

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 74

外部指導員の活用例 相撲

山梨県上野原市立秋山中学校 教諭 幡野 力也

秋山地区は周囲を新緑や紅葉の美しい山々に囲まれ、連なる山野から幾筋もの清流を集めて相模湖へと至る秋山川に沿って18の地区が点在する。

本校はへき地1級の小規模校で、全校生徒数は38名である。校区は東西15kmにもわたり、全ての生徒がスクールバスを利用している。

生徒たちはとても純朴で、学校教育目標の「あさかげ——明るく さわやか 賢く 元気！」のもと、一生懸命に諸活動に取り組んでいる。

新学習指導要領で「武道」が必修となり、本校でも平成21年度より相撲の授業を実施することとなった。平成23年度には、文部科学省・山梨県教育委員会より「中学校武道ダンス必修化

に向けた地域連携指導実践校」の指定を受け、高校の相撲部監督でもある花田英男先生を外部指導員に招いての授業を行った。本稿では、そのときの取組の様子を中心に紹介する。

に参加してきた。上位に入賞することも多く、関東大会・全国大会に出場した経験もある。しかし、最近では生徒数の減少もあり、相撲部の立ち上げができず、大会にも出場できていない。このような経緯から、本校で伝統的に行ってきた相撲に学校全体として取り組み、生徒が興味を持ち、大会に出場したいという意欲が出てくればという願いもあった。

このような経緯から、相撲の授業を平成21年度より開始した。平成22年度には山梨県小中学校体育連盟から研究指定校の指定を受け、相撲の公開授業を行った。平成23年度は文部科学省・山梨県教育委員会より「中学校武道ダンス必修化に向けた地域連携指導実践校」の指定を受け、外部指導員を招いての授業を行った。

外部指導員は、県教育委員会から谷村工業高等学校（現在・都留興譲館高等学校）相撲部監督の花

1 外部指導員活用にした経緯

まず、本校が武道の中で相撲を選択したのは大きく3つの理由がある。

- ①施設・設備・用具の面から
柔道や剣道を行うには畳や柔道着、竹刀、防具等が必要になる。本校には武道館の施設はなく、一から畳や道具をそろえる経済的負担を考えると、相撲の場合、まわしをある程度そろえれば実施が可能になると考えた。
- ②コミュニケーションの面から

本校の生徒は、幼い頃から人が

ほぼ入れ替わることなく、同じ友人同士で一緒に生活してきたため、関係が固定化し、互いのコミュニケーションを省くことによる意見や気持ちのすれ違いが生じてしまう面がある。

そこで、「礼儀を重んじ、相手を尊重する」とする相撲の理念はこうした固定化した関係性に新たな一面をもたらし、また、相撲は身体接触が多く、相手の痛みや動きを肌で感じ、互いがより近い関係を築きやすいと考えた。

③本校の伝統の面から
本校は、数年前までは季節部で「相撲部」を立ち上げ、県大会

2 用具、場所など

田英男先生を紹介していただいた。谷村工業高等学校は、本校と隣接する市に位置するとともに、相撲部は県内でも常にトップクラスにあり、本校の卒業生も相撲部に所属していた。授業の打合せや相撲に関する指導方法を聞くのに、とてもやりやすく、専門的な知識や技能を生徒に指導していただくには最良だと思い、外部指導員としてきていただくこととなった。

相撲において、個人で使用する用具には「まわし」があるが、本校では簡易まわしを学校で用意し、使用した。1学年が20人弱と少ないため、3サイズを10本ずつ、計30本を用意した。また、女子はまわしに抵抗があるため、柔



写真2 女子は柔道帯を使用

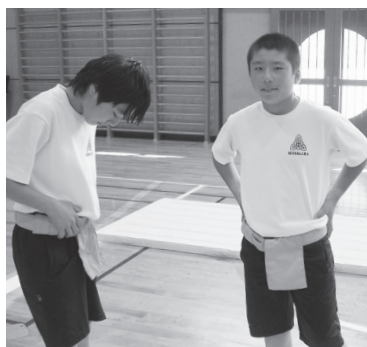


写真1 簡易まわし

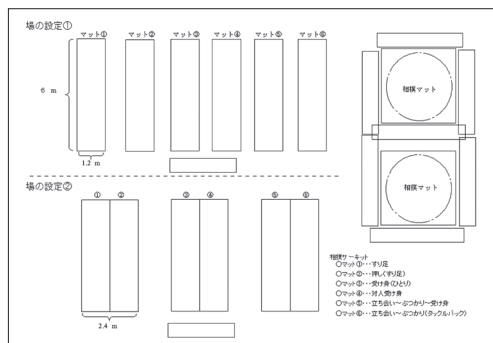


図1 土俵マットの設置例



写真3 外の土俵

道の帯を使用した（写真1、2）活動場所については、基本的に体育館を使用し、マットの上での展開を考えた。体操マットと土俵マットを使用し、体操マットの組合せによりサーキットなどの基本

資料1 指導計画と評価 (第2、3学年)

