



合気道授業の様子

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 68

外部指導員の活用例 合気道

綾部市立上林中学校教諭 伊藤 大介

本校は合気道開祖・植芝盛平が合気道を創始した京都府綾部市に所在しており、平成24年度から始まった中学校保健体育科における武道の必修化にあたって、綾部市合気道協議会から本校の保健体育科授業において合気道授業の実施を要望された。実施にあたり、校長と保健体育科教員が合気道道場に通って習ったが、授業には同協議会より外部指導員の派遣を依頼し、主に手本の披露やグループ学習時の指導をお願いした。昨年10月には植芝守央合気道道主の前で生徒たちが演武を披露する機会を得られ、生徒たちには素晴らしい経験となった。

1 合気道授業の意義と生徒の実態

合気道発祥の地・綾部市
現在、メジャーなスポーツや武道は、勝利至上主義、商業主義による弊害も見られる状況がある。本来スポーツや武道とは勝利を目指し、自己の鍛錬に取り組み過程における自己の精神的、体力的成長が大きな目的でもある。それと共に相手を倒し、負かすことだけではなく、相手を尊重し、他者と協調しながら自己の鍛錬に取り

組むことに重要な点がある。合気道は、後述の要素を生徒が身に付ける上で大変有効な武道である。合気道は開祖・植芝盛平が若年より幾多の武術に触れ、求道の結果、生まれたものである。植芝は、京都府綾部市において「植芝塾」を開設し、精神的な修行と肉体的な修行に励み「合気武術」を生み出した。合気道発祥の地である綾部市において体系化された武道である合気道に親しむことは、意義深いことである。

2 外部指導員導入の経緯

本物の技を生徒に披露する
武道必修化に伴い、合気道発祥の地である綾部市において合気道授業を保健体育科で取り入れてほしいという綾部市合気道協議会からの要望を受け、平成22年度は保健体育科教員が道場に通って、合気道を学び、平成23年度より外部指導員との連携授業を行ってきた。始めはまだ見ぬ合気道に正直なところ不安を感じていた。真冬の夜、校長とともに道場に通い、稽

生徒の実態
全体としては、元気に明るく学校生活を送っており、運動に対しても真面目に取り組むことができる。授業に臨む姿勢も大変真面目で指示されたことについて一生懸命取り組むことができる。少人数の集団のため、一人一人に指導できる時間や支援ができる時間は他の学校に比べると格段に多い。その分それぞれの苦手な動きを指摘し、得意な面を評価し、

武道必修化に伴い、合気道発祥の地である綾部市において合気道授業を保健体育科で取り入れてほしいという綾部市合気道協議会からの要望を受け、平成22年度は保健体育科教員が道場に通って、合気道を学び、平成23年度より外部指導員との連携授業を行ってきた。始めはまだ見ぬ合気道に正直なところ不安を感じていた。真冬の夜、校長とともに道場に通い、稽

単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
合気道の特性や成り立ちに関心を持ち、積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。安全に留意して互いに協力して稽古しようとしている。	技を習得するための課題を見付け、課題に応じた稽古の仕方を工夫している。	基本動作や相手の動きに応じながら対人的技能や受身ができる。対人的技能を用いて演武することができる。	合気道の特性や伝統的な考え方、技の名称や行い方を理解している。



外部指導員が手本を示した

授業時の役割分担

基本的には、保健体育科でT1

古に励んだ。冷たい畳の上で初めて投げられた感覚や二教、三教といった技を受けたときは衝撃的だった。体の関節、つくりや動きを元に考えられた巧妙な武道だと感じた。

授業に取り入れていこうと取り組み始めた当初、合気道という武道をあまり理解できず、試行錯誤しながらの取組で難しい点が多くあった。外部指導員として綾部市合気道協議会の4名の先生方にもお世話になった。長年稽古に励んでこられた技が披露されたとき、生徒たちの目が輝き、未知であった合気道への憧れや挑戦心が生まれてきたように思う。

演武会で生徒が演武を披露
1 限目が大切なのはどの単元でも同じであるが合気道では、初め

3 指導後に感じた成果と課題

外部指導員の指導によって、生徒の意欲を大変よく引き出すことができた。19人に対して3人の外部指導員が授業に参加したので、生徒6、7人に対して1人という体制で指導できたことで丁寧なところまで指導することができた。

外部指導員の演武を見せることで生徒の意欲の高まりにつながった。また、外部指導員と十分な打ち合わせの上、授業を行うことで生徒に何を学ばせたいかを外部指導員に十分理解してもらうことが重要だと感じた。

を行い、実際の動きを見せる時には、外部指導員に演武を行ってもらった。またグループ別の学習では、各グループに外部指導員1名ずつ入ってもらい、指導をしていただいた。

日本武道館に掲揚されている日本最大級の日の丸
全日本少年少女武道錬成大会 刺繍旗

の実績

社旗 校旗など
各国国旗
のぼり・応援幕・バナー
タスキ・腕章・半纏など
トロフィー・楯・徽章
* デザイン作成もいたします *



早稲田大学応援部 慶應義塾大学応援指導部 立教大学応援団



株式会社 三上旗店 (創業明治五年)

