

○研究内容

【礼に始まり、礼に終わる】
剣道の授業の始まりは、精神を整え、座礼で始める



【正座に耐える】
所作を体験することで、伝統の考え方を理解できる



【一年生による 基本の動きの一斉指導】
竹刀を持ち、基本動作の練習に取り組む



【二年生による 防具の着け方指導】
面、胴など防具を着け、打ち込みの練習を行う



【三年生による 防具を着けての打ち込み稽古】
防具を着け、打ち込み稽古に取り組むことで、相手を意識したり、基本動作の再確認をしたりする



【剣道を継続して実施することで伝統的な考え方を理解】

3年間の継続指導を実施して8年が経過する。担当する教員としても、年を重ねるごとに剣道の心構えや知識、技能などを身に付けることにつながっている。また、生徒と共に教員自身が学ぶことで生徒理解を進めることができた。

日本の伝統武道としての剣道の心構えや楽しさや奥の深さを生徒達が体得し、技ができる喜びを感じたり、相手を尊重する大切さを感じたりする姿が見られる。授業協力者の先生に3年間継続指導して指導していただくことで、武道としての剣道ができるだけでなく、生き方を学ぶことにつながることも学校生活を送る生徒に有効であると考えます。

武道授業

実践の概要紹介

和歌山県橋本市における 中学校武道合気道の取組

橋本市は和歌山県の北東部に位置し、北は大阪府河内長野市と東は奈良県五條市と接している。かつては高野街道と伊勢街道の交差する交通の要衝として栄えた。平成18年3月、隣接する橋本市と高野町が合併して新しい橋本市が誕生した。温和でのどかな地方都市で、柿や鶏卵、マッシュルームなどの生産が盛んで、高い技術力を誇る竹製のへら竿や、バイル織物が全国的にも高い評価を得ている。

また、「前畑がんばれ！」の実況放送で有名な日本女性初のオリンピック金メダリスト・兵藤（前畑）秀子や潜水泳法で金メダルを獲得した古川勝、数学者の岡潔は橋本市ゆかりの人々である。現在「がんばれ！のまち橋本市」として「前畑秀子朝ドラ誘致」にも取り組んでいる。

橋本市教育委員会



世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」に追加登録されるよう、勧告が出された市内の高野参詣道黒河道



合気道授業の様子

平成 27 年度 橋本市立橋本中学校 保健体育 年間指導計画

学期 月 学 性 通		1 学期																2 学期																									
		4 月				5 月				6 月				7 月				9 月				10 月				11 月				12 月				1 月				2 月				3 月	
1 年	共 習	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3						
		1	集団行動②			スポーツ テスト③	球技 (T ボール) ⑧				水泳⑧	フォークダンス ⑦				陸上競技 (ハードル走)⑦				器械運動⑫ (マット運動)				陸上競技⑥ (長距離走)				武道 (合 気道) ⑦				球技 ⑫ (バスケットボール)											
		2	体づくり⑥					(バレーボール) ⑩					スポーツの多様性⑩				・リレー⑤				保健⑫ (心身の発達と心の健康)																						
		3																																									
2 年	共 習	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3						
		1	集団行動②			スポーツ テスト③	バレーボール⑩				T ボール④	水泳⑥	短距離リレー⑤ フォークダンス⑦				陸上競技 ⑦ (走り幅跳び)				器械運動 ⑦ (跳び箱運動)				陸上競技⑥ (長距離走)				武道⑥				バスケット ボール⑩				サッカー ⑩						
		2	体づくり③																																								
		3					保健⑩ (健康と環境)										体育理論③				保健⑧ (障害の防止)																						
3 年	共 習	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3						
		1	集団行動②			スポーツ テスト③	ソフトボー ル⑩				バレーボー ル⑩	水泳⑥	短距離リレー⑤ フォークダンス⑦				テニ ス⑥				球技⑩ ノバ スケットボール				陸上競技⑩ (走り幅・走り高)				陸上競技⑥ (長距離走)				球技 ⑫ サッカー										
		2	体づくり③																																								
		3															保健⑩ (健康な生活と病気の予防)										文化としての スポーツの意義																

