年生）

	1	2	3	4	5	6	7	8
	出席確認・健康状態チェック							
5	柔道とは	道場のきまり	準備運動の仕方	準備運動				
10	導入ビデオ 「講道館創立120周年記念術から道へ」 30分	道衣の着方		受け身など今までの復習				
15		たたみかた						
20			受け身	前回り	補強運動			技能テスト
25					固め技 けさ固め	横四方固め	上四方固め	
30					約束練習	約束練習	約束練習	
35					段階的に ↓	段階的に ↓	段階的に ↓	
40					簡易試合	簡易試合	簡易試合	
45	授業の流れの確認	ふりかえりプリント	礼の仕方 黙想の仕方 立ち方座り方 片付け	前後ろ横	着替え・整理運動・ふりかえりプリント			
50								

各大会で優秀な成績を収めていて、柔道部以外の生徒にもその活躍は知れ渡っている。柔道の専門の先生に加え、外部指導者も登録しており、地域の指導者や卒業生の存在など、柔道部への支援環境は素晴らしいものがある。

今回授業を担当した私も、中高大での柔道の授業と初任者時に2年間柔道部顧問の経験があった。このような理由から武道の中で柔道を選択した。

（4）事前アンケートから
「体育の授業は楽しいですか」では、82人中「とても楽しい」「楽しい」が61人、「どちらでもない」が12人、欠席・無回答が9人、「楽しくない」「全く楽しくない」は0人だった。しかし、「柔道の授業を楽しみにしていますか」では、「とても楽しい」「楽しい」が31人に減少し、「やりたくない」「とてもやりたくない」が15人と増加した。「柔道の経験を教えてください」では、

「やったことがない」「やったことはないがTVなどでよく見る」が67人、「やったことがある」が6人と、初めて学習する生徒が大多数を占めた。「柔道に興味がありますか」では、18人が「とてもある」「ある」、22人が「あまりない」「まったくない」と同じくらいの割合になっている。以上のアンケート結果や生徒の反応から、柔道未経験者の多さや、それに伴う「投げられると痛い」「怖い」といった不安や恐怖心などが、柔道に対する興味関心を低下させていることが推測できた。そこで、柔道の授業では、どのような内容をどのように教え、興味関心を高めていけるかが大切になると考えた。



6 時間目 対戦の前後には必ず座礼を行った



5 時間目 柔道部に協力してもらい、けさ固めの説明を行うGT

○ 6 時間目 「横四方固めができるようになるう」

本時では、横四方固めを学習した。今までに学習してきたことを復習しながら授業を進め、最後に柔道部の生徒をモデルに

○ 5 時間目 「けさ固めができるようになるう」
本時では抑え技について学習をした。柔道部による模範とGTの補足説明、学習プリントなど視覚による説明で生徒たちの理解を深める工夫を行った。学習プリントには技のポイントを簡条書きにして、できているかどうかチェックさせた。

を畳につけながら回転する練習をした。この時に横回りになる生徒が多く、GTや柔道部員とともに個人指導を行った。
最後の段階として、回転し、足を畳につけるタイミングで横受け身をいれさせたが、生徒にとっては、むずかしかったようである。



2 時間目 帯の締め方（左）と柔道衣のたたみ方（右）を学ぶ



○ 2 時間目 「柔道衣の着方・たたみ方ができるようになるう」
初めて袖を通す柔道衣について着方やたたみ方を学習させた。とくに帯の締め方については、始めはむずかしかったようであるが、時間が経つにつれて多くなった。しかし、数回それらの動作を繰り返すなかで、理解が深まっていったように思う。また、柔道衣は別のクラスの授業でも使うため、生徒にはジャージの上に柔道衣を着させた。
柔道は「礼に始まり礼に終わる」といわれるように礼儀作法を重視している。そのため、礼の仕方や立ち方・座り方の学習を行った。GTには、うまくできない生徒に対して、巡回指導をしてもらい、きめ細やかな支援をしていただいた。
○ 3 時間目 「受け身ができるようになるう」
柔道には自分の体を安全に守るために受け身という技術がある。これは日常生活で転んだと