〒103-0002 東京都中央区日本橋馬喰町1-12-6 三上ビル

TEL:03-3663-8841 FAX:03-3664-8108 Mail:info@mikami-flag.co.jp URL:www.milkami-flag.co.jp

単元計画 (全 10 時間)

次	時	指導内容	学習活動	指導上の留意点	評価		
					評価規準 (観点) 〈評価方法〉	十分満足できると判断される状況	努力を要する状況への手立て
1	1	礼法 後ろ受身 基本動作の正しい理解	合気道の学習の仕方や練習方法を学ぶ。	授業の進め方や約束事項を確認し、生徒が見通しを立てて学習できるようにする。	合気道の歴史や特性、礼法的重要性について理解している。 (知識・理解) 〈学習カード〉	歴史や特性、礼法的重要性について理解し的確に書き出している。	資料や映像を示し、視覚的に分かりやすく指導する。
2	2	礼法 後ろ受身 自発的な行動	合気道に必要な基本動作と対人的技能を身に付けて楽しむ。	動作の一つ一つを視覚的に分かりやすく理解させる。	礼儀正しい態度で関心を持って学習に臨み、合気道を学ぼうとしている。 (関・意・態) 〈観察〉	合気道に強い関心を持ち、率先して礼儀正しい態度で積極的に学ぼうとしている。	それぞれの動きを視覚的に説明する。
	3	「取り」と「受け」の役割 受身の楽しさ	合気道に必要な基本動作を身に付ける。受身の定着を図る。	二人で息を合わせて行うことの重要性を理解させる。	対人的技能と関係する基本動作ができる。 (技能) 〈観察〉	対人的技能を「受け」「取り」両方で正しくすることができる。	生徒に分かりやすい表現で、視覚的に説明する。
	4	逆半身片手取り隅落とし 膝行の動作	逆半身片手取り隅落とし膝行を段階を踏んで練習する。	一つ一つの動作を分解して号令をかけながら練習させる。	新しい技を習得する喜びを味わい、合気道を楽しもうとしている。 (関・意・態) 〈観察〉	積極的に技を身に付ける位置を自分で発見し、技を行っている。	安全に行う方法を丁寧に示し、恐怖心をなくさせる。
	5 (本時)	逆半身片手取り隅落とし 技のポイントを整理	他の人の動きを見ながら技能を身に付ける。	動きを見るときポイントを視覚的に分かりやすく示す。	他の人の動きを見ることでそれぞれの技のポイントに気付いている。 (思考・判断) 〈学習ノート観察〉	受けの体勢の崩れて号令をかけながら練習を行っている。	1つ1つの動きを分けて号令をかけながら練習を行わせる。
	6	相半身片手取り小 手返し 安全に配慮した行動	相半身片手取り小 手返しを段階を踏んで練習する。	安全にできるように簡単な動作から行わせる。	自他の安全に留意して行動しようとしている。 (関・意・態) 〈観察〉	相手を尊重し、息を合わせて稽古を安全に行おうとしている。	最後まで手を離さずに、対人技能の中で受身の練習を繰り返させる。
3	7	相半身片手取り小 手返し 転換動作	相半身片手取り小 手返しの動き方やポイントについて考える。	一つ一つの動作を分解して号令をかけながら練習させる。	技を習得するための課題を見付け、練習の仕方を工夫している。 (思考・判断) 〈観察〉	技を習得するための課題を積極的に見付け、受けと取りで息を合わせて練習している。	1 回ごとに簡単なポイントに絞って練習させる。
	8	いろいろな相手と練習 合気道の楽しさの理解	これまで習得した技を反復し、様々なペアで行う。	相手が変わっても互いの息を合わせることの大切さを理解させる。	互いに双方の動きの大切さを理解し練習をしている。 (知識・理解) 〈観察〉	二人の呼吸を合わせ、互いに双方の動きの大切さを理解し練習をしている。	「受け」が相手の動きに合わせて動くように指導する。
	9	個人技能の向上 演武	演武の方法について知り協力して練習する。	演武を行うために、相手や他の組と協力しながら意欲的に練習させる。	仲間と協力し、考え、教え合いながら課題の解決に向けた方法を身に付けている。 (思考・判断) 〈観察〉	仲間と協力し、相手の不十分な点を教えながら、課題の解決に向けた方法を見付けている。	技能の高まっている生徒に支援をさせる。
4	10	演武 技のポイント整理と理解	技のポイントを理解したうえで演武を行い、より高い技術を身に付ける。	互いの技を見合うことで良い面を評価させる。	演武を通して基本動作、対人的技能を正しく行うことができる。 (技能) 〈観察〉	基本動作を習得し、正しい対人的技能が身に付いている。	具体的に良い動きについて示す。

