

# ■シリーズ■ 中学校武道

## 授業の充実に向けて

201

### ——「今」の時代の武道授業を追い求めて—— （「教えこむ」「抑え込む」から「愛で動く」柔道授業に）

30

兵庫県神戸市立長田中学校 教諭 田中温人

#### 本校について

1

私は中学校保健体育科の教員として柔道の授業に関わって今年で12年目を迎えます。初任の3年間は「生徒指導が起こらないよう……」と管理的に生徒を動かし、どの種目も画一的な授業展開を行っていました。しかし、現在の勤務校ではこれまでの経験が全くと言っていいほど役に立たず、一から授業づくりを見直しました。教師が「教えこむ」「抑え込む」ではなく生徒が自ら「考え」「楽しむ」という視点に切り替えたことが大きな転機となりました。生徒へ愛を注ぎ、自己肯定感を向上させることで「愛で動く」、私なりの授業づくりを紹介させていただきます。

本校は、神戸市の南西部・長田区に位置する全校生徒332名の中規模校で、自然と都市が調和した環境にあります。長田区は古くから商業と工業が盛んな地域で、特にゴム・靴・鉄工業などの中小企業が多く、職人のまちとしても知られています。下町情緒あふれる商店街や多文化が共存する地域性も特徴です。阪神・淡路大震災から

大切にするまちづくりが進められており、本校もそのような環境の中で地域との交流や郷土に誇りをもつ教育を大切にしています。本校では生徒一人ひとりの主体性を育むため、学校全体で日々教育活動に励んでいます。

令和7年度の教育目標を「探究的な手法を用いた個別最適な学びと協働的な学びを通じた深い学びの実現」とし、日々の授業はもとより、学校行事や生徒会活動などさまざまな教育活動を通じて、主体性を導くことをねらいとしています。



手書き教材で柔道のイメージを肯定的なものに

長中22回生 2年女子保健体育 ☆ 評価規準について

今回の単元は…

この単元のゴール！

关心・意欲・態度	礼儀を守るなど 基本動作や技の実習に意欲的に取り組む
思考判断	柔道練習に付けるための問題を更にこなしてみる
技術	（自身）技術で応戦する（周囲）環境や状況から柔道技術を活用する
知識理解	柔道の伝統的な考え方をより深めたり技のポイントをつかむ

単元の評価

何を	何で	どのように
「柔道」を	単回最後のテスト、毎回の あいさつで	→ (テストで評価する。 (足の開き、手の位置、角度)
「柔身」を	毎回の練習、テストで	→ 評価項目 (力の項目) △ 前回柔身 (回り方、手の取扱い、首頸の柔軟性)
「園技」を	毎回の練習、実技テストで	→ 評価項目 △ 指導技術を理解する。
「演技」を	”	→ 評価一覧表に行きまく

田中より一言！

「柔道は、いたい」「しんどい」とネガティブイメージが  
持たれがちだけど、相手と組み合って競争する柔道  
は、本当に魅力あります！日本の伝統文化として  
そして、非日常的な動きの中で柔道が楽しめます！」

授業に向けて一言！

がんばるぞ～！

2年 組 番 名前

現在の勤務校に赴任した際、前述のような指導では全く歯が立ちませんでした。

## 指導方法の転換

3

私は小学校2年生から柔道をはじめ、大学院でも柔道を専門に学びました。大学院卒業後は神戸市教員として採用されました。小学生の時から教師になると決めており、その思いは誰にも負けない自信がありました。しかし、初めての担任、生徒との関わり、教材研究など、うまくいかないことがありました。うまいことばかりで心にゆとりがなく、授業も「恐怖で動かす」ものであつたと思います。そのため、どの種目も画一的な内容（声出しランニングや集団行動）を行つており、それぞれの種目の持つ特性に触れることができていませんでした。

## 恐怖で動かして いた初任教

2

私は絵を描くことが趣味で、前任校の頃から手書きの学級通信を毎日発行するなど、自分にしかできない表現で思いを形にしてきました。そのため、指導方法の転換しました。そのため、指導方法の転換を考慮した時に、この強みを生かそうと思いました。柔道授業のプリントの作成ではイラストやレイアウトを考え、柔道の「怖い」「難しい」「痛い」といったイメージを少しでも緩和できるように努めました。また、掲示物の充実環境づくりにも力を入れました。柔