段階	学習のねらい	学習活動における具体的評価規準			
		関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
はじめ 2時間	学習Ⅰ ・相撲の特性を理解し、学習の見通しを持ち、学習の進め方を理解する ①オリエンテーション ・歴史、特性、礼法、学習の進め方、準備の仕方、学習ノートの使い方 ②基本動作・礼法 ・蹲踞、塵浄水、四股 ③様々な相撲 ④整理運動・まとめ	①礼儀正しい態度で関心を持って学習にのぞみ、相撲を学ぼうとする。			①相撲の特性や歴史、学習の進め方について言ったり書いたりしている。
	学習Ⅱ ねらい① ・相手の動きに応じた基本動作を習得する ・対人技能として基本となる技を身に付ける ①準備運動・補強運動 ・ランニング、体操 ・補強運動・塵浄水、四股 ②相撲サーキット ・すり足・押し ・受け身・調体(てっぽう) ③基本となる技の練習 ・押し、寄り ・前さばき(押っつけ、絞り込み、巻き返し) ・投げ技(上手投げ、下手投げ等) ④整理運動・まとめ 簡易的な試合	②新しい技を習得する喜びを味わい、相撲を楽しもうとする。	①技を習得するための課題を見つけ、練習や試合の仕方を選択している。	①蹲踞、塵浄水、四股、すり足などの基本動作ができる。 ②安定した中腰の構えから、相手の身体を押上げる要領で「押し」ができる。	③基本となる技の方法や名称、ルールについて言ったり書いたりしている。 ④技能習得のためのポイントやできばえを言ったり書いたりしている。 ②自分の課題に応じた課題解決方法を言ったり書いたりしている。
なか① 4時間	学習Ⅱ ねらい② ・対人技能として、相手の動きや技・変化に応じた攻防を展開することができる ①準備運動・補強運動 ・ランニング、体操 ・補強運動・塵浄水、四股 ②相撲サーキット ・すり足・押し ・受け身・調体 簡易的な試合	③互いに教えあい、協力し合って学習しようとする。	②仲間と協力し考え、教えあいながら課題の解決に向けた方法を見つけている。		②自分の課題に応じた課題解決方法を言ったり書いたりしている。
	なか② 3時間	④練習や試合において、ルールや禁止事項を守り、自他の安全に留意して行動しようとする。	③試合を通して自分の課題を発見している。 ④仲間の取り組みに対して適切なアドバイスを送っている。	③相手の動きの変化に応じた基本動作から基本の技ができる。	
まとめ 1時間	学習Ⅲ ・お互いに高めあった規律、礼儀作法、技を実践を通して定着させる 大相撲 秋山場所	④練習や試合において、ルールや禁止事項を守り、自他の安全に留意して行動しようとする。	④仲間の取り組みに対して適切なアドバイスを送っている。		③試合の中で礼儀作法、試合の運営やルール、審判の方法を理解している。



写真4 審判方法

3 教員の役割と外部指導員の役割

T T指導により、T1として体育教員が授業の進行役を務め、T2として外部指導者が専門的な技術指導という役割分担で授業を進めた。また、花田先生には蹲踞・塵浄水などの礼法、柔軟体操・四股などの準備運動、審判方法等を、動きとともに伝統的な諸作法の意味や動きのポイントにいたるまで丁寧に教えていただいた(写真4)。

4 指導の概要

◎全体の指導計画

外部指導員との連絡調整は主に電話で行った。また、授業開始1週間ほど前に直接会って、事前打合せをし、授業日程や指導内容の確認を行った。
授業日には早めに来校してもらい、本時の指導のポイント、関わり方等について10分程度の打合せを行った(資料1 秋山中学校相撲指導計画)。

◎指導上の注意点

・マットを使うことにより、生徒同士でも安心して投げたり、受け身を取ったりできるようにした。また、試合の時には土俵マットの周りにもマットを敷き詰め、土俵外に出た時の安全性も確保した。
・柔軟運動や受け身の練習を定着させ、怪我や事故の予防に努めた。

◎指導の実際

まず授業の導入として、オリエンテーションで相撲の歴史や礼法を説明するとともに、相撲に興味を持つってもらうためにいろいろな相撲(腕相撲、尻相撲、足相撲、びよんびよん相撲など)を行った。基本の動きを定着させるために、相撲サーキットとして、①すり足、②押し(すり足)、③受け身(二人)、④対人受け身、⑤立

・立ち合いで頭や顔をぶつけないために、胸を合わせた状態からの立ち合いを行った。
・倒れる際に手をつくとき体重がかかって危険であるため、手をついたら負けというルールとし、指導を徹底した。
・危険な技(禁じ手)は行わないように指導した。また、習得状況が未熟な1年生には掛け技は行わないよう指導した。
・外部指導員の方に中学校の武道の授業として行っていることを理解していただき、初心者の中学生にわかる言葉や指導内容になるよう、お願いした。

