

■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

30

（「教えこむ」「抑え込む」から「愛で動く」柔道授業に）

兵庫県神戸市立長田中学校 教諭 田中温人

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「生徒指導が起らないように……」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。

1 本校について

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・淡路大震災からの復興を経て、地域のつながりを

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

<div> <div>長中22回生 2年女子保健体育 ☆ 評価規準について</div> </div>		
<div> <div>今日の単元は…</div> <div>柔道</div> </div>		
<div>この単元のゴール！</div>		
<div>関心・意欲・態度</div>	<div>礼儀を守れる</div>	<div>基本動作や技の要領に意欲的に取り組む。</div>
<div>思考判断</div>	<div>技を身につけるための練習を、見つけることができる。</div>	
<div>技能</div>	<div>(受身) 相手をたいて、受身ができる。(固技) 相手を抑えたり(投げ) 投げたりする。</div>	
<div>知識理解</div>	<div>柔道、伝統的スポーツであること、技のポイントがわかる。</div>	
<div>単元の評価</div>		
<div>何を</div>	<div>何で</div>	<div>どのように</div>
<div>「柔し法」を</div>	<div>→ 単元最後のテスト、毎回のあいまうで</div>	<div>→ テストで評価する。 (座り開き、立つ位置、角度)</div>
<div>「受身」を</div>	<div>→ 毎回の練習、テストで</div>	<div>→ 評価する(テスト項目) △ 前足受身、(四つ足、前足受身) △ 後足受身、(四つ足、前足受身)</div>
<div>「固技」を</div>	<div>→ 毎回の練習、実技テストで</div>	<div>→ 評価。 △ 得意技をどのくらい習得する。</div>
<div>「投げ」を</div>	<div>→ ”</div>	<div>→ 評価一 安全にできるか。</div>
<div>田中より一言！</div>		
<div> 「柔道は「いたい」「しんどい」となっちゃうけど、 「持たれぬ」も「たけど、相手を組み合わせ、力を競う経験」 「日本に、世界的です。日本の伝統文化！」 「そして、非日常的な活動の中で柔道が叶える大きな役割」 </div>		
<div> <div>授業に向けて一言！</div> <div>がんばるで〜！</div> <div>2年組 番 名前</div> </div>		

2 恐怖で動かして
いた初任校

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」ものであったと思います。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）を行っており、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。

3
指導方法の転換

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

4
手書き教材・
揭示物

ませんでした。たくさんの方の反発を受け、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。その一環で行ったことが「手書き教材」と「掲示物」の作成でした。

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みました。そのため、指導方法の転換を考えた時に、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、掲示物の充実も環境づくりに力を入れました。柔



ウォーミングアップで行う「柔道あそび」(大根抜き)

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」「やってみよう」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。

5

授業の方法

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「やってみたい」「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……」と考える生徒が多い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は、自由度を高めるということでした。「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・しっぽ取りなど)でウォ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! まずはやってみる! (先生も否定しない)」

①抑え込みの3条件「相手を制している」「脚・胴が相手に絡まれている」「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表



生徒の柔軟な発想を生かした技の発表会

④ 逃げてくかったペアの技術を四つビックアップ↓4グループに分かれて分析

⑤ 4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

どの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きており、自然とけさ固めの抑え方・帯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。「自分たち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!」「これもやってみよう」と教え合ったり、話し合ったりする和やかな雰囲気生まれました。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。

6

生徒の感想

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られる授業を目指したいと思います。

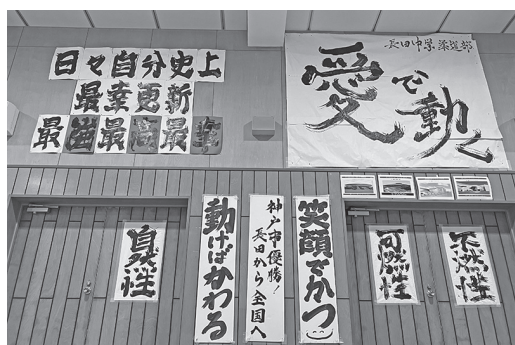
7

柔道部の活動

本校は332名の規模校ですが、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「柔道をやってみたい」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。授業が終わった後に「高校生になったら柔道部に入ろうかな」と言っ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っています。

まとめ

8

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はないかと考えることもあります。しかし、これらの取り組みが自尊感情を高め、「もつとやってみたい」という主体的な取り組みにつながっていると思います。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っています。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っています。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なりました。ありがとうございます。