

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 90

複数種目授業の実践報告と課題④（柔道・剣道）

北九州市立永大丸中学校 教諭 濱田 亮一

福岡県北九州市は、昭和55年より中学校に武道場が建設されており、早くから全市中学校で武道ができる環境にあった。また全国中学校体育連盟柔道競技においても団体、個人共に上位に入賞するといった歴史を持つ地域である。

平成24年度から中学校保健体育科における武道の必修化が完全実施されて、3年が経った。本市では以前より、柔道・剣道指導講習会を実施し、保健体育科教師は必修で受講している。

本校は、生徒数861名の大規模校であり、授業場所の確保等を考え、保健体育授業の割り振りを基準とした時間割作成をしている。武道の授業においては、学年で統一しており、1年生は柔道、2年生は剣道といった複数種目を実施している。本稿では、複数種目授業の実践報告と課題を紹介する。

1

複数種目授業実施に至った経緯

本校は、生徒数861名という大規模校であり、保健体育科教員は少人数加配を含め6名が勤務し、その中に、柔道専門教員1名、剣道専門教員1名が在籍している。また、部活動でも柔道・剣道部が共に活動をしている。

授業形態は、男女別習での授業を実施。武道用具では、柔道着約40着、剣道の防具等を保健体育科

の予算で購入し、管理をしているため、どちらを選択しても授業に支障はない。その他、授業で使う備品や消耗品は特別不自由していないこともあり、保健体育科授業の環境はとても良いといえる。

地域の特性で考えると、近隣の地域では少年柔道、少年剣道があり、その他にも地域のソフトボールクラブ、ベースボールクラブ、サッカークラブ、バドミントンクラブなどが運営されていてスポーツに親しむことができる環境である。しかし、本校生徒数から考えると、武道に親しむ生徒は少ない。

以上の環境から、複数授業に至った経緯として特別なことが影響しているわけではないが、理由として挙げるならば、

- ① 剣道、柔道の授業ができる環境が整っている、
- ② 保健体育科の各先生が、それぞれの持った能力や研究心で授業を行うことができる、
- ③ 地域にある柔道、剣道を生かすことができる、

という3点から武道の複数種目授業に至ったといえる。

2

複数種目授業のメリット・デメリット

複数種目授業のメリット・デメリットをお話する前に、永大丸中学校の時間割の組み方にふれておきたい。永大丸中学校では、保健体育授業を基盤として担当の教員が時間割を作成する。保健体育授業は、男女別修で、週に3時間の授業がある。時間割担当教員の協力のもと、週に2時間は運動

場、体育館、武道場を優先的に使えるような時間割になっている。

メリット1 教科担任の安心感

すでにお話したように武道専門外の教員が4人いる。先生方の武道講習会の受講歴や学生時代に履修した種目がさまざまであるため、一つの種目に固定してしまうと、専門外の教員は、怪我等にながる不安感が出て充実した授業にならない。その点、複数種目であれば、専門性も薄れ、教員が自分の知識と能力を十分に発揮した授業が可能となる。

メリット2 教員の指導力と生徒の学習意欲向上

武道専門の教師もいるため、身近でアドバイスを受けながら教材研究ができる。また、各武道講習会は、怪我の危険性や事例、最新の対策なども考慮された内容となっている。したがって、教員の指導力向上に繋がる環境が充実しており、それに伴い、生徒の学習意欲を高めることができる。学習意欲が向上すれば、武道を通して「礼

儀作法」が身に付き、加えて「体力の向上」につながる。

メリット3 武道に対する認知度

複数種目授業により、武道の知識が増えることで、学校内で行っている柔道・剣道の部活動が未知の活動ではなくなり、柔道・剣道部の生徒も周りに教えるなど、意欲の向上につながる。

メリット4 場所の利便性

柔剣道場があり、畳も常時設置されているので、悪天候の時に授業が重なった場合でも、柔道と剣道授業が分かれていけば、それぞれの授業の実施が可能となる。

デメリット 技術や体力の不統一と保護者の不安感

学年や男女によって取り組む種目が違うので、生徒の技術や体力はバラバラである。また、各教科担任が種目を選択しており、伝統的に行っている授業とはなっていないため、保護者は多少の不安も感じる。以上、①剣道、柔道の授業がで

3

授業実践

次に、剣道に取り組んでいる授業風景と、2015年5月に行われた子どもの体力向上指導者養成研修会柔道コース（西部ブロック）、6月に行われた全国柔道指導者研修会に私がそれぞれ参加して、そこで学んだことや、今までの実践から取り入れている柔道の授業についての報告したい。

剣道の授業では2学年の女子でバスケットボール専門の女性教員



3人組による学習(1)



3人組による学習(2)



④ 3人組による学習
3人組で「受」「取」「アドバイ
ス・安全確保」と役割分担をし、
学習していく。



スモールステップで相手を崩す(1)



映像を取入れた授業

⑤ 映像を取り入れた授業の工夫
映像を見ながら授業を進めてい
きました。



スモールステップにより相手を崩す(2)



また、スモールステップで帯を
利用し、相手を崩すなどの工夫も
取り入れました。

また、私の柔道の授業では、1
年生男子で、「関心・意欲を高め
体力向上を図る」をテーマとし
て、授業の実践に取り組んだ。指
導では、「礼儀作法」「けがをしな
い、させない」ということを基盤
として、礼節を重んじ、安全確保
を生徒自身が積極的に行なうこと
を重要視した。