武道（合気道）の単元計画の構造図

単元名	中学校第1・2学年 武道(合気道)				
指導内容の概要	学習指導要領の内容		学習内容	具体例	
技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。また、武道の学習に積極的に取り組む、伝統的な行動の仕方を守ることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配るとともに、礼に代表される伝統的な考え方やなどを理解し、課題に応じた運動の取り組みを工夫できるようにする。	1 技能	(1) 技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。	基本動作 構え、受身、歩み足、送り足、転回足、転換足、膝行	・基本動作をできるようにしよう。 ・後ろ受身できるようにしよう。 ・基本となる技をできるようにしよう。	
			基本となる技(对人的技能)		第1学年 後ろ受身練習法、逆半身片手取り角落し、相半身片手取り小手返し、呼吸法(座法) 第2学年 逆半身片手取り四方投げ(裏)、相半身片手取り第一表(表)、相半身片手取り入り身投げ(転回足)
			相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとする態度		相手を尊重し合うための独自の作法、所作を守るために、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という考え方を理解し、取り組めるようにする。単に形の指導だけで終わるのではなく、相手を尊重する気持を込めて行うことが大切である。
	2 態度	(2) 武道に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すること、分担した役割を果たそうとする態度	稽古を行う際の準備や後片付け、演武の号令係などの分担した役割に積極的に取り組めるようにする。分担した役割を果たすことは、稽古を円滑に進めることにつながるだけでなく、責任感を育てることにもなることを理解し、取り組めるようにする。	・相手を尊重し伝統的な行動を守ろう。 ・分担した役割を果たそう。	
			仲間の学習を援助する態度		仲間の練習相手を引き受けたり、技の行い方などの学習課題の解決に向け仲間に助言しようとする態度がとれるようにする。自己の能力を高めたり、仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動することにつながることを理解し、取り組めるようにする。
			健康・安全に気を配る態度		体調の変化などに気を配ること、危険な動作をしないこと、練習場所の整備など、自己や仲間の安全に留意する態度がとれるようにする。体調に異常を感じたら運動を中止すること、畳などの設置の仕方や起きやすいケガの事例を理解する。
	3 知識・思考・判断	(3) 武道の特性や成り立ちや伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組みを工夫できるようにする。	武道には単に勝敗を目指すだけでなく、技能の習得を通して礼法を身につけるなど、人間として望ましい自己形成を重視するという考え方があることを理解できるようにする。	・合気道の特性や成り立ちについて具体例を挙げてみよう。 ・技の名称や行い方について学習した具体例を挙げてみよう。 ・技を身につけるための運動の行い方を見つけてみよう。 ・学習した安全上の留意点を練習場面でこなおう。	
		技の名称や行い方に関する知識	武道で用いられる技には名称があり、それぞれの技を身につけるための技術のポイントがあることを理解できるようにする。		
		どの体力要素がどのように高まるのかという知識	武道を継続することで、合気道では敏捷性、柔軟性、巧緻性などがそれぞれの技に関連して高められることを理解できるようにする。		
		演舞の行い方に関する知識	練習の成果を公表するものとして演武があり、演武の運営方法があることを理解できるようにする。		
		課題を見出し、その課題の解決方法を工夫する	活動の仕方、組み合わせ方、安全上の留意点などの学習内容を、学習場面に適用したり、応用したりできるようにする。		
	内容の取り扱い	カ「F 武道」の(1)の運動については、アからウまでの中から一を選択して履修できるようにすること。なお、地域や学校の実態に応じて、なぎなたなどのその他の武道についても履修させることができること。また、武道場などの確保が難しい場合は指導方法の工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全の確保に十分留意すること。			

1 はじめに

橋本市では、平成24年度よりはじまる中学校での武道必修化に伴い、その移行措置として、平成22年度から武道の授業に取り組み

が多い中で、橋本中学校では合気道を選択することになった。

開祖が現在の和歌山県田辺市出身の植芝盛平翁であること、また、合気道は「和合のための武道」とよばれ、攻撃性を伴わない武道であること、どの武道もそうであるが、礼儀を大切にしていること、熱心に指導していただける外部指導者がいることであつた。

合気道選択の理由は、合気道の開祖が現在の和歌山県田辺市出身の植芝盛平翁であること、また、合気道は「和合のための武道」とよばれ、攻撃性を伴わない武道であること、どの武道もそうであるが、礼儀を大切にしていること、熱心に指導していただける外部指導者がいることであつた。

2 合気道を実施するにあたって

橋本中学校が合気道を選択するにあたって、和歌山県教育委員会とも協議を行いながら導入を進めた。合気道は、学習指導要領で

されている3つの武道（柔道、剣道、相撲）でなかったため、次の3点について具体的に協議がなされた。

①合気道が地域に根差した武道であり、今後も合気道を継続して実施できること

②指導のためのカリキュラムがきちんとしていること

③指導者及び指導のための環境が整っていること

①については、地域に支部があり、経験者も多く存在していることから、地域に根差しており、継続可能な武道であると言える。②については、外部指導者と綿密に協議しながら学校独自のカリキュ

