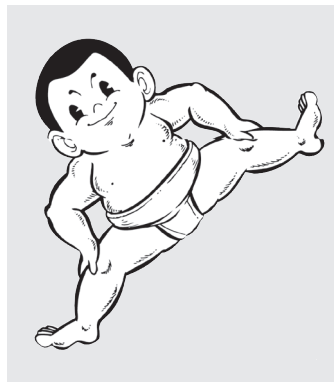


草加市における小中学校 武道指導への取り組み



草加市教育委員会

埼玉県草加市では、平成18年度から20年度までの3年間、文部科学省の委嘱・委託を受け、小学校における武道指導についての研究を行いました。今回は、その際に研究協力校とした市内小学校の相撲指導に係わる環境整備及び相撲授業の指導方法の実践を紹介させていただきます。平成24年度から実施される中学校武道の必修化を実施するための参考になればと思います。また、市内中学校での武道必修化に向けた相撲指導の実践事例を紹介させていただきます。中学校の武道指導の参考になれば幸いです。

1 はじめに

草加市は、小学校全校に外土俵または、土俵マットが設置され、

中学校でも2校に外土俵が設置されており、各校で年10回程度の相撲教室を実施している。そして、6月に青少年相撲大会（男女別個人戦と男女別団体戦）、11月に学校対抗相撲大会（男女別団体戦のみ）など、毎年2000名以上の

2

相撲指導のための環境整備

学校で相撲指導を実際に実施す

るにあたり、始めにやらなければ

いけないことは、「まわし」「土俵」など児童が安全に、そして、思い切り相撲がとれるような環境面の整備である。整備をすること、児童の意欲が高まるとともに、相撲の正しい型を身につけることができるようにした。

めることができていた。また、小学校では、男女共習で相撲をとっている。

をつけた土俵マットを活用した。つなぎ目に足をとられたり、すべ

ったりすることはなく、さらに俵があるため、土俵で足を踏ん張ることができるようになった。

児童が相撲をとるに際し、体育着のままでは、押したり、ひいたり、投げたりする、相撲に大切な一連の動きができないため、「まわし」の用意をした。

(1) まわし

まわしは、本来細長い一本の帯の形をしたものを腰に巻くのであるが、一人ではできないことと、締めるための時間がかかってしまうため、着脱の簡単な「簡易まわし」を用意し、一人でも簡単に、そして素早く締めることができるようにした。

マジックテープで2枚のマットをつないだり、マットを敷きつめたりするだけでは、マットが滑ってしまったり、マットとマットのつなぎ目に足を引っ掛けたりするので、安全面に課題があった。そのため、じゅうたんを引いた上にシートを敷き、柔らかい素材の俵



中学年では人工芝で作製した相撲マットを使用（低学年用はマットの内側にさらに小さい円を描いてある）



高学年では土俵マットを使用

(3) 軍配・すもうパネル

相撲の雰囲気を出すために審判となる「行司」の役割を明確にし、取組の始め、勝敗の結果を示すようにした。その際、行司が使用する軍配を作製した。また、相撲の基本となる動き等をパネルにして、児童の目に触れやすい体育館の壁面に掲示したり、児童が相撲の動きを理解できるようにするとともに、意欲の高揚を図った。

まわしを締めることに対しては、草加市で毎年2回実施している相撲大会で経験しているため、男女ともに抵抗感なくまわしを締

(4) すもう体操

中腰の構えや四股、蹲踞などの相撲の基本動作を身につけるための方策として、すもう体操を考案し、体育の授業ではもちろん、体育的行事や業前のジョギングタイム等で活用し、独特な相撲の動きを身近に感じられるようにするとともに、動きを繰り返すことで動きのコツや必要な感覚を身につけるようにした。



すもう体操

3 相撲授業の指導方法の実践

草加市では、すべての小学校が相撲教室を開催しており、多くの教員が相撲指導に係わってきている。しかし、相撲を授業として行うのは、どの教員も初めてであるため、

- ① 学習内容
- ② 運動量の確保

③ 習得させる技能
④ 児童の意欲の向上
の観点で研修を進めた。
また、相撲の特性を生かした研究の視点を「心・技・体の調和」において(図1参照)。

(1) 心(意欲・礼儀・協調性)
— 運動への意欲や礼儀、協調性を育てるための工夫
ア「礼に始まり礼に終わる」
武道に共通する礼儀作法を体育授業だけでなく、登下校や授業の始めと終わりであいさつをした
り、しつかりと返事をした
りするなど普段の生活でも取り入れる。

