

福岡県宇美町における 中学校武道必修化に向けた取組

宇美町教育委員会

福岡県宇美町には、少年柔道教室や剣友会など地域で活動している柔・剣道の道場があり、子どもから大人までが、町立武道館で日々鍛錬している。このような武道が盛んな地域の実態を踏まえ、宇美町教育委員会では、熱心な地域の指導者、町立武道館を活用した武道の授業づくりを具体化してきた。

1 はじめに

宇美中学校は、平成21年度から柔道・剣道の授業を取り入れ、武道必修化に向けた取組をはじめた。

試行錯誤を繰り返す中、最も課題となったことは、限られた時間

刀による剣道基本技稽古法」について、竹刀を用いた学習を実施した。

の中で、必ずしも武道の経験があるとは限らない体育科教員が武道の指導内容を具体化し、指導しなければならぬことであった。この課題の解決のため剣道の授業において、地域指導者を招聘し、「木

平成22年度には宇美町教育委員会が文部科学省の「中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校事業」を受託し、宇美中学校は、その実践校として、剣道・柔道での地域指導者と連携した武道の学習指導の研究を進めていくことと



2 宇美中学校での実践研究

1 研究テーマ

「地域指導者と体育担当教師の連携の在り方」

宇美町は、以前から武道が盛んな地域である。町立の武道館をはじめ、地域のそれぞれの教室で、柔道、剣道、空手道や合気道など多様な武道を子どもから大人まで練習しており、優れた指導者が多く、地域で活躍されている。

このような地域の特色と平成21年度の宇美中学校の先行的な取組により、宇美町教育委員会では、学習指導要領の改訂による武道必修化を見据え、地域指導者と体育担当教員の連携の在り方を研究することが、当町で武道学習を進めていく効果的な方法であると考え

中心に武道の授業づくりについて述べる。

て、平成22年度から、宇美中学校を実践校として研究を行うこととした。

宇美中学校において、世代や武道の経験の有無に関係なく、全ての体育科担当教員が武道学習指導を確実に、適切に行っていくシステムを構築し、町内の他の2校の武道学習の在り方にも生かしていきたいと考える。

2 研究の概要

(1) 具体的な指導方法を大きく三つにまとめられる。



地域指導者の講話を聞く



道着の結束方法を学ぶ

① 教育課程の編成を工夫し、授業を2時間続きの「コマ」に設定して計7回、14時間の授業を行った。これにより、町立武道館への移動、防具や道着の着脱のための時間を確保しつつ、同時に技の習得や習熟のための練習時間の確保もできた。

② 単元構成の各段階に、次のような活動を位置づけた。

○単元の導入においては、武道の歴史や伝統的な考え方について理解させるために、地域の指導者を講師とした講話を聞く活動。

○礼法や所作法、防具や道着などの着装法及び結束法など、学ぶ前の心構えをもつたり準備をいたりする活動。

図1 剣道の全体指導計画

活動の様子	段階	学習内容・留意点
	特性を学ぶ段階	<ul style="list-style-type: none"> ・ 武技、武術から発生した剣道の歴史・伝統的な考え方を学ぶ。 ・ 剣道語録を通して、武道の精神を学ぶ。(五常の徳など) ○ 日本の歴史や文化を通して、基礎となる知識や考え方を学び、技能の習得と合わせて考えさせる。
	着装法・結束法を学ぶ段階	<ul style="list-style-type: none"> ・ 道着の着脱法を通して、物を大切に扱うことを学ぶ。 ・ 道着や袴の着方を学ぶ。 ・ 胴紐や面紐の結び方を学ぶ。 ・ 防具をつける順序、つけ方を学ぶ。 ・ 防具の置き方、片付け方を学ぶ。 ○ 剣道具・道着・袴の着脱は、紐・結びの文化に触れるチャンスであり、ものやひとを大切にすることを醸成させる。
	礼法を学ぶ段階	<ul style="list-style-type: none"> ・ 剣道における礼法、所作を学ぶ。 ・ 座り方・道具の置き方、持ち方を学ぶ。 ・ 試合の際の礼の仕方を学ぶ。 ・ それぞれの場面における礼の意味について学ぶ。 ○ 礼法を身につけることにより、自らの心を姿・形にして表すことを覚え、普段の生活にも役立てさせる。
	基本動作・技を学ぶ段階	<ul style="list-style-type: none"> ・ 基本動作を学ぶ。 構えと目付・構えと納め方・足さばき・素振り・掛け声・間合い・打突の仕方・打たせ方と受け方 ・ 基本となる技を学ぶ。 しかけ技・応じ技 ○ 教えられたことを忠実に守り、真剣に努力することの大切さを学ぶ機会であり、素直な心を大切にさせる。
	技を試す・判断する段階	<ul style="list-style-type: none"> ・ 試合を通して気剣体の一致を学ぶ。 (気持ちと竹刀操作と体さばきの一致) ・ 試合の審判をしたり、見取り稽古をしたりすることを通して、自分の気剣体の一致を振り返らせる。 ○ 繰り返しの練習を乗り越え、有効打突「一本」が決まった時、理想の技が出せた時に味わう達成感、剣道のもつ攻防の楽しさに触れる瞬間である。自分の意志で判断し、声や形にして表現し、結果をすなおに受け入れること、さらに心を残し、気を配ることを体得させる。