3 時間目 後ろ受け身（上）と前受け身（下）の練習

きにけがをしないなど、授業以外の場面でも役に立つものである。①長座姿勢からの横受け身・後ろ受け身、②蹲踞（すんきょ）姿勢からの横受け身・後ろ受け身、③膝立ちの姿勢からの前受け身と、簡単なことからむずかしいことへと段階的に学習をすすめた。また、畳をたたく位置やポイントなどを意識させながら練習を行った。GTにも巡回指導

をしてもらい、うまくできない生徒に対して丁寧な指導をしていただいた。

○ 4 時間目 「前回り受け身ができるようになるう」

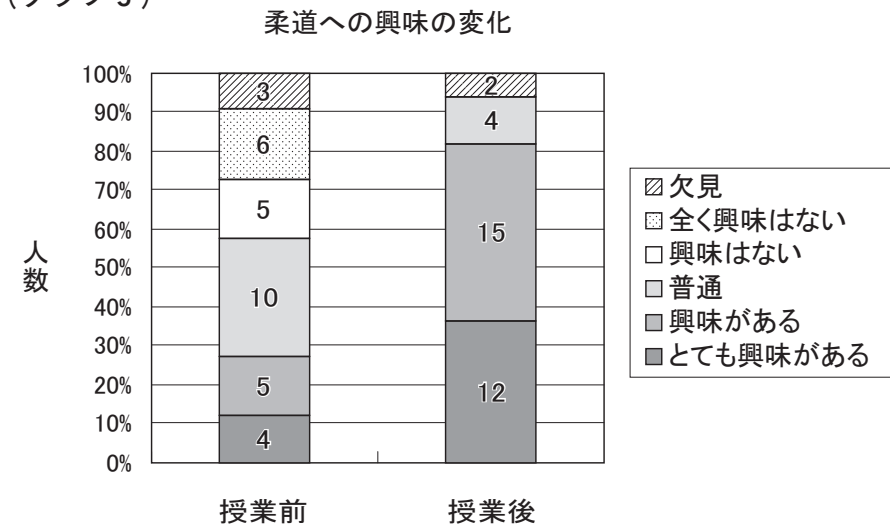
本時は、前回り受け身の学習を行った。これも前時同様に段階をおって学習を進めた。第1段階として頭を着けず前転を行う。第2段階として、腕の外側

欲も一層高まっていることがチェックカードや生徒の様子から感じられた。
○ 7 時間目 「上四方固めができるようになるう」
本時は、次時に行う予定の技能テストの練習をすることで、今まで学習してきた柔道の基本の確認を行った。その後、前時と同様に抑え技の一つである上四方固めを学習した。生徒は、段階的な学習で技のポイントの理解を深め、わかる・できるという自信をもつことができた。
本時は、今まで学習したけさ固め・横四方固めと、上四方固めのいずれかを用いて、これまでの要領で対戦を行い、仲間との対戦を意欲的に楽しむ生徒の姿が見られた。