イ 相撲の基本動作や技能だけでなく、体のバランス感覚や相手を押す力など相撲に関係する

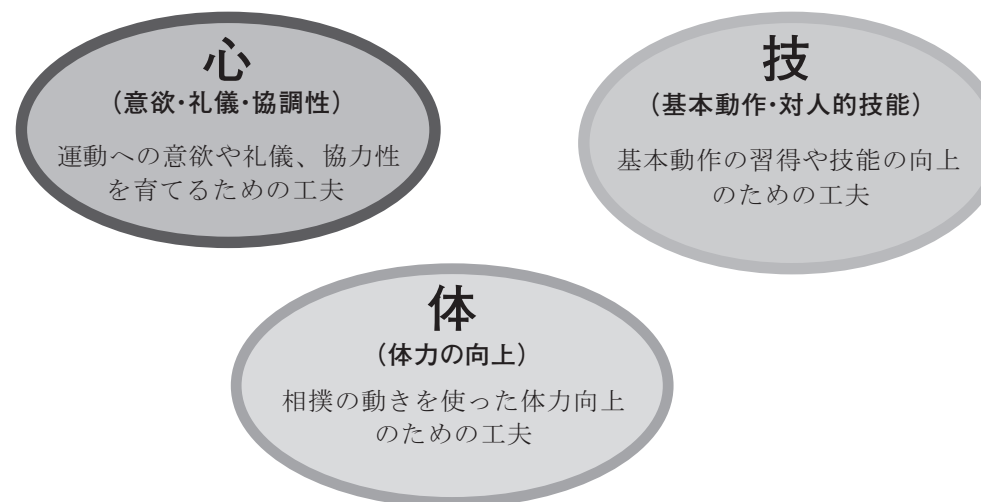


図1 相撲授業の指導方法の実践

動きを全学年の「体ほぐしの運動」で取り扱うようにし、児童の意欲を高める。
ウ 取組(試合)を部屋対抗戦(グループでの団体戦)にしたり、部屋(グループ)の勝敗により、横綱、大関、関脇などの相撲の番付を活用したりして、部屋の仲間同士でお互いに教え合いや応援ができるようにした。また、番付が上がる喜びを味わえるようにした。

(2) 技(基本動作・対人的技能) — 基本動作の習得や技能の向上のための工夫

児童の発達段階に応じ、低学年は「楽しむ」、中学年は「身につける」、高学年は「高める」段階として、次のように具体的な基本動作と対人的技能を示した。

- ◎ すもうの基本動作
- ◎ すもうあそび(体ほぐしの運動)