基本動作を学ぶ

③ 対人的技能を重視したペア活動やグループ活動による教えあいや学びあいの場を設定した。

以上の3つの他に、指導にあたっては単に形や技の指導に終わるのではなく、相手を尊重する気持ちを込めて行うことを、常に体育担当教員と地域の指導者の双方から生徒に伝えていくことにも留意した。

(2) 地域指導者の確保と役割分担

今回の研究では、武道の専門家である地域の指導者を、中学校の体育科学習指導に参画できるようにするまでの過程を具体化するこ

表1 剣道の各学年ごとの指導計画

学年	1 年		2 年		3 年	
	初めての剣道体験 14 時間		剣道の楽しさを知る 14 時間		剣道の攻防の楽しさを知る 14 時間	
活 動 の 概 要	1	オリエンテーション (剣道の歴史・特性・授業の行い方・健康・安全確認) ※道着・袴の正しい着装	1	オリエンテーション (剣道の歴史・特性・授業の行い方・健康・安全確認) ※道着・袴の正しい着装 ※剣道具の正しい着装	1	オリエンテーション (剣道の歴史・特性・授業の行い方・健康・安全確認) 礼儀作法・所作 ※道着・袴の正しい着装 ※剣道具の正しい着装
	2	礼儀作法・所作・足さばき・体さばき・素振り 前進後退・剣道体験 ※剣道具の正しい着装	2	礼儀作法・所作・足さばき・体さばき・素振り 一本打ちの技 (面・小手・胴) 打ち方と打たせ方 ※剣道具の正しい着装	2	一本打ちの技 (小手・面・胴) 引き技 打ち方と打たせ方 ※道着・袴・剣道具の正しい着装
	3	一本打ちの技 (面・小手・胴) 打ち方と打たせ方 ※道着・袴・剣道具の正しい着装	3	一本打ちの技 (面・小手・胴) 二段の技・剣道体験 ※剣道具の正しい着装	3	一本打ちの技 (小手・面・胴) 二段の技・三段の技・引き技 体当たり・見取り稽古
	4	※道着・袴・剣道具の正しい着装	4	打ち方と打たせ方	4	約束練習・連続技の打ち込み
	5	木刀による剣道基本技稽古法 (基本～基本4) 受け方 ※道着・袴の正しい着装	5	一本打ちの技 (小手・面・胴) 二段の技・打け方	5	既習の技 払い技 (払い面・払い小手)
	6	※道着・袴の正しい着装	6	体当たり・引き技	6	すり上げ技・約束練習
	7	一本打ちの技・連続技 (二、三段技) 打ち込み稽古 打ち方と打たせ方	7	二段の技・三段の技 体当たり・引き技 連続技の打ち込み	7	しかけ技・応じ技・得意技 約束練習・かかり練習 (互格稽古)
	8	引き技 (面・小手・胴) 払い技 (払い面) かかり練習 (打ち込み稽古)	8	払い技 (払い面) 抜き技 (小手抜き面・面抜き胴) ・約束練習	9	既習技・得意技 ルール・審判の理解 ①できばえを試す判定試合
	9	連続技 (二、三段技) 体当たり・約束練習 自由練習 (互格稽古)	9	木刀による剣道基本技稽古法 (基本1～9) 受け方 ※道着・袴の正しい着装	10	既習技・得意技・約束練習・自由練習 (互格稽古)
	11	連続技 (二、三段技) 体当たり・引き技 自由練習・互格稽古	11	しかけ技・応じ技・約束練習 かかり練習 (打ち込み稽古)	11	②できばえを試す判定試合 ③簡単な試合 個人戦 ルール・審判の理解
	12	自由練習・互格稽古	12	自由練習 (互格稽古)	12	
	13	①できばえを試す判定試合 ペア対抗リーグ戦 ルール・審判の理解	13	①できばえを競い合う判定試合 (ペア対抗トーナメント) ルール・審判の理解	13	③簡単な試合 団体試合リーグ戦 ルール・審判の理解
	14	②できばえを試す判定試合 班対抗団体試合 ルール・審判の理解	14	②簡単な試合 ペア対抗トーナメント ルール・審判の理解	14	④簡単な試合 団体試合トーナメント戦 ルール・審判の理解