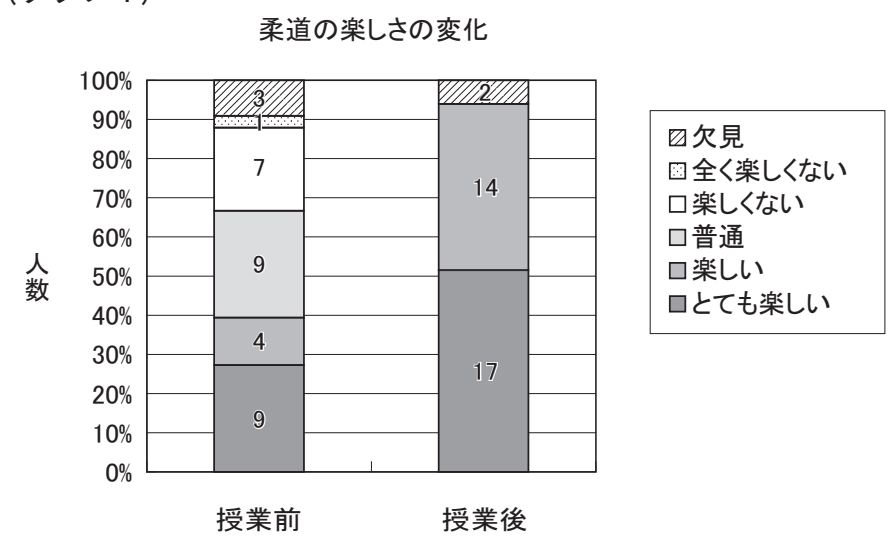
○ 8 時間目 「柔道の学習のまとめをしよう」

今までに学習した内容について技能テストとまとめのアンケート調査を行った。全体考察の

(グラフ 3)



(グラフ 4)



②柔道の楽しさの変化
授業の1時間目に行った事前アンケートでは、「とても楽しい」「楽しみ」が13人に対し、8時間目に行った事後アンケートでは全員が「とても楽しい」「楽しい」という回答を寄せた(グラフ4)。また、生徒の感想からも「とても柔道が楽しかったです」「怪我もなく楽しめたので、来年もやりたいです」「柔道は初めてで、怖いという感じだったけど、やっているうちにだんだん楽しくなってきました。また、精神を鍛えることができたと思います」「柔道を通して周りの人のことを思っているように感じたので良かったです」と感想があり、柔道の楽しさを味わうことができたといえる。

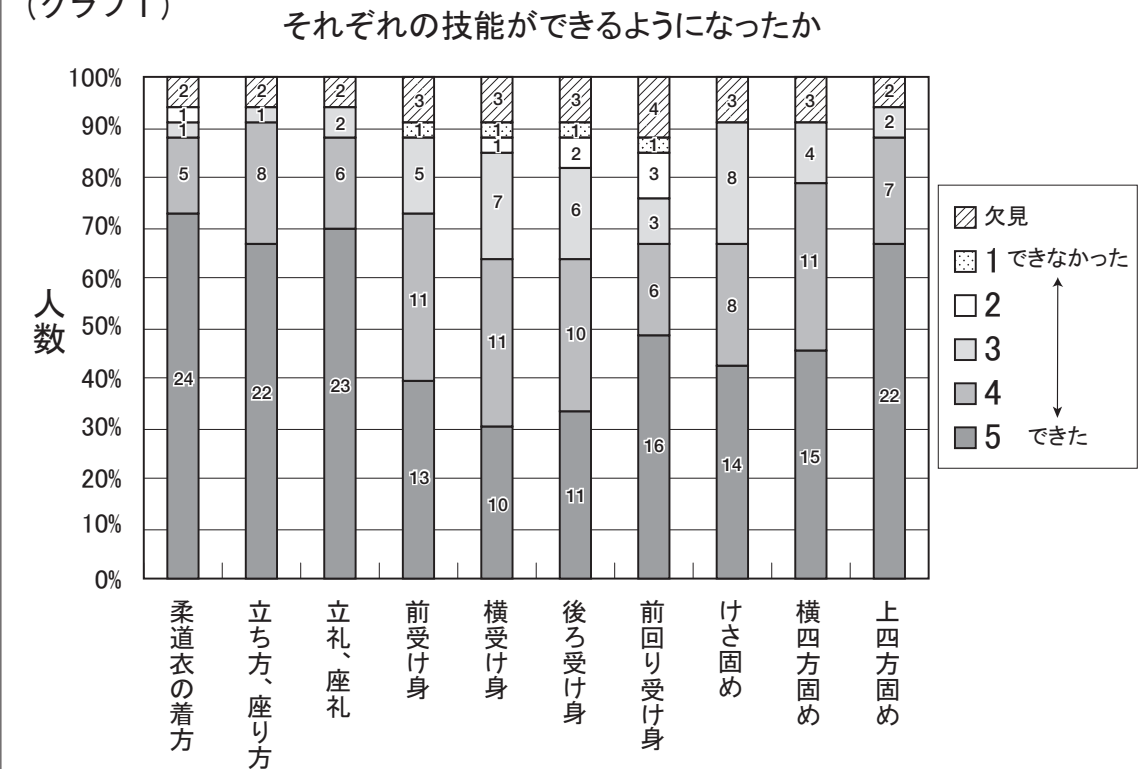
「柔道の学習に進んで取り組んだ」の割合も多く(グラフ2)、意欲的に柔道を学んだものと思われる。

