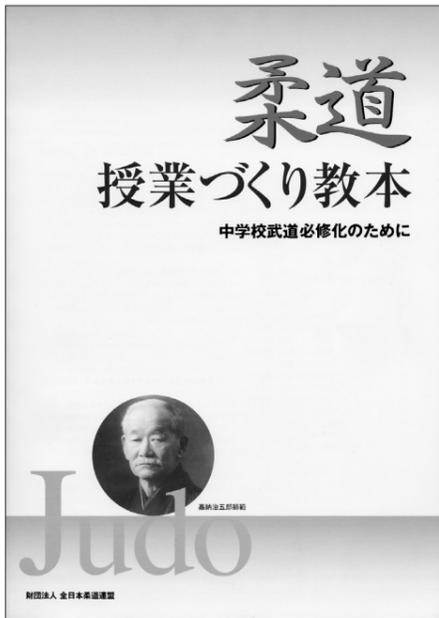


シリーズ 中学校武道

授業の充実に向けて ③

〈新企画〉 指導教本のねらいと活用のポイント 柔道 ①

全日本柔道連盟教育普及委員会副委員長 鮫島 元成



全日本柔道連盟発行『柔道 授業づくり教本』
(A4判、63頁、DVD付)

日本における柔道の中心的な活動組織は「全日本柔道連盟」と「講道館」である。前者は日本体育協会傘下の競技機関であり、後者は教育・普及機関という一般的な概念がある。しかし、柔道の創始者である嘉納治五郎師範の考えた柔道は人間形成のための手段であり、両者の最終目標は「人間形成」という点で合致する。

全日本柔道連盟（以下全柔連）の専門委員会は、8つの委員会で構成されている。その1つとして教育普及委員会が設置されている。主な活動目的は、「柔道教室や指導者講習会を開催し、正しい柔道の普及振興を図るとともに青少年の健全育成及び指導者の資質向上に努めること」である。

平成22年6月に発行された『柔道 授業づくり教本』は、この活動目的を持った教育普及委員会が中心となって作成された。ここで、そのねらいと活用のポイントを2回にわたり紹介したい。

1 教本作成にあたっての組織的背景

教本のあとがきにも述べたが、全柔連は、嘉納治五郎が創始した「日本伝講道館柔道」の正しい継承と発展を願い、その目的を達するためには指導者の育成が重要であると考え、平成20年度から「指導者養成プロジェクト」を発足させている。

この度、文部科学省の学習指導要領改訂にもない、平成24年度から全面实施となる中学校武道必修化における問題点の一つとして、指導者の養成が大きくクローズアップされた。そこで、全柔連では「中学校武道必修化対策チーム」を結成し、「指導書・DVD」班、「講習会・研修会」班、「人材バンク」班の分科会に分け、それぞれの検討に入った。

教本作成にあたっては、「指導書・DVD」班が中心となって

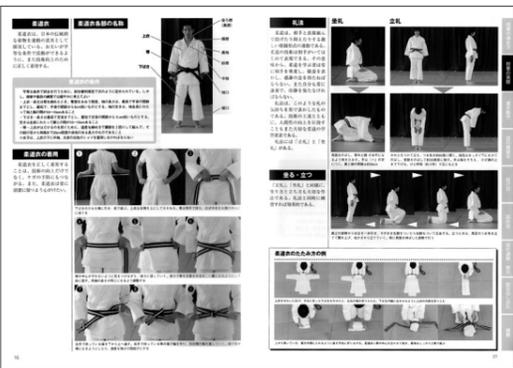
作成作業が進められ、平成22年6月の発行に至った。

2 教本作成のねらい

柔道の指導書は数多く出版されている。しかし、講習会などで話を聞くと、はっきりとした数字は出せないが、あまり読まれていないのが現状のようである。この教本では、まず手に取った読者がとりあえず目を通すためにはどうするか、そしてわかりやすく説明するにはどうするかということを考えた。

そのためには、まず写真を多く、文章を少なくする、ページ数を少なくコンパクトにする、そして内容を「DVD」にもまとめるという方針をたてた。

以下、これらの方針に基づいて作成された内容について、教本の「その作成、使用の考え方」を抜粋しながら紹介する。



教本は写真を多く使用し、視覚にうったえるものとした

この教本は初心者への指導者、初心者の生徒のための指導書である。

必修化が始まれば初心者（柔道専門外）の教師が、柔道衣を着たこともない生徒を指導することになる。そしてその授業数も限られている（10〜13時間程度）。このような状況の中でどのような指導をしなければならぬのか、その指導法の例を教本に示した。

授業は安全で、効果的でなければならぬ。投げ技の説明ではその点を特に留意する。「安全」と「効果的」の2つは、教師が授業計画を立てる際、最優先に考えなければならぬ点である。そして、教師が教材研究に時間をさかねばならない課題である。具体的には以下の2点である。