正座して講師の話を聞く



道着、袴の正しい着装を学ぶ

○ 技能面を身に付けさせる初歩的な段階における、「基本動作」や「基本となる技」の地域の指導者による師範演技(モデル)を見る活動。

○ 単元のまとめの段階における、「基本となる技」を用いて約束練習や簡易な試合をする活動。

図2 柔道の全体指導計画

活動の様子	段階	学習内容・留意点
	特性を学ぶ段階	・武技、武術から発生した柔道の歴史、伝統的な考え方を学ぶ。 ・柔道語録を通して、武道の精神を学ぶ。 (精力善用、自他共栄など) ○柔道用語集を作成し、専門用語の意味を振り返らせる。
	着装法・結束法を学ぶ段階	・道着の着脱法を通して、物を大切に扱うことを学ぶ。 ・道着の着方を学ぶ。 ・紐の結び方を学ぶ ・道着を着る順序を学ぶ。 ・道着のたたみ方を学ぶ。 ○地域指導者の示範により、柔道衣の着方、帯の結び方、たたみ方を正確に行わせる。
	礼法を学ぶ段階	・柔道における礼法、所作を学ぶ。 ・座り方、立ち方における所作を学ぶ。 ・試合の際の礼の仕方を学ぶ ・それぞれの場面における礼の意味について学ぶ。 ○地域指導者の所作を真似させることで正しい礼法を学ばせる。
	基本動作・技を学ぶ段階	・基本動作を学ぶ。 組み方・進退動作・体さばき・崩し・受け身 ・基本となる技を学ぶ。 投げ技・固め技 ・連絡技を学ぶ。 投げ技の連絡・固め技の連絡 投げ技から固め技への連絡 ○「低い姿勢から高い姿勢に」、「弱い衝撃から強い衝撃に」、「単独から相対に」と安全に配慮した段階的な指導を行う。
	技を試す・判断する段階	・試合を通して心技体を学ぶ。(気持ちと技術と体力) ・試合の審判をしたり、見取り稽古をしたりすることを通して、自分の心技体を振り返らせる。 ○地域指導者の師範を通して、正確な技のかけ方を学ばせる。 ○約束練習の繰り返しにより、安全で正確な技の習得をさせる。 ○判定カードを作成し、ルールや技の判定の仕方を理解させる。