(2)授業を終えて
①柔道に対する興味・関心の変化
授業の最初に行った事前アンケートでは「とても興味がある」

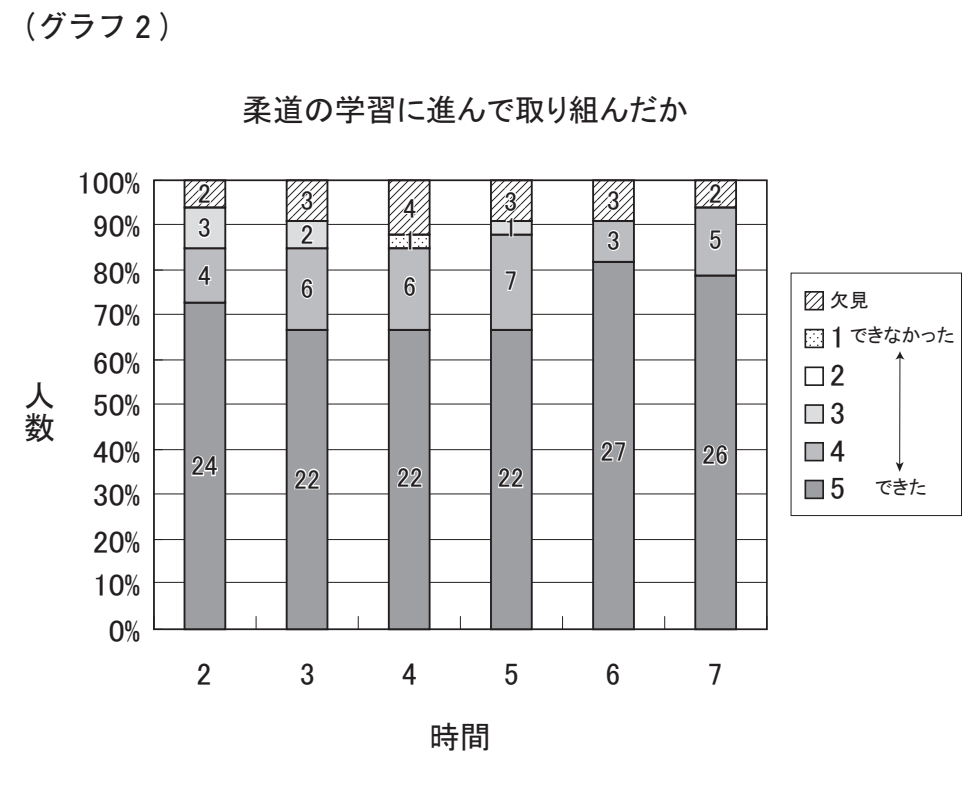
「興味がある」が9人に対し、授業の最後に行った事後アンケートでは、それが27人に増加した(グラフ3)。また、生徒たちが

柔道の授業後に「柔道は面白い」との会話をしているのが聞かれた。昨年末の柔道国際大会も24人の生徒がTV観戦しており、授業を通して柔道への興味・関心が高まったといえる。

(グラフ 1)



(グラフ 2)



中の「それぞれの技能ができるようになったか」(グラフ1)からわかるとおり、基礎・基本

ととらえた内容については、ある程度定着できたと考える。また、各時間の自己評価からも



G Tには、巡回指導をしてもらい、きめ細やかな支援をしていただいた

を行った。授業後には、反省点を出し合い、次時の確認を行ったが、授業での役割分担として、授業の流れや全体説明については担当教師が主導権を持って進めた。G Tには巡回をお願いし、できていない生徒を中心に技術指導してもらい、担当教師と全体が見渡せるような位置取り

