

平成23年度

学校体育振興事業

研究報告集

平成24年12月

文部科学省スポーツ・青少年局

## 本研究報告集の活用にあたって

平成20年3月に小中学校の、平成21年3月には高等学校の新しい学習指導要領が公示され、小学校においては23年度から、中学校では今年度から全面実施となり、高等学校では平成25年度より年次進行で実施されます。

中学校の保健体育においては、多くの領域の学習を体験し、自ら更に探求したい運動を選択できるよう、第1学年及び第2学年において武道、ダンスを含む全ての領域が必修となりました。

文部科学省においては、必修となった武道及びダンスが円滑に実施できるよう、平成21年度から平成23年度にかけて「中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校」事業を実施しました。

また、体育の授業や運動部活動の充実を図るため、平成22年度から「地域スポーツ人材を活用した運動部活動等推進事業」を実施し、地域のスポーツ指導者の活用や小規模校における複数校合同部活動等の実践研究を行っているところであります。

今回、これら事業の平成23年度の成果を全国にフィードバックし、全国各地での取組の参考にしていただくため、委託先の各教育委員会から提出された研究報告書をもとに、実践事例集をとりまとめました。特に、地域の指導者の協力を得て、指導の充実を図った事例や、武道に関しては、初心者に配慮した指導方法の工夫などが報告されています。

各学校におかれましては、本研究報告集に掲載した実践事例を今後の取組の参考にしていただき、引き続き健康・安全に配慮した上で、学校体育の指導の充実に努めていただくようお願いいたします。

平成24年12月

文部科学省スポーツ・青少年局長 久保 公 人

# 目 次

## 1. 実践事例

### **中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校**

【柔道】	地域の指導者と三人体制で指導の充実を目指した実践例	1
	五所川原市立五所川原第三中学校（青森県）	
	仲間と関わる学習形態を工夫した実践例	5
	山田町立山田中学校（岩手県）	
	学習資料を効果的に併用して取り組んだ実践例	8
	熱海市立熱海中学校（静岡県）	
	地域の指導者による研修会により，教員の指導力を高めた実践例	11
	鈴鹿市立鈴峰中学校（三重県）	
	用具を活用し安全を確保した実践例	15
	湯浅町立湯浅中学校（和歌山県）	
【剣道】	地域の指導者と4人体制で指導の充実を目指した実践例	17
	田村市立船引南中学校（福島県）	
	伝統的な行動の仕方を重視して指導した実践例	19
	袖ヶ浦市立昭和中学校（千葉県）	
	地域の指導者と教員の役割を明確にして取り組んだ実践例	21
	南アルプス市立八田中学校（山梨県）	
	地域の指導者と指導計画を立案して取り組んだ実践例	23
	浜松市立清竜中学校（静岡県）	
	地域の指導者と事前の打合せを重視した実践例	25
	さつま町立薩摩中学校（鹿児島県）	
【相撲】	基本動作を重視して安全を確保した実践例	27
	福島町立福島中学校（北海道）	
【なぎなた】	地域の指導者と教員の役割を明確にして取り組んだ実践例	29
	愛媛県立今治東中等教育学校（愛媛県）	
【創作ダンス】	地域連携指導推進協力者会議の活用により授業づくりを工夫した実践例	31
	花巻市立宮野目中学校（岩手県）	
	地域の指導者との連携で教員の指導力を高めた実践例	33
	東大阪市立柏田中学校（大阪府）	
【現代的なリズムのダンス】		
	地域の指導者との連携で技術指導を充実させた実践例	35
	浜松市立入野中学校（静岡県）	

## 2. 実践事例

### 地域スポーツ人材を活用した運動部活動等推進事業

【体育の授業】	初心者（女子）の意欲を高める柔道の実践例	37
	我孫子市立久寺家中学校（千葉県）	
	トップアスリートと連携して楽しさを味わわせる水泳の実践例	39
	山口市立井関小学校（山口県）	
	地域スポーツ人材との連携で教員の指導力を高めた実践例	41
	長崎市立南陽小学校（長崎県）	
【運動部活動】	地域スポーツ人材と教員の役割を明確にして取り組んだ実践例（空手道）	43
	大分市立大在中学校（大分県）	
	地域スポーツ人材と連携し生徒の意欲を高めた実践例（バレーボール）	45
	福島県立新地高等学校（福島県）	
	地域のスポーツクラブと連携した実践例（相撲・サッカー）	47
	志摩市立磯部中学校（三重県）	
	生徒のメディカルチェックを工夫した実践例（バスケットボール）	49
	大阪府立枚方津田高等学校（大阪府）	
	地域スポーツ人材との連携に向け学校の組織体制を工夫した実践例	51
	（ハンドボール・テニス・ソフトテニス・弓道）	
	長崎県立長崎南高等学校（長崎県）	