礼法を学ぶ

及び課題に対する改善策も協議した。

○武道指導研修会を22年度に3回実施した。この研修会では、具体的な学習内容の精選や実技指導を地域指導者と体育科担当教員で行った。その内容としては次の二つである。

- ・役割分担、日程調整
- ・技能の内容についての検討

○体育科担当教員と地域指導者として、授業後に反省と次時の学習内容の確認、技の指導ポイント等を互いに確認をしたり、専門の立場から技術指導のポイント

表2 柔道の各学年ごとの指導計画

学年	1 年		2 年		3 年	
	初めての柔道体験 14時間		柔道の楽しさを知る 14時間		柔道の攻防の楽しさを知る 14時間	
活 動 の 概 要	1	オリエンテーション(柔道の歴史・特性・授業の行い方・安全に配慮した行動の仕方) ※柔道衣の正しい着装	1	オリエンテーション(柔道の歴史・特性・授業の行い方・安全に配慮した行動の仕方) ※柔道衣の正しい着装	1	オリエンテーション(柔道の歴史・特性・授業の行い方・安全に配慮した行動の仕方) 礼法 ※柔道衣の正しい着装
	2	礼法・姿勢・進退動作・崩し ※柔道衣の正しい着装	2	礼法・姿勢・進退動作・崩し 受け身 後ろ受け身 ※柔道衣の正しい着装	2	姿勢・進退動作・崩し 受け身 後ろ受け身・横受け身・前回り受け身 固め技 けさ固め・横四方固め・上四方固め
	3	後ろ受け身 けさ固めの仕方と応じ方	3	受け身 横受け身・前回り受け身Ⅰ(単独) 固め技 けさ固めの仕方と応じ方	3	固め技の連絡 けさ固め⇔横四方固め⇔上四方固め 固め技の簡単な試合
	4	横受け身 横四方固めの仕方と応じ方	4	受け身 前回り受け身Ⅱ(相対) 固め技 横四方固めの仕方と応じ方 上四方固めの仕方と応じ方	4	既習技の練習 体落とし・大腰・釣り込み腰・払い腰 かかり練習→約束練習→自由練習
	5	前回り受け身 上四方固めの仕方と応じ方	5	固め技の簡単な試合 グループ戦	5	既習技の練習 大内刈り・小内刈り・大外刈り・膝車・支え釣り込み足 かかり練習→約束練習→自由練習
	6	固め技の簡単な試合 グループ戦	6	既習技の練習 大外刈り・膝車・支え釣り込み足・体落とし かかり練習→約束練習→自由練習	6	投げ技の連絡 2つの技を同じ方向にかける技の連絡 大内刈り→大外刈り 釣り込み腰→払い腰 など
	7	大外刈り	7	大内刈り・小内刈り	7	投げ技の連絡
	8	膝車・支え釣り込み足	8	大腰・釣り込み腰・払い腰	8	2つの技を違う方向にかける技の連絡
	9	体落とし	9	かかり練習→約束練習→自由練習	9	体落とし→大内刈り
	10	かかり練習→約束練習→自由練習	10		10	大内刈り→大腰 など
11	ルール・審判の理解 簡単な試合	11	ルール・審判の理解 簡単な試合	9	ルール・審判の理解	
12		12		10	①個人試合	
13	ルール・審判の理解 簡単な試合 ①判定試合	13	ルール・審判の理解 簡単な試合 ①判定試合	11	ルール・審判の理解	
14		14		12	①団体戦(5人制)	
				13	班対抗トーナメント	
				14		

※平成21年度は、区内の中学校に柔道着を借りて実施した。



柔道衣の正しい着装を学ぶ

とも重要な内容である。具体的には、次のように地域指導者との連携を図っていった。

- ① 地域指導者の確保
宇美町教育委員会学校教育課が町の人材バンクや地域の武道指導者と交渉し、学校体育参画への依頼をした。
- ② 地域指導者と体育科担当教員の役割分担
○地域連携指導推進協力者会議を各年度3回開催し、地教委・大学有識者・地域指導者・学校関係者で学習内容や方法、計画を検討した。この会議では、授業実践をとおして出てきた課題



約束練習の繰り返しにより、安全で正確な技の習得をさせる



できればを試す判定試合

(3)柔道の指導の実際
本稿では、第1学年第6時について述べる。
本時の主眼は、これまで習得してきた固め技をつかい、投げたり

抑えたりする攻防をすることができると述べる。
まず、導入の段階においては、用具の準備、黙想、挨拶等の活動とおして武道を学ぶ心構えをもたせる。
その後、準備運動と受け身の練習をする。教師は全体に指示を出し、地域指導者は受け身の説明、個人指導を担当する。受け身については、安全面への配慮という点から丁寧に指導する。
主運動となる活動では、前半にこれまで習得してきた固め技について練習し、後半に試合を行う。この活動における指導者の役割は、教師が全体への指示を出し、地域指導者は、①技のモデルを示す、②巡回しながら個人指導をする、という2つである。
技の練習をする活動では、地域指導者より、道着のどこをもつか、体勢をどうするのか等の技のポイントを解説してもらう。
試合をする際には、安全面への配慮から、体格に大きな差がつか



