

地域の指導者の良さを生かし、TTにより生徒の安全を確保した柔道の授業の実践例

学 校 名 二本松市立二本松第三中学校（福島県）全学年

全校生徒数 349名（男子184名 女子165名）

種 目 等 武道（柔道）

電 話 番 号 0243（22）8349

学校メールアドレス school@nihonmatsu3-j.fks.ed.jp

1 研究のねらい

- （1）学習指導要領の改訂に伴い武道が必修となったため、地域の優秀な外部スポーツ人材を、武道授業の指導者として招聘することで、生徒に武道の伝統的な行動の仕方や基本動作等を身に付けさせるとともに、技能の向上と安全確保を図る。
- （2）武道の指導経験が浅い教員が、豊富な指導経験を有する地域の指導者と連携して、授業を進めることで、武道の指導力を高める。

2 研究の取組体制

- （1）武道等指導者推進委員会を設置し、人材リストを作成して必要とする学校に情報提供を行うとともに、地域の指導者の効果的な派遣について、検討及び事業成果の検証等を行う。
 - ①構成メンバーは、福島大学教授、福島県高体連、福島県中体連、（公財）福島県体育協会、福島県企画調整部文化スポーツ局スポーツ課、福島県教育庁健康教育課の各代表とする。
 - ②武道等指導推進委員会3回（6/3、12/9、2/24）、福島県教育委員会主催の派遣指導者研修会1回（8月）
- （2）地域の指導者と学校担当者による事前打合せ会の開催
 - ①構成メンバー…地域の指導者、保健体育教員、教頭
 - ②指導前…単元全体の指導計画や指導方針、指導体制等に関する打合せ
 - ③指導中…週単位における授業の具体的な指導方法等の打合せ

3 研究の概要

- （1）地域の指導者の協力を得た学習指導の推進
 - ①市の柔道協会所属で、昨年度もお世話になった地域の指導者に引き続き協力を依頼した。
 - ②地域の指導者が関わる場面と具体的な指導内容を事前に打合せをし、TTの授業を展開した。
具体的には、地域の指導者をT2とし、受け身や礼法指導、技の練習の際に、全体への模範演技や、十分にできていない生徒を中心に個別指導に当たってもらった。
- （2）見通しをもった指導計画の工夫
 - ①柔道の授業の導入で、オリエンテーションの時間を設定し、単元全体の学習内容や授業展開の概要について、指導者とともに丁寧に指導した。
 - ②単元を通した学習シラバスと自己評価カードを作成し、毎時間、授業のまとめとして、授業内容を振り返らせ、目標達成状況について自己評価させた。

○児童生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 安全な身のこなし方などを身に付けさせるため、前転や後転など準備運動を工夫した。
- 2 ルールや禁止事項、教師の指示等を守ることを徹底させ、安全な授業展開に努めた。
- 3 TTによる授業を行うことで、安全面を考慮した個別指導の充実を図った。

○成果の意義と今後の課題

- 1 専門的経験の豊かな地域の指導者を招聘したことにより、生徒の安全を確保しながら、武道の伝統的な行動の仕方や基本動作を身に付けさせ、技能の向上を図ることができた。
- 2 地域の指導者と連携しながら、TTで授業を進めることができたため、授業者の武道の指導力が向上した。
- 3 限られた時間での地域の指導者の活用だったため、授業ごとの綿密な事前打合せや事後協議の時間確保が困難であった。

