

シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 89

複数種目授業の実践報告と課題 ③ (柔道・剣道)

長野県安曇野市立三郷中学校 教諭 安田 忠久

平成17年10月1日に、豊科町・穂高町・三郷村・堀金村・明科町の5町村が合併して誕生した長野県安曇野市は、北アルプスの山麓に広がる、のどかな田園のまち。長野県のほぼ中央部に位置し、人口約10万人の安曇野市には、「日本のふるさと」とも表現すべき様々な自然景観や、人情豊かな日常生活・行事などが残されています。

安曇野市立三郷中学校は、全校生徒565名、17学級という規模で、平成24年度の武道必修化以前から、保健体育科の武道の授業で柔道と剣道の複数種目を実施しています。

1 武道複数種目実施の理由

長野県内中学校の武道授業では、85%程度が剣道、15%程度が柔道、地域によっては相撲を扱っている。私自身、本校に赴任するまでの勤務校では、設備面などから、柔道か剣道のどちらか1種目を扱ってきた。長野県内でも、武道の複数種目を実施している中学

校は少なく、同じ安曇野市内では本校だけである。

本校では、中学校保健体育において武道の必修化が完全実施された平成24年度以前から、柔道と剣道の複数種目授業を実施している。私が赴任した時にはすでに複数種目授業が実施されていたため、導入の経緯は不明であるが、複数種目を実施できる設備が整っているという点が大きいと思われる。

本校には、武道場はないが、近

隣にある安曇野市の社会体育施設には柔道場と剣道場があり、授業での利用が可能である。校内にも

2つの体育施設があり、利用できる体育施設が多い。学校予算で購入した柔道衣、剣道具一式も備わっている。どちらかの武道の施設や用具しか備わっていない学校が多い中、大変恵まれている。

また、近隣の社会体育施設では、旧三郷村の頃から、県の柔道・剣道連盟主催の大会や指導者講習会、実業団の合宿などが開催されてきた。昔から武道なじみがあり、理解がある地域だということも複数種目を実施している理由に繋がっていると感じている。

本校の保健体育科では、武道ならではの特性を学ぶことが大切であると考えている。

武道は、相手と直接的に攻防するという特徴があるので、相手と自分を尊重し合うための作法や所作を守る。そのため、自分で自分を律する克己の心を表すものとして礼儀を守る。

武道は、伝統的な考え方の一つとして、単に試合の勝敗を目指す

だけではなく、人間としての望ましい自己形成を重視している。

武道は、技能を習得する練習の際に、受と取の関係が必然的に生まれる。仲間の練習相手になり、技の行い方などの学習課題の解決に向けて、仲間が助言したり、援助したりしてお互いに打たれ投げられ、痛みを伴いながら、仲間と共に技能を高めていくことができる。

また、最近の生徒たちは、身体的な触れ合いのある遊びの経験が乏しい。これ以上やっつてはいけないという身体的、精神的な距離感が分かっていない生徒たちが多い。

特に、柔道は相手と組み合ったり、技を掛け合ったりするので、必然的に身体的な触れ合いが生じる。前述したとおり、長野県では、剣道の授業を実施している学校の方が圧倒的に多い。しかし、本校では、身体的な触れ合いを通じて情緒の成長を期待できる柔道の授業を大切に考えている。

このように、武道の学習は、中学生に学ばせたい内容が多く含ま

2 段階的な指導の必要性

武道の学習は、段階的な指導を必要とする。私自身、武道を3年間履修できるようにすることが望ましいと思っている。

武道は、中学校で初めて経験する運動種目である。武道の運動経験のない生徒たちに、基本動作や基本となる技を定着させるのは容易ではない。従って、各学年ともその種目の習熟を図ることができよう適切な授業時間を配当し、効果的、継続的な学習ができるようにすることが必要である。また、中学生に学ばせたい武道ならではの学習内容を扱うためにも、ある程度時間が必要である。本校で実際に武道複数種目を実

践してみても、生徒の実態に応じて段階的な単元展開ができ、指導しやすいということを感じている。

本校は、柔道、剣道を1、2年時にどちらも扱う。授業時数は少ないが、2年間かけて基本動作や基本となる技ができるようになることを目指し、定着を図っている。

1、2年で柔道と剣道の基本を幅広く学習した上で、3年時の種目選択で武道を選択した生徒たちは、相手の動きの変化に応じた攻防を展開できるように学習している。武道を教える側、教わる側どちらにとっても、幅広く学習する機会を設けることは効果的であると感じている。