簡易な試合をする



受け身は安全面への配慮から丁寧に指導する

ト等を助言していただく場を毎時間設定した。
(3)安全面への配慮
安全面に関しては、毎時間配慮

する内容として、剣道、柔道別に次のような指導を確実に実施させた。
①剣道
竹刀の破損がないか、授業始め、中、終わりの各段階で点検をさせた。
②柔道
怪我防止のために、体格別にグループを構成した。また技の習得を寝技から段階的に指導した。
3 研究の実際
(1)単元計画
剣道の3年間の単元計画は、表1のとおりである。各学年14時間で設定している。単元のはじめの段階には、繰り返し着装についての学習内容を位置づけ、相手への敬意を表すこと、技を学ぶ心構えをもつことという武道の心得に関する意識が継続できるようにした。
また、体育科担当教員と地域指導者が連携して学習を進めることができるように、単元をおおまか

に5つの段階に分け、内容を整理したもののが図1である。
全体計画を画像とその内容で表すことで、指導する内容やイメージを共通理解しやすくしている。このことよって、体育科担当教員や地域指導者が替わってもベースとしての指導内容、方法を共通理解して授業づくりを進めることができるのである。
(2)剣道の指導の実際
本稿では、第3学年武道第11時の授業の実際から述べる。
本時の主眼は、これまで習得してきた自分の得意技を試すことである。まず、導入の段階においては、用具の準備、黙想、挨拶等の活動をおして武道を学ぶ心構えをもたせる。教師は全体に指示を出し、地域指導者は巡回しながら着装を確かめるなど安全面に留意する。
次に、準備運動をし、本時の学習課題を提示する。学習課題の観点は、
①かけ声
ないようにペアを構成した。また、次の点について確認させた。
・膝立ちの状態から試合を始める。
・膝を畳から離さないで試合をする。
試合では、教師、地域指導者とも審判をしている生徒に助言、補佐をする。
最後に、学習のまとめを行う。この活動では自己評価をさせ、相互に学びを出し合わせる。剣道と同じように、教師は、学びの整理、練習をしてくれた相手に対して敬意を払う気持ちを持たせること、地域指導者は生徒に専門的見地より成果を伝え、次時の課題を伝えることが役割となる。

3 おわりに

地域指導者の方からは、次のような感想をいただいた。
・14時間という限られた時間の中で、武道の特性から礼法や基本動作、約束練習や自由練習まで学校の先生方と連携して進めることで、子どもたちに武道を楽しく学ばせることができた。
・武道を専門としない先生方にも、地域の指導者の経験の一部を伝え、交流を深めることができたことは大きな成果となった。
宇美中学校の体育科担当の先生方からは、「専門とする地域の指導者との連携によって、生徒たちは武道の魅力を感じ、意欲的に活動することができた。さらに、保健体育担当教員の武道についての見識を広め、指導力の向上にもつながった」との感想があげられた。
今後は、この研究の成果を基に、作成した単元計画を見直し、修正を加え、充実したものになりたい。さらに、町内の2中学校へと研究成果を広げ、引き続き学校と地域の教育力を結集して体力、運動能力を確実に付けていく学習指導の在り方を模索していきたい。

②打たせる側
③打つ側
④相手を代える際の所作の4つを示す。
主運動となる活動では、前半にこれまで習得してきた技について練習し、後半に試合を行う。この活動における役割は、教師が全体への指示を出し、地域指導者は、①技のモデルを示す、②巡回しながら個人指導をする、という2つである。試合では、審判も生徒に行わせる。教師と地域指導者は、それぞれ審判役の生徒に助言、補佐を行う。
最後に、学習のまとめを行う。この活動では自己評価をさせ、相互に学びを出し合わせる。教師は、学びを整理し、確認させるとともに、互いの努力を認め合い、練習の相手をしてくれた友達に対して敬意を払う気持ちを持たせることが役割となる。地域指導者は、より専門的な見地から生徒の成果を伝え、次時の課題を伝えることが役割となる。