

武道授業

実践の概要紹介

宮崎県における武道授業実践紹介

宮崎県教育委員会

平成20年に宮崎県教育委員会で実施した「学校体育における武道及びダンスの取組状況調査」によると、武道を実施している中学校の割合は57.9%であった。平成24年度から完全実施される現行学習指導要領への対応も含め、宮崎県教育委員会としては、武道必修化に向けた対策として、教員の授業力向上を目的に講習会を充実することや地域の武道指導者と連携して指導体制を確立することに取り組んできた。



鵜戸神宮。太平洋（日向灘）に面した断崖の中腹にある洞窟の中に本殿がある

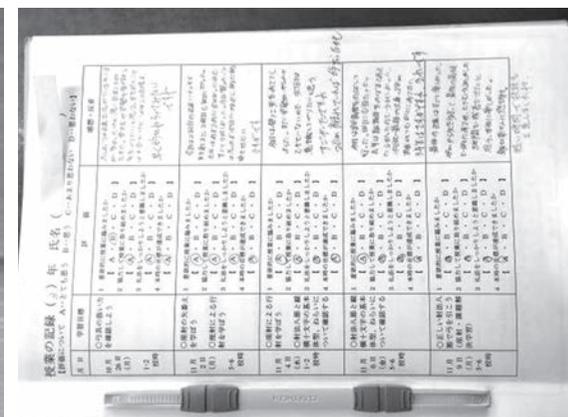


参道入口には、「剣法発祥及聖地」の石碑が建つ

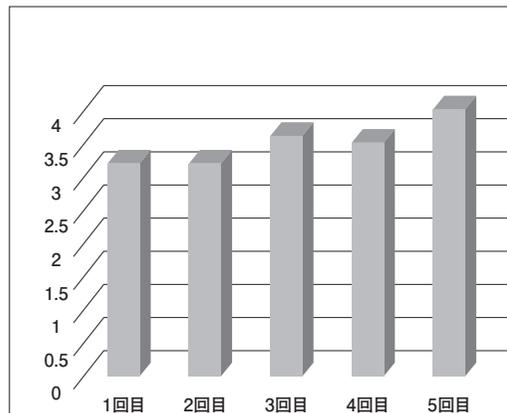
【個別指導】
外部指導者による個別指導の場に教員も学ぶ



【学習カードの工夫】
弓道全時間を見通せる学習カード



【弓道の楽しさ】
生徒の授業に対する意欲度と弓道学習を終えての感想

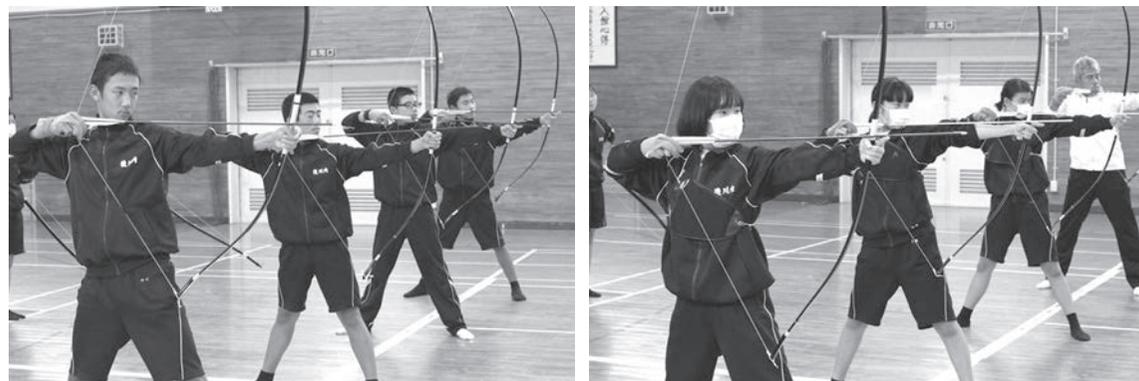


左の図は、毎時間の生徒の意欲度を示したものである。毎時間も意欲は高い傾向にあるが、時間が進むにつれて的に当たる回数も増え、高くなっている。最後の納射会では、弓道本来の28mからの行射でさらに意欲が高まったようである。以下は生徒の感想である。