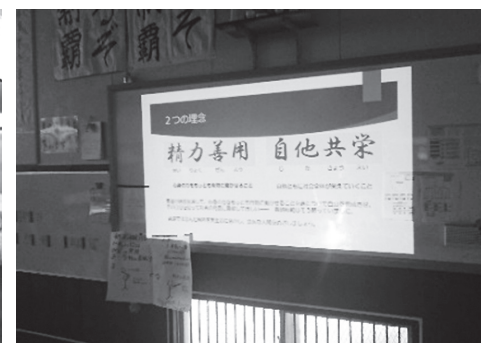
が行っている。



剣道授業 (第2学年女子)



オリエンテーション



① オリエンテーション
柔道の歴史や基本理念、注意事
項、授業の流れ、基本用語などを
学習する。



ウォーミングアップ



② ウォーミングアップ
ストレッチや筋力トレーニン
グ、動的ストレッチを含め、体力
向上につなげる。



寝技の体さばき



③ 寝技の体さばき
2人組でふれあいながら行う。

「柔道」指導と評価の計画（12 時間） 伝統的な行動の仕方を守りながら、相手の動きに応じた単な試合で相手との攻防ができるようにし、いろいろな活動を通して体力の向上を図る。

時	1	2	3
ねらい		礼儀作法を重んじ、寝技の基本動作（体さばき）をグループで体験し、体の動きをつかむ	礼儀作法を重んじ、寝技の基本動作（体さばき）をグループで体験し、実践的な体の動きを習得する
学習の流れ	0分	・着替え ・伝統的な行動の仕方 ・挨拶 ・健康観察 ・本時の学習の見通し	
	10分	○ストレッチ1分（長座 開脚（前右左） 足の裏を合わせる 首、手首、足首） ○動的ストレッチ	
		※三人組で行う1人は安全確保、アドバイスをを行う ①押さえ込みの三つの条件	①基本動作（体さばき） ★ステップ2（2人） ①相手の足につく（仰向けの姿勢で左右に動く） ステップ2 2人で鬼ごっこ ②相手の横につく（体を横にかわす、えび） ステップ2 2人で行う ステップ3 2人組違いかける ③相手の頭につく（肩と足を使い前後に動く） ステップ2 2人で行う ステップ3 2人組違いかける ②基本動作2（体さばき） ④押さえ込み相手を制する時に使う（脇を締める） ステップ2 2人で行う ⑤うつ伏せで相手を裏返す時に使う ステップ2 2人で行う ※三人組で行う1人は安全確保、アドバイスをを行う
	50分	・整理運動 ・本時の振り返り	

7	8	9
1「けさ固め、横四方固め」の抑え方、応じ方の発表をする 2、簡単な試合をする	立ち技の基本動作を習得する	膝車を習得する
・着替え ・伝統的な行動の仕方 ・挨拶 ・健康観察 ・本時の学習の見通し		
○ストレッチ1分（長座 開脚（前右左） 足の裏を合わせる 首、手首、足首）		
①発表 ②簡単な試合 ①団体戦 ★組んだ状態 ★審判 ※寝技の注意点	※注意 授業以外で技をかけない ①ウォーミングアップ 後ろ受身 横受け身（畳を顔で見る） 崩しゲーム ②崩し ①八方の崩し確認 ②帯を使って崩してみる ★組み方（右組に統一） ・釣り手 ・引き手 ③実際に組んで崩す ※ポイント確認 前さばき	①前回り受け身 ・四つん這いから握手（畳を顔で見る） ステップ1 1人で前さばき ステップ2 釣り手、引手を持つ（帯を使う）（右組、右前さばきのみ） ★ゆっくり受身の仕方の確認 ステップ3 釣り手、引手を持つ（右組、右前さばきのみ） ステップ4 膝に足の裏をあてる ★発展 押して戻ってきた時に引き出す
・整理運動 ・本時の振り返り		

基本動作や基本となる技を身に付け、技ができる楽しさや喜びを味わい、固め技のごく簡

4	5	6
「けさ固め、横四方固め」の抑え方を学びそれぞれの固め方のポイントを考える	「けさ固め、横四方固め」の抑え方を学びその応じ方のポイントを考える	1「けさ固め、横四方固め」のどちらかの抑え方を選び、抑え方応じ方のポイントをまとめ習得する 2、簡単な試合の方法を知る
（回転腹筋6回 ツイストダッシュ（左右） 左右ジャンプ すり上げ 背面歩き 足首持ってウォーキング）		
ステップ1 ①けさ固め ①抑え方の確認 ②横四方固め ①抑え方の確認 ③ポイント確認 ポイントを学習カードに書く	ステップ2 固め技の応じ方 ★受がうつ伏せになる ★取と受が向き合わない ★受が足を絡むなど取りを拘束する ①けさ固め ①ステップ2 応じ方 A、体を振って腕を抜く B、体を振って斜めにブリッジ C、近づいて足を絡む ②横四方固め ①ステップ2 応じ方 A、スポンと帯を持ち頭の方にブリッジで返す B、手で相手を突き放しうつ伏せになる C、足を絡める	①学習カードを記入しポイント整理 ①二つの抑え方よりひとつ選びポイントを記入 ②各グループで練習 ・固め技（けさ固め、横四方固めのうち一つ） ・応じ方（選んだ技の応じ方三つ） ③簡単な試合の説明 ※寝技の注意点
○動的ストレッチ （背後受身3回 横受身6回 崩しゲーム ツイストダッシュ（左右） すり上げ 足首持ってウォーキング）		
①体落とし ステップ1 1人で後ろさばき ステップ2 釣り手、引手を持つ（帯を使う） ★ゆっくり受身の仕方の確認 ステップ5 釣り手、引手を持つ（右組、右前さばきのみ）	①膝車、体落としの技の確認 ②膝車、体落としのポイントを考える ※学習カードに記入	①膝車、体落としの技の発表 ②まとめ