- ① 「安全面の留意点」の導入：「こうすればこういう怪我が生じまず」
- ② 「陥りやすい欠点とアドバイス」の導入：「このような欠点はこのように指導します」

安全に、効果的に、楽しくという授業の理想がある。そのすべてを満たす授業を行うことは専門家さえ困難である。授業で生徒が怪我をすることは、すべて教師の責任であるといつてよい。教師は事前に危険な場面を想定し、そういった場面をつくらぬ指導法を考える必要がある。

技術の指導の中で生徒が陥り

やすい点をあらかじめ把握でき、
ていねいな指導ができ、
授業の能率が上がり、安全な指
導ができる。

——初年次（1年次）の授業13
時間を想定した、授業づくりの
ための指導書である。

年間の時間を指導要領に定
められた種目で振り分けると13
時間程度になる。実際はこれよ
りも少なくなることも考えられ
るが、おおむねこの時間を想
定して技を選択し、説明した。

全部で6つの技を説明してい
るが、それぞれの学校で技をい
くつ指導するのか、またどの内
容を重点的に行うかは教師の裁
量である。

——巻末に、教本の内容に沿っ
たDVDを添付した。

動きをみるにより、写真、
文章の内容の理解がさらに深ま
る。教本を読んだからDVDを
見てもよいし、その逆でもよい。

3 教本活用のポイント

（1）授業における指導法の考え
方とその方法

経験のある教師ほど独自の指
導方法を持っている。しかし、
それが時には固定化し、柔道指
導の発展を停滞させていること
もある。ここでは従来行われて
いる指導法を基に、経験の少な
い指導者が、教え方の幅を広げ、
リラックスして授業づくりがで
きるような考え方を示した。以
下にいくつかの例を紹介する。
柔道の専門教師にも参考にして
ほしい点である。

○受け身に「横転受け身」とい
う名称でごく簡単な受け身（倒
れ方、転び方）を導入する。

初歩の段階で上手な受け身は
必要ない。体を丸くして、パチ
ンと畳をたたたく段階で技の指導
に入ることができる。

としという技はどのような力の
使い方をしているのか、かかる
ようにするためにはどうすれば
よいのか（知識・思考・判断）
などを指導して初めて授業の意
味がある。だから、技能の上達
だけを第一のねらいにすること
はない。

○「受け身」をどのように指導
したらよいか↓受け身が完全に
できないうちは技の指導に入ら
ないという考え方を捨てる。

「受け身」を「倒れ方、転び方」
と捉える。倒れるときに身体の一
部に衝撃が集中しないように

する。それゆえ身体を丸くし、
筋肉を適度に緊張させて関節を
保護する。そのために、掌と腕
全体で畳をたたたく。この理論を
動作で表したものが受け身であ
る。

○投げ技はいくつ指導したらよ
いのか↓授業時間が13時間と短
いので、初心者であれば3つで
十分である。

○抑え技を「横四方固め系」の
ように「系統」で説明する。
抑え込みの条件を満たせば従
来の基本的な形になつていなく
ても「抑え込み」である。その
形から25秒間抑えきるためには
どのようにすればよいのか考え
させる。あまり細かい説明をせ
ず、工夫をさせることが授業の
大切な点である。

○「体落とし」が上手でも社会
生活においてはそれほど役立つ
ことはない↓「体落とし」とい
う技を教材として、「技能」「態
度」「知識・思考・判断」を指導
する。



中学校武道必修化に向けた指導者講習会で、体落としの指導をする筆者。授業では、技そのものの上達より「相手をどのようにかばうのか、どのような力の使い方をしているのか」などを重点に指導したい

安全面を考え、投げられるも
のが片足を畳について受け身を
取る技で、「出足払い」「膝車」
「体落とし（受け身は取の足を踏
み越えて横転受け身をする）」が
適当である。

○「試合」は行われなければい
けないか↓安全面で不安があれ
ば行う必要はない。

部活動の試合と授業の試合は
違う。ただし、授業では試合の
概念を「各学習段階での試し合
い、競い合い」という捉え方を
すれば、試合を設ける機会は増
える。

「柔道衣の着方の試合」「受け身
の試合」「投げ方の試合」という
試合も考えられる。生徒の能力
の実態を踏まえて計画を立てる
ことが大切である。

（2）授業づくりのポイント
授業づくりのポイントを、以
下の6点とする。

①指導する内容を精選すること
学習指導要領に示されている
内容はあくまでも例示であって、
その採用は教師に任されている。
単元時間、生徒数、施設の状態、
教師の経験などの条件で指導内
容を精選すればよい。