をとりながら個別指導にあたってもらった。

◇

授業後の生徒のアンケートでは、とてもよかったという感想が多くみられ、わかる喜びやできる喜びを実感させる大きな力になったと考える。

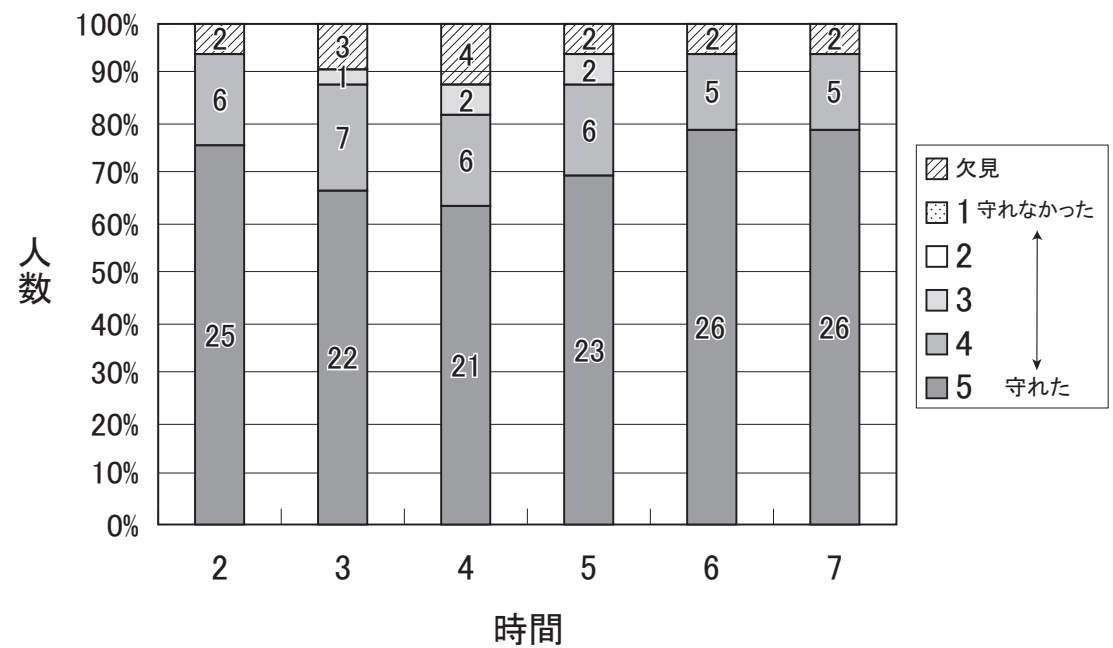
G Tには一昨年度6回、昨年度3回参加していただいた。経費（講師謝礼）としては、一昨年度は1回2時間で3900円プラス交通費という予算が文科省の直轄事業経費の中からあてられ、昨年度は県教育委員会から同額があてられた。

⑤ 単元指導計画について

前述のとおり、本校武道振興協議会などの指摘により、単元指導計画を見直し、授業では系統的な学習をスムーズに行うことができた。しかし、女子の指導をする場合や、学校に柔道部員がいない場合、あるいは十分な広さの施設が確保できないような場合は、今回の1・5倍から2倍の時間を確保してゆっくり丁寧に行う必要があるだろう。学習させる内容をよくばらず、何を学ばせたいかをしっかりと持って計画を立てることが大切である。

(グラフ5)

柔道場での決まりが守れた



③ 授業での規律が高まったか
柔道を通して授業での約束事や礼儀作法を含めたマナーの習得もできたと答えた生徒が多かった(グラフ5)。

④ G Tの活用について ア、単元指導計画の検討

G Tも所属する本校武道振興協議会において、単元指導計画を検討してもらった。その中で、新学習指導要領に記載されている内容のすべてを時間内に行うことは無理であるとの指摘がなされ、さらに、内容を通して何を学ばせるのかという視点から、無理のないようにじっくり時間をかけて基本的な内容を学習させるようにと指摘を受けた。それをふまえて単元指導計画の立て直しをしたことが、単元指導をうまく行えた理由と考える。