また、ゲストティーチャーとして、草加市内に部屋がある関取や元力士の方々、地域にいる相撲経

◎ すもうの基本動作

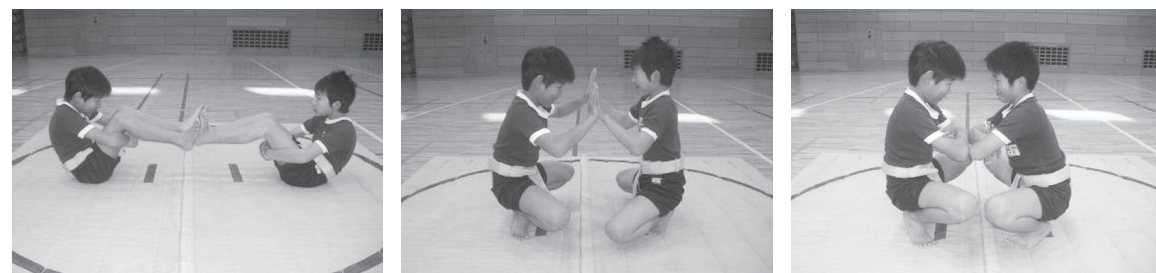


蹲踞

四股

中腰の構え

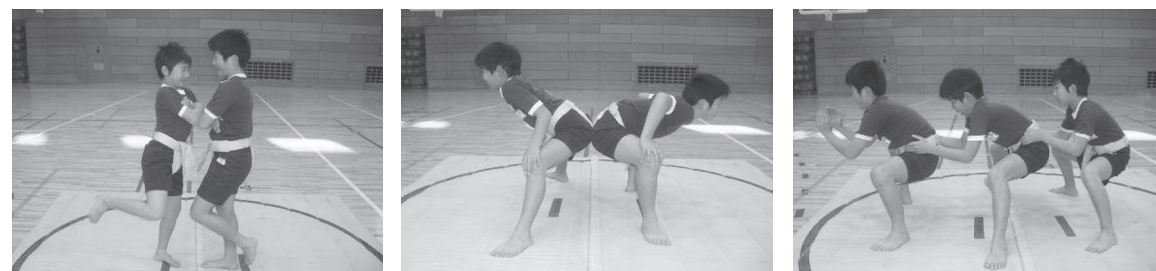
◎ すもうあそび(体ほぐしの運動)



だるまずもう

だんご虫ずもう

カエルずもう



かかしずもう

おしりずもう

ムカデ歩き

想は、「楽しく相撲ができた」「こんなに相撲がおもしろいと思わなかった」など相撲に対し大変好意

また、相撲を選択した生徒の感想は、「楽しく相撲ができた」「こんなに相撲がおもしろいと思わなかった」など相撲に対し大変好意

表4 相撲を選択した生徒の割合

	1年	2年	3年	合計
男子	15.3%	20.0%	11.4%	15.6%
女子	18.3%	9.0%	0%	9.0%



草加市の相撲大会中学生の部



中学校の土俵で基本練習

4

中学校での相撲指導の実践事例

草加市立草加中学校では、平成24年度から全面实施する新学習指導要領を受け、平成23年度から「武道」「ダンス」の必修化に向けて武道の選択肢に「相撲」を取り入れた年間指導計画の作成を行った。

草加市立草加中学校では、平成24年度から全面实施する新学習指導要領を受け、平成23年度から「武道」「ダンス」の必修化に向けて武道の選択肢に「相撲」を取り入れた年間指導計画の作成を行った。

草加市が小学校で行っている相撲指導が、まわしをつけたり、男子は上着を脱いで上半身裸になったりというマイナス的な要因を取り除いていることが、いい結果となつたと思われる。

草加市が小学校で行っている相撲指導が、まわしをつけたり、男子は上着を脱いで上半身裸になったりというマイナス的な要因を取り除いていることが、いい結果となつたと思われ。



低学年の様子「楽しむ」相撲



中学年の様子「だんご虫ずもう」



高学年の様子「だんご虫ずもう」

表1 低学年「楽しむ」

—相撲のいろいろな動きを楽しむための工夫—

基本動作	基本動作（蹲踞・四股）や上手な転び方（受け身）が身につくすもう遊び
対人的技能	押す・引く動き、バランス感覚を高める動きが身につくすもう遊び

表2 中学年「身に付ける」

—動きや技や身につけるための工夫—

基本動作	蹲踞・四股・中腰の構え・運び足
対人的技能	・スキルアップタイムで対人的技能の習得 ・立ち合いからの押し ・四つに組んだ寄り

表3 高学年「高める」

—対戦したり、体力を高めたりするための工夫—

基本動作	蹲踞・四股・中腰の構え・運び足
対人的技能	・スキルアップタイムで基本動作・対人的技能の繰り返し学習 ・グループで押し、寄りの練習 ・まわしをつかんでの投げ

（3）体（体力の向上）——相撲の動きを使った体力向上のための工夫

ア すもう体操や相撲ダンスを考案し、腰割り・四股・中腰・蹲踞等で筋力、柔軟性、バランス感覚などを向上させた。
イ スキルアップタイムやチャレンジャータイトなどで繰り返し練習し体力の向上を図った。
ウ 学校だけでなく、家庭でも親子でもできる体力づくりの方法を紹介し、体育の宿題を出した。