○ 研究内容

【横受け身の指導】

模範を示しながら、ポイントを丁寧に指導した。



【けさ固めの指導】

腕の位置や首の抱え込み方について、個別に指導した。



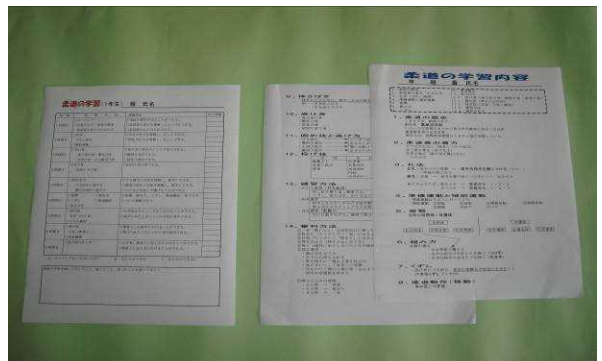
【体落としの指導】

投げる方と投げられる方の型を個別に指導した。



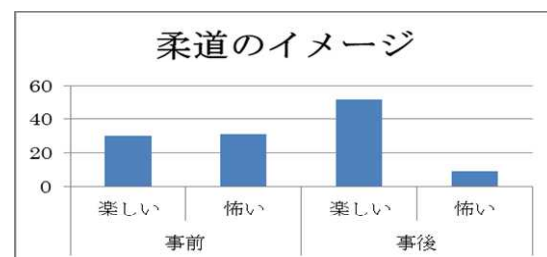
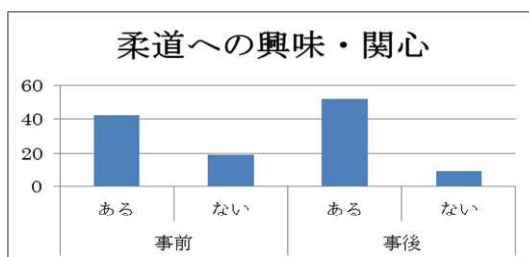
【学習シラバスと自己評価カード】

安全面も配慮した学習シラバスと毎時間の自己評価カード



【事前・事後アンケートの結果】

いずれも事前より事後の方が良い結果となった。



【本事業終了後の今後の展望】

成果を生かした今後の取り組みの方向性を明らかにする。

- 1 本事業の成果を踏まえ、さらに教材研究や授業研究等を通して、指導力の向上を図りたい。
- 2 今後も、地域の優秀な人材を確保するため、関係団体との連携・協力を継続していく。
- 3 柔道の授業で身に付けた伝統や礼節、武道に対する心構えや基本動作等を、道徳教育や特別活動と関連させながら、総合的・横断的な授業を展開したい。

柔道指導の系統図

導入

柔道の特性

柔道の歴史

柔道衣の着方とたたみ方

礼法

礼法

立礼：道場への出入り 試合の始まりと終わり 立ち技練習の始まりと終わり
 座礼：授業の始まりと終わり 固め技練習の始まりと終わり
 ★正座の仕方：座るときは左足から 立つときは右足から

個人的技能

- ①姿勢
 - ・自然体 (自然本体・右自然体・左自然体)
 - ・自護体 (自護本体・右自護体・左自護体)
- ②進退動作
 - ・すり足 (基本的にすり足で移動する)
 - ・歩み足
- ③受け身 (八方向の受け身がある)
 - ・前回り受け身 ・後ろ受け身
 - ・左右横受け身 (・前受け身)
 - (・斜め受け身) (・横転受け身)
- ④補助運動
 - ・前転
 - ・後転
 - ・側転
 - ・えび
 - ・しぼり
 - ・肩ブリッジ
- ⑤崩し (八方の崩し)
- ⑥体さばき
 - ・前さばき
 - ・後ろさばき
 - ・前回りさばき
 - ・後ろ回りさばき
- ⑦その他

座っているときは正座(または安座)で座る。

投げ技の
段階で合
わせて指
導する

対人的技能

- ①固め技 ※中学体育の授業は抑え技だけ
 抑え技、絞め技、関節技がある
 <抑え技>
 - ・けさ固め (左右) (・肩固め)
 - ・横四方固め (左右)
 - ・上四方固め (・縦四方固め)
 <逃れ方>
 - ・(えび)
 - ・足を絡める
- 受：技をかける人
取：技をかけられる人
- ※危険な行為や反則行為についても指導し、安全面に配慮しながら行う。
 ※慣れたら固め技だけの乱取り練習や試合まで発展させる。
- ②組み方 右相四つ 左相四つ 喧嘩四つ
 釣り手 (前襟・横襟・後ろ襟)
 引き手 (袖)
 - ③立ち技<投げ技>
 - ・(手技) 体落とし
 - ・(腰技) 大腰
 - ・(足技) 支え釣り込み足, 大外刈り, 大内刈り
- ※投げ技と合わせて受け身としても練習する
 ※低～高 ゆっくり～速く
 ※崩しを意識させる
 ※動きながら相手の力を利用する
 ※それぞれの技の体さばきを指導しながら
 ※「受」と「取」が協力して

練習・試合

- ①かかり練習 (投げの練習で体さばきを反復練習する)
- ②約束練習 (受・取を決め、投げ技も決めて練習する)
 約束乱取り (受・取を決めて乱取りを行なう)
- ③自由練習 (お互いに技を掛け合う乱取り)
- ④簡易試合 (審判をつけて)
- ⑤審判方法
 - ・判定基準 (有効、技あり、一本、指導、反則負け など)