これまでの勤務校では、武道の授業は、柔道または剣道のうちから、その学校で設備が整っている1種目を1年時に履修させ、3年時に種目選択させていた。中学校で初めて武道を経験する1年生は、個人差が大きく、体力面、精神面、安全面などを考慮すると指導内容にも限りがあった。また、3年時に武道を選択し履修した生徒たちは、1年時に指導した内容



基本打突 (剣道授業の様子)



固め技 (柔道授業の様子)

を忘れていたり、久しぶりの武道に戸惑ったりする姿が多く見られた。当然、3年時に扱いたい指導内容にも限りが出てしまっていた。また、武道ならではの中学生に学ばせたい学習内容の扱いも中途半端になってしまふことも多々あった。常々、武道の学習は、段階的な単元展開や指導が必要であると感じていた。

3 武道複数種目授業の実際

本校の学級数は、1、2年各6学級、3年5学級、計17学級(特別支援学級5学級)で、1学級の在籍生徒数は、33名または34名である。保健体育科の教員が4名おり、1、2年は2学級を2名で、3年は3学級と2学級を3名ずつで受け持っている。1、2年時は、水泳や体づくり運動など、2学級合同で授業する場合もあるが、設備面を考慮して、異なる必修種目を学級毎に実施している。

例えば、武道の単元で、1学級は柔道を、もう1学級は剣道を数時間扱った後、種目を交替して、1学級は剣道を、もう1学級は柔道をとという形で実施している。3年時は、年間通して種目選択制の授業を展開している。原則、男女共習である。

平成27年度の武道の授業時数は、1、2年時に柔道と剣道を8時間ずつ必修、3年時は柔道・剣道・球技(ネット型バドミントン)から1種目を選択履修し、12時間の授業を実施している。今年度の3年時武道選択履修者は、剣道30名、柔道54名、計84名だった。ちなみに球技(バドミントン)選択履修者は、68名であった。武道2種目の人数の方が球技選択履修者よりも多い所に、本校の特徴が出ているように感じている。

1、2年の武道の授業では、基本動作や基本となる技を中心に扱っている。前述したとおり、2年間にわたって、武道の基本技能習得を目指し、定着を図っている。そして、1、2年で柔道と剣道の基本を幅広く学習した上で、3年時の

種目選択で武道を選択した生徒たちは、相手の動きの変化に応じた攻防を展開できるように学習している。単元計画については、別紙の通りである。

単元計画作成に当たっては、安全面に留意して指導内容を計画している。特に投げ技については、生徒の実態に応じて、「易↓難」、「遅↓速」、「低↓高」、「その場↓移動」等の原則に従って、指導するようにしている。例えば、2年の柔道で扱う「体落とし」は、取は、くずし・つくりまでにし、かけない。取が出した足を受がまたいで、自ら横受け身をするような投げ技で指導する等である。

また、安全面に留意しすぎ、易しい学習内容になると生徒たちは飽きてしまふので、段階に応じた実践的な内容を取り入れている。例えば、2年の剣道で扱う「簡単なルール試合」では、基本打突の優劣を判定する試合や攻める側、受ける側を決めた約束練習などを積極的に取り入れている。柔道では、固め技の自由練習や簡単なルールでの試合を取り入れている。

く、安全に武道の授業が実施できている。

4 課題とその対策

武道複数種目授業を実施しているので、武道を扱う時間数が多くなる分、ほかの体育種目を扱う時間が少なくなってしまう。武道の学習のように、段階的な指導を必要とする種目は多くある。武道複数種目授業の良さもあるが、ほかの種目ならではの良さも

あり、教科会でも再三話題になっている。球技など、小学校時にある程度扱っている種目については、小・中学校の連携を図っていくことも必要だと感じている。

武道複数種目授業を実施している上で、常に意識するのは、安全面についてである。武道は、ほかの種目以上に、安全面の配慮が必要な種目である。特に柔道は専門でない体育科教師からは、「怪我が怖い、緊張する……」という声を聞く。「柔道の教育的価値は十分に理解していても、実際に指導するととなると……」という声も聞く。誰が教えても安全に実施でき