○最後の弓道はすごく楽しかった。28mから矢を射って、最後の最後で的に当てることができ、とてもうれしかった。3年間で成長できたと思う。朝比奈先生に感謝。

○今日は、何度も的に当てることができた。朝比奈先生から教えてもらった弓から見える的の位置を意識したら、上手くいった。次は最後なので、28mからの的を射たい。

【納射会】
まとめの納射会 28 mからの行射



1 学校体育ジャンプアップセミナー

平成21年度から、中学校・高等学校の保健体育を担当する教員を対象として、授業を効果的に展開する学習指導方法の在り方を研修する「武道指導者講習会」を開催することとした。

公立中学校の保健体育科を担当する教員は、3か年の間に、本講習会または市町村教育委員会主催の講習会を受講することとし、



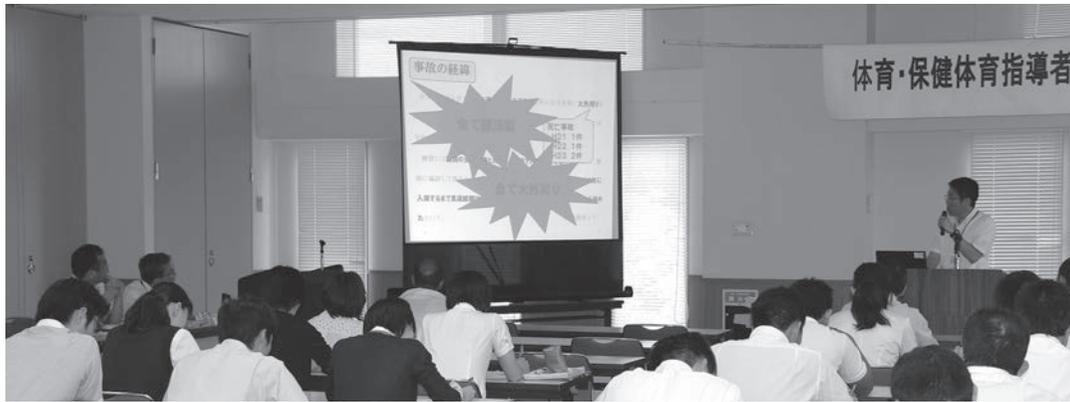
講師は県なぎなた連盟理事長

94・1%が受講した。(別表1参照)
種目については、柔道・剣道の2種目でスタートしたが、2年目以降は学校から要望のあったなぎなたを、その翌年は公立中学校で実施されている種目を考慮して相撲・空手道を加えることとした。
は柔道で実施)
完全実施となった平成24年度の



講師は高等学校相撲部指導者

学校体育授業力ジャンプアップセミナー感想
柔道
○講義の中で、ケガの起こりやすい活動例に「後ろ受け身」や「前回り受け身」が想像以上に多いのに驚いた。そのあとの実技指導で受け身のスモールステップ(段階的指導)は重要だと感じた。
○指導が難しいと思える技も、段階的に(その場で崩す↓動いて崩す↓体さばきで崩すなど)行うと分かりやすいので、生徒へもスモールステップを意識して指導したい。
剣道
○武道は中学校から始まる領域なので、体ほぐしの運動の要素(動きづくり)を取り入れた導入方法は、生徒も興味をもつと思う。
○リズムで覚える技の練習方法は、基本技だけではなく、応じ技にも取り入れやすいと感じた。特に小手抜き面は有効だと思った。



活動内容 (柔道)

- ①準備運動、補強運動の紹介
- ②安全に配慮した段階的指導1 (基本動作及び受け身のスモールステップ)
- ③安全に配慮した段階的指導2 (投げ技のスモールステップ)
- ④安全に配慮した段階的指導3 (固め技のスモールステップ)
- ⑤安全に配慮した段階的指導まとめ



活動内容 (剣道)

- ①剣道授業の現状と課題
- ②単元導入における指導の工夫 (体ほぐしの運動の要素を取り入れた動きづくり)
- ③基本動作を定着させる工夫 (スキルアップトレーニングの活用)
- ④基本打突の学習方法の工夫 (リズムで覚える面打ち、胴打ち)
- ⑤応じ技の学習方法の工夫 (リズムで覚える面抜き胴、小手抜き面)
- ⑥試合方法の工夫 (判定試合、簡易試合)