## 3. 参考資料

新しい学習指導要領の実施に伴う武道の授業の安全かつ円滑な実施について（依頼）	53
（平成24年3月9日付け23文科ス第918号）	
武道必修化に伴う柔道の安全管理の徹底について（依頼）	
（平成24年3月9日付け23文科ス第910号）	
武道及びダンスの必修化に向けた指導体制について（依頼）	
（平成23年12月20日付け23ス参体第10号）	
中学校保健体育における武道指導の充実について（依頼）	
（平成23年4月7日付け23ス参体第2号）	
中学校保健体育における武道の指導に対する協力について（依頼）	
（平成23年3月28日付け22ス企体第19号）	
平成23年度学校体育振興事業研究報告集の作成について	
（平成24年5月10日付けスポーツ・青少年局長決定）	

# 1. 実践事例

中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校

## 地域の指導者と三人体制で指導の充実を目指した実践例

学 校 名 五所川原市立五所川原第三中学校（青森県）

電 話 番 号 0173(34) 2937

全校生徒数 493名（男子257名 女子236名）

種 目 等 武道（柔道） 第1・2学年

### 1 取組のねらい

- （1）授業の実施前と実施後に生徒の意識調査を実施し、その変容を見る。
- （2）地域の指導者と連携した授業の在り方を検討し、3年間を見通した単元計画を作成する。
- （3）指導体制を継続的に活用できる組織と仕組み作りを行う。

### 2 取組体制

- （1）近隣在住の柔道経験者を地域の指導者として招聘。
- （2）複数の教員による全体進行や生徒の指導補助、地域の指導者による技能の示範・説明、全体で安全面の配慮といったTT（ティームティーチング）で実施。
  - ① 教師①(T1)…全体計画の作成、関係者間の連絡調整、授業での全体指導
  - ② 教師②(T2)…安全確保への配慮、生徒個々への指導補助
  - ③ 地域の指導者・校内有段者…技や内容等の説明、技の示範
- （3）教務部と連携し、地域の指導者の都合に合わせて時間割を作成。

### 3 取組の概要

- （1）地域の指導者との連携
  - ① 授業内容を精査し、礼法の意義や技の持つ意味とその組み立てなど地域の指導者の専門性を活かしながら、柔道の楽しさや喜びを生徒に体感させる。
  - ② 事前・事後の打合せの時間を持ち、学習内容や授業における役割分担、生徒の状況などの共通理解を図る。
- （2）授業づくりの工夫
  - ① 礼法について、その意義を理解させたいうで継続して指導する。
  - ② 技能習得にのみこだわらず、授業内容にゆとりを持たせる。

## ○生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 生徒にとって初めての柔道の授業であることから、指導内容を基本動作を徹底して扱うとともに、投げ技を限定し、内容的なゆとりを持たせた指導内容とした。
- 2 動作に応じて2人1組での活動や、多人数によるグループでの活動など、練習場所にゆとりを持たせた。
- 3 地域の指導者を含めて三人体制のTT（ティームティーチング）とした。
- 4 部活動（柔道部）に所属している生徒による示範や教え合いの場を設定した。

## ○成果と課題

- 1 生徒の持つ柔道に対する負のイメージが、授業後に好転した。
- 2 学校と地域の指導者との連携体制が構築されるとともに、3年間を見通した単元計画が作成され、本事業終了後も継続して柔道の授業実践ができるようになった。
- 3 実施時期（今年度は12月～2月の冬期間）を考慮する必要があるがあった。