る武道の授業づくりや指導方法の工夫をもっと考えていかなければいけないと感じている。

課題もあるが、剣道は剣道ならではの、柔道は柔道ならではの教育的価値があり、どちらも学習することで、武道の特性や良さをより深く学習できると思う。同僚の体育科教師からも、武道をどちらか1種目にしたいという声は聞かない。実際に剣道、柔道をどちらも扱い、授業での生徒たちの姿から、武道複数種目授業の良さを実感されているのだと思う。今後複数種目を実施し、武道授業を充実させていきたい。

る。固め技特有の組み合う、触れる、押し引き、ひねり等の動きは、柔道の面白さを伝えるには大変効果的であると感じている。3年時の指導内容については、1、2年時の学習を通して、興味関心の高い生徒たちが履修するため、応用的な内容を取り入れている。例えば、柔道では、1、2年で扱った基本となる技をもとに連続技に発展させたり、移動して技をかけた後、技を制限し、試合時間を短くして、実態に応じた簡単なルールでの試合や自由練習を取り入れたらしている。今のところ、大きな怪我もな

大反響 たちまち 重版!

元祖マルチファイターの
大興奮格闘エッセイ!!

平直行の
格闘技のおもちや箱

夢枕獯、快読!!
『餓狼伝』×『範馬刃牙』
板垣恵介、熱援!!
(板垣vs.平 特別対談30P収録)

【読みやすい、おもしろい、
目も離れなかつた!】
夢枕獯 著

●B6変判 ●308頁 ●定価: 本体1800円+税

株式会社 福昌堂
東京都世田谷区北烏山3-8-15
TEL 03-3326-5039
http://fukushodo.com/

柔道 3年 単元計画

区分	はじめ	なか①				なか②					まとめ	
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
0分	<ul style="list-style-type: none"> 基本知識 歴史、特性、礼法、柔道衣の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動										
50分	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 投げ技の基本動作 固め技の基本動作 					<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 かかり練習、約束練習、自由練習 					<ul style="list-style-type: none"> 単元のまとめ スキルテスト 	
	<ul style="list-style-type: none"> 対人的技能 基本となる技 〈投げ技〉 1・2年既習技 大内刈り 小内刈り 背負投 〈固め技〉 1年既習技 縦四方固め 連続技や移動を伴う基本となる技 					<ul style="list-style-type: none"> 簡単なルール試合 簡単な試合の仕方 固め技の試合 投げ技の試合 					<ul style="list-style-type: none"> 次の単元の課題の明確化 	
50分 整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価												

剣道 1年 単元計画

区分	はじめ	なか①				なか②		まとめ
時間	1	2	3	4	5	6	7	8
0分	<ul style="list-style-type: none"> オリエンテーション 基本知識 歴史、特性、礼法、竹刀・剣道具の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動						
50分	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動 	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 構え、体さばき、間合い 基本打突(面、胴、小手) 打たせ方、受け方、有効打突、気剣体の一致 						<ul style="list-style-type: none"> 単元のまとめ スキルテスト
		<ul style="list-style-type: none"> 対人的技能 基本となる技 〈しかけ技〉 二段の技(小手→面)、引き技(引き面) 					<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 素振り、切り返し、かかり稽古、約束稽古 	
50分 整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価								

柔道 1年 単元計画

区分	はじめ	なか①				なか②		まとめ
時間	1	2	3	4	5	6	7	8
0分	<ul style="list-style-type: none"> オリエンテーション 基本知識 歴史、特性、礼法、柔道衣の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動						
50分	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動 	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 投げ技の基本動作 固め技の基本動作 						<ul style="list-style-type: none"> 単元のまとめ スキルテスト
	<ul style="list-style-type: none"> 対人的技能 基本となる技 〈投げ技〉 膝車、支釣込足、出足払い 〈固め技〉 けさ固め、横四方固め 					<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 かかり練習、約束練習、自由練習 		<ul style="list-style-type: none"> 次の単元の課題の明確化
50分 整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価								
受け身：後ろ受け身、横受け身								

柔道 2年 単元計画

区分	はじめ	なか①			なか②			まとめ	
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	
0分	<ul style="list-style-type: none"> 基本知識 歴史、特性、礼法、柔道衣の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動							
50分	<ul style="list-style-type: none"> 体づくり運動 	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 投げ技の基本動作 固め技の基本動作 					<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 かかり練習、約束練習、自由練習 		<ul style="list-style-type: none"> 単元のまとめ スキルテスト
	<ul style="list-style-type: none"> 対人的技能 基本となる技 〈投げ技〉 1年既習技 体落とし 大腰 〈固め技〉 1年既習技 上四方固め 				<ul style="list-style-type: none"> 簡単なルール試合 簡単な試合の仕方 固め技の試合 		<ul style="list-style-type: none"> 次の単元の課題の明確化 		
50分 整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価									
受け身：1年既習受け身、前回り受け身									