別表1 中学校・高等学校武道指導者講習会 平成21年度から23年度の受講者数

年度	種目	全受講者数	公立中学校受講者数
21年度	柔道	24	21
	剣道	18	10
	市町村(柔道)	15	
22年度	柔道	41	39
	剣道	16	12
	なぎなた 市町村(柔道)	7	7
23年度	柔道	63	56
	剣道	19	17
	相撲	4	4
	空手道 市町村(柔道)	5 22	5

別表2 公立中学校の平成22年度から平成25年度の武道実施種目

	柔道	剣道	相撲	なぎなた	空手道	弓道	
平成22年度	83	30	2		1		(校)
	85.3	27.5	1.8		0.9		(%)
平成24年度	103	39	1	1		1	(校)
	75.2	28.5	0.7	0.7		0.7	(%)
平成25年度	98	37	2	1		2	(校)
	72.1	27.2	1.5	0.7		1.5	(%)

複数種目実施校あり(生徒選択)
平成22年度は実施率79.0% 平成23年度は未調査

公立中学校の武道実施種目の割合は、柔道75・2%、剣道28・5%、その他の種目2・2%となっており、平成25年度も同じような状況であったため、それ以降は柔道と剣道の2種目で実施している。(別表2参照)
現在は、「学校体育ジャンプアップセミナー」「武道」に改称し、担当指導主事による安全に配慮した授業づくりについての講義のほか、種目ごとに、体ほぐしの運動の要素を取り入れた動きづくり、スモールステップ、リズムで覚える技の練習など授業づくりをテーマに行われている。

2

学校体育実技サポーター派遣事業

平成23年度から、教員の資質の向上及び学習内容の定着を図ることを目的として、希望する中学校の武道及びダンスの授業に地域の武道指導者等を派遣する「武道指導者等派遣事業」を実施することとした。

学校は10回を上限としており、単元計画については、小学校教員や中学校の保健体育科教員が作成し、指導協力者が実技指導の補助及び演示等を行っている。

学校体育実技サポーター派遣事業

感想

保健体育担当教諭等

開始年度は10校に5時間ずつ派遣していたが、その後、上限の20校を超える希望があったため選考基準を設け派遣校を選考し、一校当たり8時間から10時間程度派遣することとした。

○実際に演示していただいているのが大きいと思う。その際、動きや技のコツ、具体的な指示の仕方を教えていただいているので指導協力者がいないときでも、役立つている。

現在、「学校体育実技サポーター派遣事業」に改称し、従前の中学校の武道及びダンスに小学校の器械運動系及び陸上運動系（第1学年から第4学年）を加え、県内27校に26名の協力者を派遣している。（別表3参照）

○役割分担がうまくできていると感じる。私が主として指導している場面では、指導協力者に確認をさせていただいている。また、指導協力者が主として指導する場面では、同じ視点でポイ

ントやコツを見るように心がけている。

指導協力者

○2年目ということもあり、学校や授業担当者とのコミュニケーションがとれることが助かっている。今後、お互いの立ち位置を明確にすることで、生徒へのかわりが深まると思う。

○指導協力は6年前からやっているが、本校は2年目である。昨

年は、こちらが主として指導していたが、本年度は学校の計画に沿って進めている。スムーズなステップを心がけた指導が定着してきた。

選考基準

- 指導経験の浅い教員のみから選考する。
 - ・段位を持たない
 - ・指導経験5年未満
 - ・講師
 - ・他教科など
- 武道の授業におけるケガの件数を考慮し、安全面への配慮から柔道を選択している学校から選考する。

別表3 学校体育実技サポーター派遣事業の領域

		器械運動系	陸上運動系	武道			ダンス
				柔道	剣道	弓道	
平成27年度	中学校			11	7	1	5
平成28年度	中学校			13	8	1	3
平成29年度	小学校	7	0				
	中学校			11	6	1	2

3

綾町立綾中学校の実践について



綾中学校

生徒がスピーディーに学校から武道場へ移動する姿や授業の準備をする様子を見て、学校全体の学習習慣の定着を感じた。

授業は学習内容・活動を確認したあと、保健体育科担当の佐藤浩行先生の指示で準備運動や受け身が行われた。

県内に位置する綾中学校は、全校生徒174名（1学年各2クラス）の学校である。

柔道の授業は、学校に隣接する、綾てるはドーム内にある武道場（約100畳が常設）に移動して行われる。訪問した日は、3年生（生徒選択）と2年生1クラスの授業が行われた。