## 手書き教材・ 掲示物

4

ませんでした。たくさんの「反発を受け、授業が成り立たない時もありました。その時に「教えこむ」「抑え込む」指導の限界を感じました。そのため指導法の改善はもちろん、生徒に寄り添い、愛を注ぐことに力を入れるようにしました。その一環で行つたことが「手書き教材」と「掲示物」の作成でした。



ウォーミングアップで行う「柔道あそび」(大根抜き)

## 5

### 授業の方法

道場には授業の内容や柔道にまつわる知識を掲示したことで「おもしろそう」「やつてみよう」という生徒の好奇心につながりました。また、学年の掲示物も工夫しており、入り口から壁面、天井にしており、入り口から壁面、天井に至るまで隙間はほとんどありません。授業の感想や写真を掲示物としてフィードバックすることで生徒たちの「褒められたい」「認められたい」という思いを引き出すことができました。また、頑張っている生徒の自己肯定感向上にもつながりました。

次に実際の授業について紹介したいと思います。本校では3年間を通して柔道を実施しています。1年時に実施した事前アンケートでは柔道のイメージを「怖い」「痛い」「しんどい」「難しい」とネガティブにとらえる生徒が62%いました。しかし「やつてみたい」「興味がある」と答える生徒も73%お

り、「興味はあるけれど、イメージが……」と考える生徒が多くいることがわかりました。そのため、1年時の授業で工夫したことだ。「柔道はこうしないといけない」「こうやりなさい」と知識・技能を与えるのではなく、まずは柔道の要素を取り入れた「柔道あそび」(大根抜き・アニマルトレーニング・しつぽ取りなど)でウオーミングアップを行いました。その後は自由な発想で「抑え込み技をつくる」ということからスタートしました。また、受け身などについては毎時間のアップに取り入れました。授業の流れは次の①～⑤のようになります。

【絶対条件】「どの意見も絶対に否定しない！まずはやつてみる！」(先生も否定しない)

① 押え込みの3条件「相手を制している」「脚・胴が相手に絡まっている」「背中・両肩が畳に触れている」を伝える

② ペアの生徒を抑え込む

③ 各ペアの抑え込み技をクラス発



生徒の柔軟な発想を生かした技の発表会

④逃げにくかつたペアの技術を四つピックアップ→4グループに分かれて分析

⑤4グループで最も効果的な抑え込み技をクラスで決定する

⑥ペアグループも試行錯誤しながら、さまざまな体勢で抑え込みを研究・開発していました。長年、柔道に携わってきたからこそ思いつかないような発想も多く、生徒の柔軟な発想に驚かされました。1年時は「抑え込み技をつくる」「返し技をつくる」を行い、単元の後半に初めて教師が「抑え込み・返し方」を教える場面をつくりました。この頃になると各グループの技も洗練されており、自然とけさ固めの抑え方・帶取り返しのような返し方を開発している生徒もいました。「自分が考えてきたことは実際に使える技なんだ！」と喜ぶ生徒もいました。本授業の【絶対条件】である「否定しないこと」を意識することで自然と「ええやん！」「これもやつてみよう」と教え合つたり、話し合つたりする和やかな雰囲気が生まれました。1年時に

④逃げにくかつたペアの技術を四つピックアップ→4グループに分かれて分析

⑤4グループで最も効果的な抑え込み技をクラスで決定する

⑥ペアグループも試行錯誤しながら、さまざまな体勢で抑え込みを研究・開発していました。長年、柔道に携わってきたからこそ思いつかないような発想も多く、生徒の柔軟な発想に驚かされました。1年時は「抑え込み技をつくる」「返し技をつくる」を行い、単元の後半に初めて教師が「抑え込み・返し方」を教える場面をつくりました。この頃になると各グループの技も洗練されており、自然とけさ固めの抑え方・帶取り返しのような返し方を開発している生徒もいました。「自分が考えてきたことは実際に使える技なんだ！」と喜ぶ生徒もいました。本授業の【絶対条件】である「否定しないこと」を意識することで自然と「ええやん！」「これもやつてみよう」と教え合つたり、話し合つたりする和やかな雰囲気が生まれました。1年時に