剣道 2年 単元計画

区分	はじめ	なか①			なか②			まとめ
時間	1	2	3	4	5	6	7	8
0分	<ul style="list-style-type: none"> 基本知識 歴史、特性、礼法、剣道具の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動						単元のまとめ ・スキルテスト
	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 構え、体さばき、間合い 基本打突(面、胴、小手) 打たせ方、受け方、有効打突、気剣体の一致 	対人的技能			<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 素振り、切り返し、かかり稽古、約束稽古 			
	<ul style="list-style-type: none"> 基本となる技 <しかけ技> 1年既習技 二段の技(面→胴)、引き技(引き胴) <応じ技> 抜き技(面抜き胴、小手抜き面) 	簡単なルール試合			<ul style="list-style-type: none"> 簡単な試合の仕方 基本打突を用いた試合 			次の単元の課題の明確化
50分	整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価							

剣道 3年 単元計画

区分	はじめ	なか①					なか②					まとめ
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
0分	<ul style="list-style-type: none"> 基本知識 歴史、特性、礼法、剣道具の扱い方等 	本時のねらい確認 準備運動 体づくり運動										単元のまとめ ・スキルテスト
	<ul style="list-style-type: none"> 基本動作 構え、体さばき、間合い 投げ技の基本動作 基本打突 	対人的技能					<ul style="list-style-type: none"> 技の練習法 素振り、切り返し、かかり稽古、約束稽古 					
	<ul style="list-style-type: none"> 基本となる技 <しかけ技> 1・2年既習技 二段の技(面→面) 引き技(引き小手) 出ばな技(出ばな面、出ばな小手) 払い技(払い面) <応じ技> 2年既習技 すり上げ技(小手すり上げ面) 	簡単なルール試合					<ul style="list-style-type: none"> 簡単な試合の仕方 基本打突を用いた試合 基本となる技や得意技を用いた試合 					次の単元の課題の明確化
50分	整理運動 教師による評価 次時の確認 生徒による自己評価											

定価980円(税込)

「展望号」を番付発表の3日後、「決算号」を千秋楽の4日後に発売。

NHK G-Media 大相撲ジャーナル

2016年2月号
「平成28年初場所展望号」

- ▼ 新理事長誕生
- ▼ 初場所の主役たち
- ▼ 私の心に生きる横綱北の湖
九重親方(元横綱千代の富士)
高砂親方(元大関朝潮)
- ▼ デゴイチ黒姫山の「初場所展望」
デゴイチ黒姫山の「ぶちかまし提言」
- ▼ 角界ジャーナル テーマ「北の湖理事長の功績」
- ▼ 「F-1 琴錦」のズバツと解説 宝富士
- ▼ 冬巡業レポート&スケッチ
佐伯市、別府市、長崎市、八代市、直方市
- ▼ 「逆鋒」のもろ差し本音トーク
- ▼ 「横綱北の湖」想い出のアルバム
- ▼ 初場所観戦ガイド
幕内・十両全力士の「詳細データ」と「耳より情報」
[座談会]
やくみつるさん(漫画家)、横野レイコさん(大相撲リポーター)、どすこい花子さん(大相撲ライター)
- ▼ 平成28年ことしのホープ
ことし期待の幕下力士を一挙20人ピックアップ
- ▼ 大相撲意外史(第16回)
- ▼ お相撲さんのセカンドキャリア(第38回)
- ▼ 発気よいレイコのSUMO SNS(第16回)
- ▼ やぐらだいこの詩 琴剣さんの描く相撲漫画「大露羅」
- ▼ 平成28年初場所、幕内・十両・幕下以下全力士の新番付を紹介
- ▼ 木村恵之助「相撲字道場スペシャル」
ことしを象徴する「一字」を相撲字で挑戦

九州場所のすべてはこの一冊に

北の湖急逝

2年ぶり復活V

表紙は「平成27年九州場所決算号」です

- ▼ 伝統の美「軍配」に込められたもの
三役格・木村玉治郎
- ▼ ゆかりの地を訪ねて
- ▼ 大相撲風物史

株式会社アプスタイル 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-37-4 友田三和ビル 4F
TEL:03-5283-6151 FAX:03-5283-6153