ち合い(ぶつかり)受け身、⑥立ち合い(ぶつかり(てっぽう))をほぼ毎回行った。
学年の違いにより指導内容を工夫し(次頁資料2 外部指導者と連携した指導回数と工夫したところ)、1学年には礼儀作法・基礎基本の動きを中心とした学習内容、2・3年生には投げ技等も含め、発展的な学習を進めた。また、外部指導者が関わる回数も1・2年生は多めに設定した(全10時間中1・2学年8回、3学年7回)。
1年生は、「押し」や「寄り」を中心に、投げ技は「上手投げ」のみ指導した。2・3年生は経験があるので、投げ技の種類を増やし、指導した。しかし、投げ技を成功させるためにも「押し」が重要であることを繰り返し指導した。また、対人技能として、相手の動きや技・変化に応じた攻防を展開することができるよう、「前さばき」や「引き」「体の変化」なども指導に加えた。特に花田先生から「相撲はバランスの崩し合い」という言葉があり、どのよう

平成23年度は、文部科学省・山

6 今後の外部指導員活用について

今回の、現職の高校の先生を指導員としてお願いしたこと、日程や時間の調整が難しかった。教育委員会からの依頼もあり、時間を割いていただけた部分もあるが、周囲や学校の十分な理解が必要である。講師の確保や資金面からも、教育委員会の補助や指導・助言が必要になってくると考えられる。

5 外部指導員活用における課題とその対策

技能の原理などの説明に時間や工夫が必要であることから、指導内容の質や量を相談する時間の確保と、生徒が自主的に活動できるような教材などを工夫し、運動時間の確保を図る必要があった。

あったと考えられる。

7 まとめ

本校に着任した初年度から相撲の授業が始まり、本年度で6年目になる。当初、相撲の授業を行うと決まっていた「えつ、相撲」と消極的であったが、年々授業を重ねるごとに相撲のおもしろさや奥深さを感じ取ることができている。そして、その大きな転換点は、平成23年度に花田先生が外部指導員として来てくださり、一緒に授業を行ったことによるものであったと思う。講師の方と一緒に



写真6 全校相撲秋山場所

授業を行うことにより、体育教師の指導力の向上にもつながった。その後も様々な研修会に参加したり、平成24年度文部科学省学校相撲実技指導者講習会で事例発表させていただいたり大変勉強になっている。

本校の相撲の授業も、昨年度初めて全校相撲秋山場所という大会を開くことができた(写真6 全校相撲秋山場所)。男子・女子とも意欲的に授業に取り組んでおり、今後も相撲の楽しさを継続して指導していきたいと考えている。

資料2 外部指導者と連携した指導回数と工夫したところ

工夫したところ	礼儀	作法	基本の動き	投げ技
第1学年	3回(毎時間)	3回(毎時間)	毎時間	2回
礼儀作法	○相撲授業の初めに外部指導者に礼儀・作法の動作を指導してもらい、毎時間チェックしながら繰り返し行った(試合時の礼儀作法も含む)。塵浄水・四股など自分たちでできるようになった。			
基本の動き	○サーキット形式で毎時間行うとともに、悪い点はその都度指導をしてもらう。すり足が安定し、押しが力強くなった。			
投げ技	○「上手投げ」のみ指導。押し・寄り中心。			
安全面	○受け身の練習をサーキットに入れ、毎回行った。			
第2、3学年	2回(毎時間)	2回(毎時間)	毎時間	3回
礼儀作法	○相撲授業の初めに外部指導者に礼儀・作法の動作を指導してもらった。経験があるので短時間でできるようになった。審判法や試合時の礼儀作法もできた。			
基本の動き	○サーキット形式で毎時間確認。女子も受け身ができるようになる。			
投げ技	○「投げ」の動き確認、組んだ状態からの攻防、相手の動きに応じた攻防で基本～発展的に学習。			
安全面	○立ち合いでは頭や顔どうしでぶつからないように指導した。相手の右胸あたりにぶつかる。			

資料3 生徒アンケート

相撲を行うことは好きですか？				相撲の授業は楽しいですか？			
(%)	はい	どちらともいえない	いいえ	(%)	はい	どちらともいえない	いいえ
授業前	16	39	45	授業前	24	54	22
授業後	36	30	34	授業後	48	46	5

にすれば相手のバランスを崩すことができるか個人や生徒同士で考えながら授業を進めることができた。

学習課題を確認する資料として、1時間ごとのワークシートと習得状況を確認するための相撲教本を使用した。ワークシートでは、「授業の流れの確認」「授業のねらい・課題をはっきりさせる」「授業を振り返り、他者の良い点を見つける」で授業を振り返り、相撲教本では、動きや技の習得状況を本人や指導者が確認できるようにした。

外部指導員の示範や指導により、相撲の基本的な動作から力の入った押しの姿勢、豪快な投げなどの動きや技能を理解しやすくなり、相撲が「楽しい」と感じる生徒が多くなった(資料3 生徒アンケート)。

また、「花田先生に教えてもらい、相撲に興味があった」「また講師の先生を呼



写真5 外部指導員による指導

外部指導員の示範により、正しい基本動作の動きや力強い押しや投げを間近に見て確認できたことで、運び足や押しなどの基本動作を相撲サーキットで反復する必要性もわかり、定着に対する意欲につながった。また、正しい技能の習得は、安全性の向上にも有効で

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