# ○研究内容

## 【授業の準備の様子】

柔道衣の着方の指導



## 【地域の指導者による授業の様子】

武道の伝統的な考え方についての指導



## 【礼法を大切に授業づくり】

授業開始時の座礼



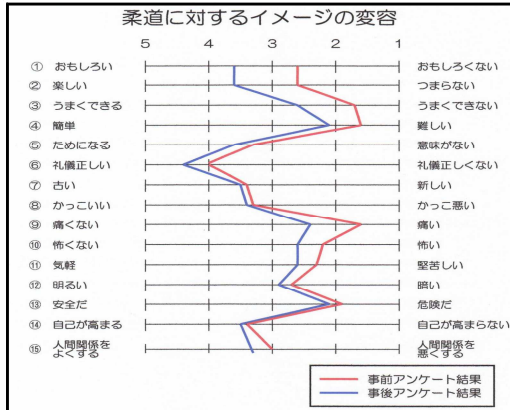
## 【固め技の指導】

教師① (T1) によるけさ固めの指導



## 【柔道授業アンケート（事前・事後）結果】

柔道に対するイメージがプラス化した



## 【地域の指導者の指導と興味関心の高まり】

柔道の授業に対する生徒の興味関心が高まった。

柔道授業アンケート（事前・事後）

項目	事前アンケート（1年）		事後アンケート（1年）	
	はい	いいえ	はい	いいえ
体育の授業は好きか	82.7%	17.3%	柔道の授業は楽しかったか	80.0% 20.0%
柔道に興味があるか	26.7%	73.3%	柔道に興味をわいたか	52.9% 47.1%
柔道の試合を見たことがあるか	40.7%	59.3%	柔道の授業をまたやりたいか	58.8% 41.5%
柔道をやったことがあるか	14.7%	85.3%	外部指導者の指導はためになったか	88.8% 11.2%

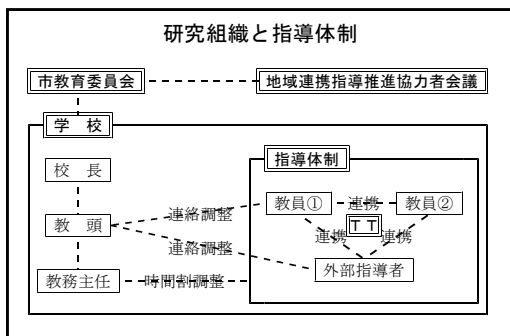
  

項目	事前アンケート（2年）		事後アンケート（2年）	
	はい	いいえ	はい	いいえ
体育の授業は好きか	86.5%	13.5%	柔道の授業は楽しかったか	79.4% 20.6%
柔道に興味があるか	20.0%	80.0%	柔道に興味をわいたか	58.7% 41.3%
柔道の試合を見たことがあるか	49.0%	51.0%	柔道の授業をまたやりたいか	54.8% 45.2%
柔道をやったことがあるか	12.2%	87.8%	外部指導者の指導はためになったか	85.2% 14.8%

・柔道に対する興味関心が授業実施後に高まっている。  
 ・ほとんどの生徒にとって外部指導者の指導がためになっている。

## 【研究組織と指導体制】

地域の指導者と連携した指導体制を、継続的に活用できる組織と仕組みづくりの工夫



## 【実践校としての経験を来年度以降に活かす】

柔道に対する意識の高まりを踏まえ、授業の展開に工夫を凝らす。

実践校としての感想

・これまでの設備が老朽化していた本校にとって、畳・投げ込みマット・生徒用柔道着などの設備・備品等が充実したことは、生徒にとって安心・安全を確保できるという点で大変効果があった。また、地域の指導者との連携体制が構築されたこと、武道における礼法・精神面の指導が生徒の「人間形成」の一助となり、相手に対する思いやりの心の醸成につながったことは非常に大きな成果であった。

・生徒が今まで思い描いていた柔道に対するイメージが授業後に好転し、楽しく学ぶことができた。来年度は、授業内容の改善・工夫と充実さらに努力する。

# 【柔道】単元計画（指導と評価の計画）

【1学年】

五所川原市立五所川原第三中学校

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
オリエンテーション ・特性や成り立ち ・学習の進め方 ・柔道衣の扱い方等	礼法と所作 ・正座、座礼、立礼 ・畳や柔道衣の扱い方			2人組での基本動作 ・受け身（横、後ろ、前、前回り） ・固め技の基本姿勢 ・固め技の補助運動（脇絞め前進、エビ）					ごく簡単な試合 学習のまとめ
	2人組での基本動作 ・姿勢（自然体、自護体） ・組み方（襟と袖の握り方） ・進退動作（移動の仕方） ・受け身（横、後ろ、前、前回り）			固め技 ・抑え方（けさ固め、横四方固め、上四方固め） ・応じ方と技の連絡変化					
				固め技での攻防（背中合わせ）			自由練習		