足利学校・鑿阿寺・金山城・生品神社…

歴史の旅

太平記の里
新田・足利を歩く

峰岸純夫著 武士たちを生み出した
風土を探り、詳細な地図と写真でゆか
りの地に誘う。史跡を訪ね歴史を学
ぶ、歴史散歩のガイドブック。1995円

歴史文化ライブラリー

317 **〈日本美術〉の発見**
岡倉天心がめざしたもの
吉田千鶴子著 “夫れ美術は国の精
華なり”「美術」の国=日本の将来のため、
古物保存に立ち上がった人々の
姿を新史料を交え描く。1785円

318 **四国遍路** ささまざまな
折りの世界
星野英紀・浅川泰宏著 四国八十八カ
所の寺院を巡る四国遍路。平安時代の
起源から平成遍路ブームまで、多
様な側面とその魅力に迫る。1785円

や た ろ う
岩崎彌太郎
小林正彬著 治世の能吏、乱世の
幕末明治の立志伝！
大河ドラマには描かれな
かった“三菱”創業者の
実像に迫る！ 2625円

や た ろ う
**明治維新と
横浜居留地**
英仏駐屯軍をめぐる国際関係
石塚裕道著 横浜に駐留した英・仏軍
の4200日。急変する国際関係のもと、
彼らは何をもたらしたか。 2835円

「帝国」の映画監督
坂根田鶴子 池川玲子著
『開拓の花嫁』・1943年・満映
帝国と植民地、芸術と戦
争プロパガンダ…様々な
因子の間で宙づりになっ
た映画人の姿。 3990円

吉川弘文館 価格
税込
東京都文京区本郷7-2-8・Tel.03-3813-9151
PR誌「本郷」見本誌送呈

②何を指導したいのか、到達目標を確立すること

指導したい内容は多くあっても、限られた条件の中ではすべてを指導することはできない。たとえば、体落としの指導を通して技の力学、あるいは、お互いに指導し合ったり、評価するなどの社会性を高めていく、そのような自分なりの目標を立てる必要がある。

③「教えること」と「教えざること」の区別をすること

生徒の興味、関心を高めるために教えきれないようにする。生徒の考える余地を残すことが授業づくりのポイントである。生徒自ら課題を探し、考え、判断し、行動する、そのような学力に対する観点がこれからは必要とされる。

④最初は「大まかに、アバウトに」、最後は「きっちり」と、しっかりと「の気持ちで指導する」

最初から教師の要求通りに生徒は動かないし、動けない。生徒の現状を把握しながら、徐々に、そして個々に指導していき、単元終了時には教師の指導したい「ほんとう」を理解させたい。

⑤安全面では厳しく指導する

学校教育の究極の目標は「人命尊重」である。どのような状況においても、怪我の危険性があつた場合には、間髪をいれずに活動を中止させ、指導しなければならぬ。

⑥自由練習（乱取り）は「全力でも7割」を心がける

残りの3割は「受け身をとる余裕」「受け身をとらせる余裕」「まわりを見わたす余裕」などにまわす。

4 教本の頒布状況と入手方法

教本は、現在まで約2500部が頒布されている。発行の後、各都道府県の柔道連盟及び教育委員会に送付され、現在は個人購入の措置が取られている。価

格は送料込みで1部1000円（税込）となっており、入手方法は以下のとおりである。

▽ファックスでの申し込み
全日本柔道連盟のホームページ (<http://www.judo.or.jp>) から申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ送信
FAX 03-3812-3995

▽電話での申し込み
連絡先 財団法人全日本柔道連盟 事務局・総務課
TEL 03-3818-4199

◇
なお、次号では以下の予定で教本の内容を取り上げ、そのねらいと活用のポイントを説明する。

- ・ 授業の進め方（単元計画と授業の流れ）
- ・ 授業の実際（基礎知識、基本動作、技の段階別指導法、投げ技、固め技、技の連絡・変化、試合の仕方）
- ・ 安全指導
- ・ 柔道の補助教材

| | |
|--|--|
| 近代柔道 Judo 4月号 別冊付録共 特別定価 940円(税込) 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/ 読者サービス部 読者サポートマガジン社 <電話&FAX> ☎025-780-1231 FAX025-780-1232 (共に別途送料がかかります) |
| | 英国留学から帰国の井上康生 グランプリ・デュッセルドルフ2011 平岡拓晃、復活遂げる優勝! 女子は杉本美香らが4階級制す |
| 別冊付録 ナショナルからジュニアまで男女300選手を一挙掲載! 全日本強化選手名鑑 | 【入門! 一流の技術】 塚田真希4段の「体落とし」 【短期集中講座】 実戦寝技をマスターする② 【解体新書】 中矢 力 (東海大3年) |
| 大学柔道の系譜— 国士館大② / 2010年主要大会記録集 / 2011年度大会観戦ガイド | |