ウ、授業前後の相談、巡回指導
計6時間の授業でG Tに参加してもらい、技能面での補足説明や苦手意識の強い生徒への個人指導など、親切丁寧に指導をしていただいた。また、授業の前後30分程度、担当教師と柔道部顧問、G Tとの打ち合わせの時間を設定した。

授業前には、本時のねらいや学習内容、授業の流れ、技能のポイント、安全面での確認など

に講演をしていただいた。先生は、これからは始める柔道の授業においてどのような心構えでのぞみ、何を学んでほしいのかを話された。強くなるのが目的ではなく、柔道の授業を通して、礼儀作法を身につけたり、授業に集中して取り組む姿勢や、相手を思いやる態度が必要との、生徒たちにとって貴重な話を聞くことができた。すると、次の時間から柔道場での集中力や授業規律の向上などがみられ、心構えを持たせる意味では大変有効であったと考えられる。

「日本教育新聞」購読者特典

先生解決ネット

*日本教育新聞社の運営サイトです。

N 日本教育新聞社

“先生方をもっと応援していこう!”
を合言葉に、昨年オープンした
ホームページが「先生解決ネット」。

Communication 教育専門 Q&A

先生方が日頃抱えている疑問や課題を、
全国の「同僚」と共有し、知恵を出し合いながら
答えが導けるように、応援するための
教育専門 Q&Aサイトです。



今日の生徒の言葉……
生徒指導で最近悩んじゃうなあ。



Archive & Search 教育専門 ニュース

新聞を通じて得た情報を、必要ときに引き出し、
より日常적으로活用できるように、
応援するための教育専門 ニュースサイトです。



イラストレーション:石ノ森章太郎

アクセスはこちらから
www.kyoiku-press.com



必修化に向け、施設設備・用具の確保ができるかは、大きな課題である

3 これからの武道の 必修化にむけて

まず第一に施設設備・用具の確保ができるかどうかが大きな課題である。学校によっては道

場がなかったり、教室に畳をしきつめて道場をつくったりしているところもあると聞く。十分な広さが確保できなければ、一斉に学習ができなかったり、安全への配慮にいつそう気配りするなど、大幅な時間の確保が必要である。

次に、何をねらいとし、何を教えるかという点での教材研究、授業内容の精選、指導技術の向上が必要になる。文部科学省から平成20年9月に発行されている『中学校学習指導要領解説保健体育編』の中にも多くの事例が示されているが、その中から絞り込んでいく作業が必要になる。

私の実践では、大学の教授や高校の武道の先生、地域の指導者なども加わり、学習内容を検討し、基本を柔道衣の着方や礼儀作法、

受け身、抑え技とし、柔道に集中して取り組める授業づくりを行った。しかし、実際に授業を進めるとなると、不安な面も多々でてくる。そのために、柔道を選択している高校や近隣の中学校の先生方との研修会などを設け、情報を交換するのいいかもしれない。できれば一度柔道の経験者と一緒に授業を試みることにも自信につながると考える。専門の先生の授業を見学したり、地域の経験者をG Tとして活用してみることも参考になるだろう。

これまで、多くの先生方に検討していただきながら柔道の授業を進めることができた。また、そのことをベースに昨年度は2年生の授業を8時間行うことができた。本当にごくわずかな内容であったが、生徒たちも柔道をやったよかったと感想を述べており、その効果は大きかったと感じている。私の実践が一つの参考となれば、たいへんうれしく思う。

近現代柔道 Judo 4月号 別冊付録 900円(税込) 特別定価 全国の柔道ファン必見の本格派専門誌!	＜オンラインショッピング＞http://bookcart.sportsclick.jp/ 電話&FAX 025-780-1231 FAX 025-780-1232 [共に別途送料がかかります]
グランプリ・デュッセルドルフ2010 【特別企画】練習を工夫しよう! [後編] 指導者必見! 少年柔道の指導ポイントVol.1	90kg級の吉田優也が優勝! 【入門! 一流の技術】 中澤さえ3段の「大外刈り」 【新連載】 大学柔道の系譜—明治大① IJF新ルールを詳細解説
【特集】次代を担う新鋭たち	全日本強化選手名鑑 別冊付録