段階	学習のねらい・活動	時数	学習活動に即した評価規準			
			関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
はじめ 50 × 1	○柔道の特性や成り立ち、礼法、柔道衣の着方など、柔道の授業を始める上で基本となる知識や所作等を理解する。 ○学習の進め方を理解する。 1 オリエンテーション (1) 特性や成り立ち (2) ねらいや計画など、学習の進め方 (3) 柔道衣の扱い方、畳の敷き方、礼法 (4) 柔道の動きと関連する運動（回転運動）	1	①柔道の特性や成り立ち、礼法、柔道衣の扱い方等について、学ぼうとしている。			①柔道の特性や成り立ち、礼法、柔道衣の扱い方等について、言ったりノートに書き出したりしている。
なか 1 50 × 3	○基本動作を身に付け、礼法を大切にしながら安全に練習する。 1 畳の準備、柔道着への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動 4 2人組での基本動作 (1) 姿勢（自然体、自護体） (2) 組み方（襟と袖の握り方） (3) 進退動作（移動の仕方） (4) 受け身（横、後ろ、前、前回り） 5 整理運動 6 整列・正座、座礼 7 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ	2  3  4	②畳や柔道衣などの安全を確かめ、練習をする上での安全に留意しようとする。  ③伝統的な行動の仕方を重んじ、相手を尊重した行動や、自分で自分を律する態度をとろうとしている。	①基本動作を習得するための練習をしている。	①基本動作を行うことができる。	②柔道における伝統的な行動の仕方を、言ったりノートに書き出したりしている。  ③基本動作や課題にあった練習の仕方を言ったりノートに書き出したりしている。
なか 1 50 × 5	○固め技をの基本となる技や簡単な入り方や返し方を学習し攻防を展開する。 1 畳の準備、柔道衣への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動 4 2人組での基本動作 (1) 受け身（横、後ろ、前、前回り） (2) 固め技の基本姿勢 (3) 固め技の補助運動 5 固め技 (1) 抑え方（けさ固め、横四方固め、上四方固め） ※段階的に指導 (2) 簡単な入り方と返し方 (3) 固め技の攻防（背中合わせ・長座） 6 整理運動 7 整列・正座、座礼 8 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ	5  6  7  8  9	④自分に適した固め技を習得し、相手の動きや技に対応した攻防の楽しさや喜びを味わおうとしている。	②基本動作と固め技との関連を図って練習している。  ③得意技を身に付けることができるよう、練習の中で工夫している。	③基本となる固め技ができる。	④固め技の名称や、応じ方を、言ったりノートに書き出したりしている。
まとめ 50 × 1	○学習した基本動作や固め技を用いて、ごく簡単な試合をする。 1 畳の準備、柔道衣への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動と基本動作 (1) 受け身（横、後ろ、前、前回り） (2) 固め技の補助運動 4 ごく簡単な試合（3人1組 技の限定） ・時間：1分、審判：1審制 5 整理運動 6 学習のまとめ 7 整列・正座、座礼 8 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ	10	⑤勝敗や結果を受け入れようとしている。		④得意技で相手の動きに対応した攻防をすることができる。	⑤試合の仕方や基本的なルール、審判の方法を、言ったりノートに書き出したりしている。



# 【柔道】単元計画（指導と評価の計画）

【2学年】

五所川原市立五所川原第三中学校

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
オリエンテーション ・特性 ・学習の進め方 ・礼法や基本動作の確認	礼法と所作 ・正座、座礼、立礼 ・畳や柔道衣の扱い方			2人組での基本動作 ・受け身（横、後ろ、前、前回り）・崩し、体さばき ・固め技の補助運動					簡単な試合 学習のまとめ
	2人組で投げ技の基本動作 ・組み方（襟と袖の握り方） ・進退動作（移動の仕方） ・受け身（横、後ろ、前、前回り） ・崩し、体さばき			投げ技 ・投げ方（膝車、体落とし、大腰）と受け身のとり方 ・基本動作から投げ技への発展 固め技 ・抑え方（けさ固め、横四方固め、上四方固め）・応じ方					
				崩しの攻防		自由練習（基本となる技での攻防）			