3 合気道授業の取組

橋本中学校で合気道の授業を実施するにあたり、

・基本動作や基本となる技を身につけさせるとともに、形を取り入れるなどの工夫をし、効果的、継続的な学習をできるようにすること。

・体育館で実施し、安全上の配慮を十分に行い、基本動作や基本となる技の習得を中心として指導を行うなど指導方法を工夫すること。
・武道は相手と直接的に攻防するという運動の特性や、中学校で

ラムを作成した。また、③については本校の指導方針をよく理解してくれている外部指導者がいること、柔道のように畳を新たに購入する必要もなく、通常の体育授業で使用しているマットを敷きつめて授業ができることなど、環境整備を安易に整えることができた。以上のように、諸条件も整っており、合気道の極意や礼儀等の心・技・体を学ぶことはもちろん、技の稽古をとおして護身術も学べる利点もあり、合気道を選択した。



授業では、礼儀について丁寧に教える

合気道は攻撃でなく防御を中心にして、礼儀等の精神面が強調される武道である。これらのことから、本校の武道の授業に合気道を

取り入れている。

授業では、礼儀について丁寧に教えられ、その後、演武をおして生徒に興味関心を持たせ、生徒

に初歩的な技術を丁寧に教えている。生徒も合気の心と技に引き付けられ、熱心に授業を受けていた。

授業終了後の指導者・生徒の顔が充実感で輝いている。

合気道は平成28年で7年目をむかえ、生徒も心待ちにしている様子がかがえる。特に演武では迫力ある技を目の当たりにし、生徒もさらに興味関心を持ったと思われる。

1年生のアンケート結

果から授業前と授業後では明らかに関心が高まってきたことが見て取れる。

- ・授業前「合気道に関心がある」15・2%
- ・授業後「合気道に関心が持った」84・8%

各練習においては、一人一人にアドバイスしたりポイントを教えたりと、きめ細やかに指導をしていただいた。専門性の高い外部指導者が技術指導を行い、生徒の興味関心も高めることができていた。

しかし、外部指導者の多くが仕事のやりくりをしながら来ている現状があり、外部指導者に負担をかけている。今後、合気道を続けていく上で、外部指導者の協力が欠かせない状況の中、保健体育科教員の資質向上をはかる必要がある。

最後に合気道は和歌山にゆかりのある武道ということからも、ふ

る授業となっている。

◇外部指導者の講評

1年生、2年生の方々に武道の授業を通じて、合気道の技法はもとより、挨拶をはじめとする礼作法、相手を思いやる心や仲間との協調性など、身につけてほしいと考えています。

毎年2年生を見ると1年前を思い出します。人間的にも大きく成長していると感じるとともに、興味を持ち、取り組んでくれる姿がとても嬉しいです。



外部指導者に技を掛ける生徒



外部指導者が模範を見せる

授業は合気道師範等を外部指導者に招聘して、保健体育科教員と連携を図りながら実施している。そして、その授業をおして技法はもとより、礼儀作法や相手を思いやる心の育成にも努めている。

単元計画は下図のとおり。

単元計画（1年）

	1	2	3	4	5	6	7
はじめ	オリエンテーション	準備運動	外部指導者による実技講習				準備運動
なか	(合気道の歴史、諸注意、授業の流れ等)	準備運動、補強運動					
		礼法の仕方説明、実技	後ろ受身 前受身	相半身片手取り 小手返し	後ろ受身 膝行	逆半身片手取り 角落とし	学習した技の復習(錬成稽古)
		受身の仕方説明、実技	逆半身片手取り 小手返し		相半身片手取り 小手返しの復習	相半身片手取り 二教	
おわり		整理体操、片づけ					

関心意欲態度		相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。		分担した役割を果たそうとしている。		
思考判断				技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。		学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。	
技能			後ろ受け身ができる。	基本動作ができる。		基本となる技ができる。	基本となる技ができる。
知識理解	合気道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。		技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。		技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。		

単元計画（2年）

	1	2	3	4	5	6
はじめ	オリエンテーション	準備運動	外部指導者による実技講習			
なか	（合気道の歴史、諸注意、授業の流れ等）	昨年度の復習（礼法・受身）	準備運動、補強運動			
			後ろ受身 前受身	相半身片手取り 二教	後ろ受身 膝行	相半身片手取り 一教
おわり			逆半身片手取り 小手返し	逆半身えりもち角落とし	逆半身片手取り 角落とし	逆半身えりもち二教
			相半身片手取り		相半身片手取り 二教	
			整理体操、片づけ			

関心意欲態度		相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。		分担した役割を果たそうとしている。	
思考判断				技を身につけるための運動の行い方のポイントを見つけている。		学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。
技能			基本動作ができる。	後ろ受け身ができる。		基本となる技ができる。
知識理解	合気道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。		技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。		技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。	