前回り受け身は、佐藤先生が「右足を前」「左手を前につく」「右手を小指から入れながら回る」など動きを分割化して指導が進められた。その際、指導協力者の矢野直幸先生が「肩を入れすぎないように」と安全確認の指示があった。

その後、矢野先生から本時の学習課題（3年生・投げ技 2年生・固め技）に迫れるようポイントを最小限にした説明や、実際の示範があった。その際、佐藤先生は全体をまわり、生徒の安全確保に努



安全を確認する指導協力者



分割化した受け身の指導



低い姿勢から段階的な指導



学習課題のポイントを説明



お互いに教え合いながら防具を着装



整然と並べられた防具一式 (50組)



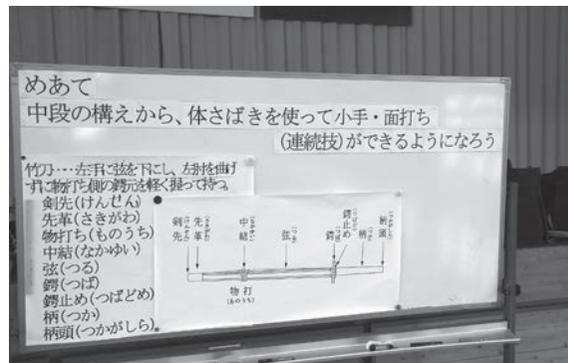
メガネやピンをはずして安全確保



崩し→体さばき→技のかけのポイントを説明



体ほぐしの運動の要素を取り入れた動きづくり



小手打ちに相手に対応して、面を打つことを確認



お互いにポイントを確認する生徒



技のポイントや安全の確認をする保健体育担当



胴の打ち方と受け方のポイントを説明する指導協力者



正しい構えや体さばきを意識した空間動作



次回の派遣日の学習内容・活動について打合せ



小手一面の打たせ方を示範する指導協力者

4 日之影町立日之影中学校の 実践について

県北部に位置する日之影中学校は、全校生徒91名（1学年各1クラス）の学校である。訪問した日は、指導協力者が派遣される日だったため、2年生の授業が特別時間割（2・3校時連

続）で行われた。生徒は防具一式を手に取り、着装ははじめた。着装の仕方を教え合ったり、お互いに確認しあったりするなど、常に学び合う様子が見られ、学校全体の雰囲気の良い

めていた。投げ技では、低い姿勢から徐々に高くしていく段階的な指導や、「崩し」「体さばき」「技のかけ」をまとまった動きとして行うよう指導が行われた。固め技では、生徒たちに押さえ込みの条件をつくることを考えさせる指導が行われた。授業全体をとおして、保健体育科担当と指導協力者が役割分担しながら、安全に配慮した指示が出されていた。

綾中学校 生徒感想
○昨年に続いて、矢野先生から教えてもらいました。崩しや体さばきの方向やポイントを教えてもらえるので、簡単にできるようになりました。
○矢野先生も佐藤先生もできるためのコツを3つくらいにしようとして教えてくれるので、友達とも確認しながらやっている。
○技の練習になって、少し恐いと感じたが、低い位置からやるので、少しずつできるようなったと思います。少しずつスピードも速くなるようにしたいです。



日之影中学校

を感じた。
授業は学習内容・活動を確認したあと、保健体育科担当の堀端江先生の指示で、学校体育ジャンプアップセミナーで紹介された、すり足の移動や肩関節の柔軟を意識したランニングなど、体ほぐしの運動の要素を取り入れた動きづくりが一堂に行われた。
その後、竹刀を持ち、伝統的な作法や所作を確認させながら、構えや体さばきを意識した空間動作が行われた。堀先生の「気合い」という号令で、生徒が「やあー」