段階	学習のねらい・活動	時数	学習活動に即した評価規準			
			関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
はじめ	<p>○柔道の試合ビデオ等を利用し、柔道の授業への関心・意欲を高める。</p> <p>○学習の進め方を理解し、学習の見通しを立てる。</p> <p>1 オリエンテーション (1) 柔道の試合ビデオの鑑賞 (2) ねらいや計画など、学習の進め方 (3) 礼法や基本動作の確認</p>	1	①柔道の特性に関心を持ち、礼法を大切に学習に取り組もうとしている。			①柔道の伝統的な考え方について、言ったりノートに書き出ししたりしている。
なか	<p>○投げ技の基本動作を身に付け、伝統的な行動の仕方を大切にしながら安全に練習する。</p> <p>1 畳の準備、柔道衣への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動 4 2人組で投げ技の基本動作 (1) 組み方（襟と袖の握り方） (2) 進退動作（移動の仕方） (3) 崩し、体さばき (4) 受け身（横、後ろ、前、前回り） 5 整理運動 6 整列・正座、座礼 7 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ</p>	2  3 4	②畳や柔道衣などの安全を確かめ、練習をする上での安全に留意しようとする。  ③伝統的な行動の仕方を重んじ、相手を尊重した行動や、自分で自分を律する態度をとろうとしている。	①投げ技の基本動作を習得するための課題を見つけ練習を工夫している。	①伝統的な行動の仕方礼法を身に付けている。  ②投げ技の基本動作を行うことができる。	②柔道における伝統的な行動の仕方を理解し、言ったりノートに書き出ししたりしている。  ③投げ技の基本動作の、言ったりノートに書き出ししたりしている。
なか	<p>○基本となる技を身に付け、投げたり抑えたりするなどの攻防を展開する。</p> <p>1 畳の準備、柔道衣への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動 4 2人組での基本動作 (1) 受け身（横、後ろ、前、前回り） (2) 崩し、体さばき (3) 固め技の補助運動 5 投げ技 (1) 投げ方（膝車、体落とし、大腰）と受け身 (2) 基本動作から投げ技へ ※段階的に指導 6 固め技 (1) 抑え方（けさ固め、横四方固め、上四方固め） (2) 応じ方と技の連絡 7 自由練習 (1) 投げ技から固め技への連絡 (2) 基本となる技での攻防 8 整理運動 9 整列・正座、座礼 10 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ</p>	5 6 7 8 9	④自分に適した投げ技を習得し、相手の動きや技に対応した攻防の楽しさや喜びを味わおうとしている。	②基本動作と投げ技との関連を図って練習している。  ③得意技を身に付けることができるよう、練習の中で、工夫している。	③基本となる投げ技ができる。	④投げ技の仕組みやくずし方を理解し、言ったりノートに書き出ししたりしている。  ⑤柔道に関連して高まる体力について、言ったりノートに書き出ししたりしている。
まとめ	<p>○身に付けた基本動作や基本となる技を用いて、簡単な試合をする。</p> <p>1 畳の準備、柔道衣への着替え 2 整列・正座、座礼 3 準備運動と基本動作 (1) 受け身（横、後ろ、前、前回り） (2) 固め技の基本動作 4 簡単な試合（3人1組） ・時間：2分、審判：1審判 5 整理運動 6 学習のまとめ 7 整列・正座、座礼 8 畳の片付け、柔道衣からの着替えとたたみ</p>	10	⑤勝敗や結果を受け入れようとしている。		④得意技で相手の動きに対応した攻防を展開することができる。	⑥試合の仕方や基本的なルール、審判の方法を、言ったりノートに書き出ししたりしている。

## 仲間と関わる学習形態を工夫した実

### 践例

学 校 名 山田町立山田中学校（岩手県）

電 話 番 号 0193(82)2611

全 校 生 徒 数 485 名（男子 238 名 女子 247 名）

種 目 等 武 道（柔道） 第 2 学 年

#### 1 取組体制

大学教授、県柔道連盟関係者等からなる地域連携指導推進協力者会議と地域連携指導実践校支援委員会による協議内容を踏まえ、地域の実態を考慮した柔道の学習指導の在り方について研究を進めた。