※ (関・意・態) … 運動や健康・安全の関心・意欲・態度
(思考・判断) … 運動や健康・安全についての思考・判断
(技能) … 運動の技能
(知識・理解) … 運動や健康・安全についての知識・理解

合気道を通して学んだこと

綾部市立上林中学校 3年

波多野 安美

合気道を初めて行ったときは、相手と心を合わせて技をするとか、気とか、よくわかりませんでした。嘘だろうと思っていました。でも、3年間先生方と合気道をやってきて、それらはとても大事なことでわかりました。取りが技をかけていても、受けが上手に受け身をとりないといけないし、両方が思いやりの心をもっていないと合気道は成り立たないのだと思います。先生が「指の先から気が出ている」と言っている人が起き上がれなかったのは驚きました。それが合気道なんだなと思いました。

私がこれまで行った技の中で一番楽しかったのは、「四方投げ」です。初めて行ったときは、複雑でよくわかりませんでした。でも、技のかけ方やコツを教えていただけでできるようになったとき、投げたときの感触がよくて「楽しいな」と感じました。

逆に、1番苦手だった技は「小



植芝守央合気道道主特別講習会の後に行われた演武会で
演武を披露する上林中学校の生徒
(平成 25 年 10 月 27 日・綾部市総合運動公園体育館)

て行い、初めて見る生徒がほとんどであり、合気道をやってみたいと思わせることが重要である。今回は視聴覚教材を用いたが、合気道の特性を学ばせる際に視聴覚教材を利用することは効果的であると考えた。

武道授業において、礼節を重ん

じることを最初に徹底することが大切である。丁寧な礼法を行うことで、合気道の特性である相手への思い、周りの者へ感謝する心を教えることができる。

また本年度は、綾部市において植芝守央道主による講習会が行われ、その後行われた演武会では、

「手返し」です。前に行ったときと足の運びが変わっていて、ややこしくて全然でませんでした。私たちがわからなくて困っているときに先生が来て丁寧に教えてくださいました。足の運びや手のかっこのいい切り方を教えてくださって、できるようにはなったけど、他の技と比べるとやっぱり少し苦手で1番苦労した技でした。

去年、オーストラリア・シドニーのルーメア・ハイスchoolの人たちが3日間、上林中学校に来ま

本校の生徒19名が演武に参加させていただくことができた。そのため、本年度の授業は、演武に向けた練習がほとんどを占める結果となったが、生徒たちは短い練習期間の中で4つの技を習得し、演武を行うことができた。

近畿各地の合気道場の方々350名以上が見守る中、授業の成果を披露する場を与えていただいたことは、生徒が授業に取り組みむ意欲を非常に高めた。また大きな緊張の中の演武であったが、生徒たちにとって素晴らしい経験になったように感じる。

合気道の魅力

4

「戦わない」合気道

合気道に取り組んできた中で感じた魅力の一つは、戦わないという点である。現代のスポーツにおいては、勝利することが最大の価値とされる風潮が強く、そこだけに執着する部活動や武道は、青少年育成に対する弊害を及ぼしてい

した。そのとき、合気道と一緒にやる時間がありました。ルーメア・ハイスSchoolの人たちはもちろん合気道をするのは初めてで、言葉もほとんど通じない状態でした。しかし、一生懸命先生の動きを見て、一緒に合気道をするのは楽しかったです。オーストラリアの人たちと日本の武道をするという機会はめったにないことなので、いい体験になったと思います。合気道を一緒にしたこと、一気に打ち解け、心が通じ合った

る側面もある。

合気道は、自分から攻撃するのではなく相手の力を生かして、合理的に相手を崩していく武道だと思っている。また技を高めていく上で欠かせないのが、相手との呼吸を合わせることで、受身の技術だと感じている。

生徒たちは、整然と落ち着いて取り組むことができ、礼を大切に、作法として身に付けている中で心にも大きな影響を与えているように思う。

何よりも私自身が授業を通して合気道の魅力を感じ、楽しく取り組むことができた。3年間の指導経験を通じて、少しずつ合気道を理解できてきたように感じる。新たな価値観と人との出会いをもたらしてくれた合気道、そして講師としてお世話になった綾部市合気道協議会の皆様に心から感謝したい。

ような気がしました。また、合気道という武道を通して日本の礼儀作法を学び、それは世界に誇れる日本の文化であると感じました。

10月27日に綾部市総合運動公園体育館で行われた演武会では、とても緊張したけれど、たくさんの人たちの前で行う演武を楽しむことができました。センターの位置だったので上手に行わないといけないと思って、受けの人と一緒に練習から頑張ってきました。苦手だった小手返しも、教えて頂いたコツを思い出して、しっかりとできていたと思います。他の技も落ち着いて、これまでの練習の成果が発揮できたので、いい演武になったと思います。

最後に道主・植芝守央先生の演武を見せていただき、身のこなしやその視線から、なにか違うオーラのようなものを感じました。その後、講習会のお礼として植芝先生に花束を渡すときはとても緊張したけど、とてもいい思い出になりました。



特別講習会で道主に花束を贈呈した波多野安美さん(左)