と発声し、空間動作で面や小手等を打ち込むと、最後に生徒が「残心」と声に出し振り向いた。場面に応じて、指導協力者の興柁孝明先生が堀先生の指示の補足をしたり、個別に動きのポイントを説明したりした。
生徒が面を着けたあとに、興柁先生も面を着け、本時の学習課題である小手・面の打たせ方を説明しながら実際に示範した。
授業全体とおして、保健体育科担当と指導協力者がコミュニケーションを図りながら、同様の視点で指導が行われている様子が見られた。
日之影中学校 生徒感想
○興柁先生がポイントをしぼって教えてくださるので、とても分かりやすいです。興柁先生も堀先生も同じことをほめてくれるので自信になります。
○2時間続きの授業だけど、テンポがいいので短く感じます。基本（打ち方・打たせ方）ができるようになってから、自由練習も楽しくなってきました。
○今日は、連続技がうまくできなかったので、友達にコツをきいたり、教えてもらったりしてできるようになりました。
○技能の程度や安全に配慮しながら、単元のはじめの段階から、ごく簡単な試合を取り入れ、攻め方や守り方について気付いたことを考えさせ、発表するなどして思考力・判断力・表現力等を高めさせたい。
最後に、学校体育ジャンプアップセミナーの事業評価シートに書かれていた「目指す武道の授業」を記して結びとしたい。

5 おわりに

武道必修化から5年が経過し、次期学習指導要領が告示された。各学校は保健体育科担当教員を積極的に講習会に派遣し、授業力の向上を図ってきた。また、地域の武道団体と連携して指導体制を確立したり、施設・用具等を充実したりするなど、当初あった様々な



子どもたちのくれた幸せ

少林寺拳法和歌山市和佐スポーツ少年団所屬

中村 四郎



全国の中学校体育授業に、2012年から武道が必修化され、5年が経過した。教育現場では、どのような変化・成果があったのだろうか。和歌山市立高積中学校では、数種類ある武道の中から少林寺拳法を採択し、当初から外部講師として関わらせていただいた。約600名の孫のような生徒たちと、直に触れ合う貴重な時間を持てたことは、19歳から50年間少林寺拳法を続けてきた中で初めてのことであり、何よりも宝となった。そして、その喜びがいま、小学校や幼稚園に積極的に関わる大きな力となっている。
現在、小学校の不登校児童生徒支援員として毎日授業に参加し、休憩時間を含め一緒の時間を過ごす中で、私にしかできないことが何かないだろうかと考えた。

「そうだ、青年期に夢中になり、その技と思想に大きな影響を受けた少林寺拳法がある。そこから学んだことを伝えていきたい」と思い、校長先生や担任の先生にお願いして、道徳や総合学習の時間に私の思いを伝えてきた。

小学校では「いのちの授業」と題して、技術はもちろんだが、何よりも大切な命を重んじ、人として生きていく上で大切なことを、稚拙ながら体験を交えて伝えていく。また、幼稚園では「たのしくごしんじゅつ」として、防犯紙芝居や簡単な自分の身体を守る技を、2人1組になって、楽しく身体を動かしながら学べるように工夫している。
教師としての専門教育を受けていない私だけれど、授業をしっかりと受け止め、感じ取ってくれる子どもたちの感想文に励まされる度に、もっと自己研鑽をしなければと反省している。また、前任校の生徒たちから今も届く便りにも、背中を押してもらっている。

昨年、30年間続けてきた少林寺拳法・紀州和佐道院長職を辞し、寂しい思いもあったが、幼稚園、小・中学校の子どもたちが再び活力を与えてくれた。
年齢とともに体力が衰えていくのは自然の理だが、少しでも長く、そして一人でも多くの人

たちと関わり続けたいとの思いから、近隣の小学校勤務になった4月から毎日、出勤前に近くの高積山へ両手に1kgずつダンベルを持ち、足には1.5kgずつ砂袋を付けて、40分間の山登りトレーニングを始めた。2カ月半で体重が2.5kg、ウエストが5cm減少するなど、思ってもいなかった身体の変化に驚いている。少林寺拳法を修行していた時期でも、ここまで体重等が変化することはなかった。6月中旬以降は体重60kg、ウエスト70cmを維持し、身体はすこぶる軽く、食事もおいしい。

小学生との鬼ごっこや、中学校体育大会でのリレー出場なども自信、励みとなった。これからも山登りトレーニングを続けて、体力を維持していく決心をしている。

講師でありながら、逆に子どもたちから元気と、たくさん喜びや楽しさをもらっている。そんな子どもたちに感謝の毎日である。



子どもたちに防犯紙芝居を読み聞かせる筆者