実践校教諭 1 名、他校教諭 2 名、担当指導主事兼保健体育主事 1 名の 4 名を地域連携指導実践校支援委員とし、8 月 4 日、10 月 31 日、11 月 28 日の 3 回、「支援委員会」を開催し、新学習指導要領に対応した単元計画を作成するとともに、授業実践における具体的な指導のポイントを検討した。

#### 2 取組の概要

授業実践テーマを「柔道のよさや楽しさ、特性に触れる学習の進め方」と設定し、「思いやりの心」や「伝統的な行動の仕方」、「技の習得」や「相手と直接組み合っの攻防の展開」といったことを考慮して学習を展開した。1 時間目は、オリエンテーションを行い、2～4 時間目は、基本動作と第 1 学年で学習した固め技、受け身、投げ技の復習を行った。

5～8 時間目は、相手の不安定な体勢（正しい崩しと体さばきによる）をとらえた技のかけ方の練習と自由練習を行い、9～10 時間目は、学習の成果の確認として、ごく簡単な試合を行った。

#### 3 地区別中学校武道・ダンス指導者研修会

平成 23 年 12 月 6 日（火）、山田町立山田中学校を会場に、中学校保健体育科担当教員 22 名の参加を得て研修会を実施した。

研修会では、「仲間と関わり工夫する場」を位置付け、相手の不安定な体勢をとらえた技のかけ方に焦点をあてた公開授業（上記授業事例の 6/10 時間目）と公開授業に係る協議、大学教授による柔道の実技指導及び「これからの柔道指導の在り方」と題した講演を行った。

## ○生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 柔道では、相手を投げたり抑え込んだりすることから、「伝統的な行動の仕方」と「思いやりの心」の大切さを、全ての場面で確認しながら活動を進めた。
- 2 単元を通して、基本動作や受け身の練習を継続して行った。
- 3 取と受の約束事をはっきりと示し、繰り返し確認しながら活動を進めた。

## ○成果と課題

- 1 新学習指導要領に対応した指導について理解が深まり、実践への意欲付けが図られた。
- 2 取組の成果を管内中学校全ての保健体育科担当教員で共有し、今後の「柔道」指導に生かしていくことが課題として確認された。

# ○研究内容

【オリジナル指導書：「柔道一直線」】  
「思いやりの心」、「伝統的な行動の仕方」

【固め技、投げ技の復習】  
取と受の約束事の確認

## 2. 柔道 = 思いやりの心

☆なぜ、正座をするのか

諸説ありますが、嘉納先生が柔道を創始した時に、柔道に茶道の精神を取り入れたいと考えたのだそうです。茶道では、お茶をいただく茶室がとても狭く作られていました。その狭い正しい座り方はあくらだったそうです。ですが、狭い茶室の中で、あくらで座ってしまえば、後から入ってくる人が大変です。そこで、正座で座ろうということになったそうです。つまり、周りの人への思いやりの心から、正座が生まれたのです。そんな思いやりの心を柔道にも取り入れようということ、柔道では正座をするようになったのだという話があります。すなわち、柔道 = 思いやりの心なのです。それがしっかりと分かれると、礼法、投げた後に引き手を離さない、公正な審判をするなど、全てに思いやりの心で行動することが自然とできるようになってきます。

(1) 正座のしかた

(2) 礼

—柔道一直線ファイル2—



【相手の不安定な体勢をとらえた技のかけ方の試行錯誤と仲間との交流】  
仲間と関わり工夫する場となった。



【学習カード】  
生徒の授業の振り返り

【指導者研修会】  
大学教授による指導

相手を引きつけることかでき  
て。だびど。足振れうま  
いかにあつて。次の授業  
では足振れせいこうする  
ように動かせの練習だけ  
ではいらいはいいです。  
足振れを使うと相手もすれやすくなる。とびんわり  
相手が強く引くと  
技のかけにくい。引きつける  
ことか薬か。あつて  
次の時間ほくと引きつけ  
たいです。  
押し引きのやりかた。