⑥ 分かれて分析

④逃げにくかつたペアの技術を四つピックアップ→4グループに分かれて分析

⑤4グループで最も効果的な抑え込み技をクラスで決定する

⑥ペアグループも試行錯誤しながら、さまざまな体勢で抑え込みを研究・開発していました。長年、柔道に携わってきたからこそ思いつかないような発想も多く、生徒の柔軟な発想に驚かされました。1年時は「抑え込み技をつくる」「返し技をつくる」を行い、単元の後半に初めて教師が「抑え込み・返し方」を教える場面をつくりました。この頃になると各グループの技も洗練されており、自然とけさ固めの抑え方・帶取り返しのような返し方を開発している生徒もいました。「自分が考えてきたことは実際に使える技なんだ！」と喜ぶ生徒もいました。本授業の【絶対条件】である「否定しないこと」を意識することで自然と「ええやん！」「これもやつてみよう」と教え合つたり、話し合つたりする和やかな雰囲気が生まれました。1年時に

「技をつくる」という土台と、柔道は楽しいという土台ができたため、2年時はさらに自発的に柔道に取り組むようになりました。

## 生徒の感想

6

1年時の単元終了後のアンケートでは「柔道が楽しかった」と答えた生徒が80%いました。2年時の事前アンケートでは柔道のネガティブイメージは39%にとどまり、「楽しみ」と答えた生徒は74%、事後アンケートで「楽しかった」と答えた生徒が91%でした。

3年時の柔道は1月に実施予定です。全生徒が楽しかったと答える授業を目指したいと思います。

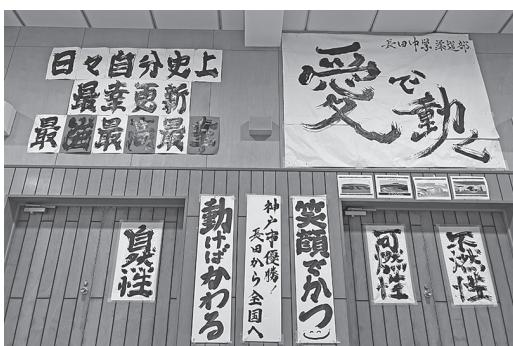
## 柔道部の活動

7

本校は332名の中規模校ですが、毎年3学年合わせて20～30名の部



部活動でも手書きの部通信を発行している



道場の様子

員で活動をしています。また、そ  
のほとんどが中学から柔道を始め  
る生徒です。授業ではありません  
が、部活動においても手書きの部  
通信を毎日発行、掲示物などの環  
境整備にこだわった結果が「柔道  
をやつてみたい」という思いにつ  
ながっているのではないかと考え  
られます。授業が終わつた後に  
「高校生になつたら柔道部に入ろ  
うかな」と言つてくれる生徒もい  
ます。授業、部活動、学校生活、  
すべてに共通する熱い思いを大切  
に「柔道が好き」という生徒を増  
やしていきたいと思います。

手書き教材や部通信、掲示物な  
どの環境づくりについて、授業に  
は関係ないのでないかと考え  
こともあります。しかし、これら  
の取り組みが自尊感情を高め、「も  
つとやつてみたい」という主体的  
な取り組みにつながつてていると思  
います。これからも私にしかでき  
ないことを目の前にいる生徒に形  
にして届けたいと思います。そし  
て、恐怖ではなく「愛で動く」こ  
とを伝えていきたいと思います。

全国学力状況調査における「学校  
はたのしいですか」の回答に本校  
3年生は9割以上が「はい」と答  
えました。さらに学校が楽しいと  
思えるように武道授業はもちろ  
ん、日々の教育活動の中で生徒に  
学ぶ楽しさを伝えていきたいと思  
います。今回このような貴重な機  
会をいただき、自分の授業を振り  
返るきっかけともなりました。あ  
りがとうございました。

## まとめ