地域の指導者とのTTで、指導内容を精選し、生徒の安全確保を重視した授業の実践例

学 校 名 高崎市立倉渕中学校（群馬県）第1学年
全校生徒数 88名（男子51名 女子37名）
種 目 等 武道（柔道）
（本事例に係る問合せ先）
電 話 番 号 027（378）3214
学 校 メール ア ド レ ス
kurabuchi-chu@ted.city.takasaki.gunma.jp

1 研究のねらい

- （1）地域の指導者を活用することによる柔道授業の安全指導と授業成果について有効性を探る。
- （2）地域の指導者と連携した柔道の授業を行う中で、教師の指導力を高める。

2 研究の取組体制

- （1）地域の指導者と保健体育科教員との連絡協議会の設置
 - ①単元が始まる前に、地域の指導者とともに指導計画立案に向けた検討会を開催。
出席者：地域の指導者、保健体育科教員、学校長、教頭、教務主任
 - ②検討会を受けて、保健体育科教員による指導計画作成。
 - ③地域の指導者と管理職による指導助言。
- （2）群馬県教育委員会、高崎市教育委員会が実施する研修会等の活用
 - ①群馬県教育委員会「柔道授業の安全な実施に向けた研修会」出席
 - ②高崎市教育委員会「高崎市中学校柔道実技研修会」出席
 - ③高崎市教育委員会「高崎市中学校保健体育科（武道）指導計画」活用

3 研究の概要

- （1）地域の指導者の協力を得た学習指導の推進
本校では以前から柔道競技経験者による授業協力を仰いでいる。地域の指導者は、高崎市内の道場で館長を務める柔道整復師であり、長年、子供たちの指導に携わっている。実際の授業ではT2として授業の補助に入り、指導している。教員主導で授業を行っていく中で、姿勢や組み方、安全な受け身の取り方などのポイントを演技し、助言してもらう。
- （2）安全の指導の工夫
 - ①教員が実技講習会で習得した内容や「高崎市中学校保健体育科（武道）指導計画」を生かし、受け身と固め技に特化した指導内容の精選を行った。
 - ②地域の指導者から、投げられたときの受け身の取り方・取らせ方のポイント、固め技での抑え方や返し方のポイントなどについて助言や実演、個別指導をしてもらう。

○生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 受け身単体の学習から、投げられた姿勢からの発展的な受け身の学習まで、低い姿勢（座る・しゃがむ・膝立ちなど）から徐々に高さやスピードを上げていくように段階的に指導し、柔道未経験者でも恐怖心や危険を少なくした指導を工夫して行った。
- 2 固め技の攻防の場面では3人組で取り組み、2人が攻防しているときにはもう1人が周囲の安全を常に確認するようにし、他の組や壁面などとの接触による事故を防げるようにした。

○成果と意義と今後の課題

- 1 地域の指導者を活用することにより、技のポイントや場面ごとに起こりやすい事故などの説明を事前に受けることで、安全に学習効果を上げることができた。
- 2 地域の指導者と高崎市中学校保健体育科（武道）指導計画の指導内容について共通理解を図るための打合せ時間を確保することが難しかった。

○研究内容

【受け身の一斉練習】

正しい姿勢で頭を守って受け身を取ることを徹底させる



【前回り受け身の個別指導】

手の位置がずれると肩をけがしやすいことを助言



【低い姿勢で投げ技からの受け身】

痛みと恐怖心、危険を軽減



【3人組での固め技の攻防】

1人が必ず周囲の安全を確保



【柔道授業の評価結果】

「柔道に対してどのようなイメージを持っていますか（複数回答可）」という設問に対する生徒の回答

授業前			授業後		
楽しい・面白い	5人	17.9%	楽しい・面白い	22人	78.6%
格好いい	4人	14.3%	格好いい	8人	28.6%
痛い	18人	64.3%	痛い	6人	21.4%
怖い	12人	42.9%	怖い	4人	14.3%
つまらない	7人	25.0%	つまらない	0人	0.0%
厳しい	10人	35.7%	厳しい	3人	10.7%
不安がある	17人	60.7%	不安がある	2人	7.1%

【生徒の感想】

授業後の生徒の感想

- 柔道は初めは怖いと思っていたけれど、やっているうちにだんだん楽しくなっていったよかったです
- 固め技で友だちと競うのが、試合をしているみたいで楽しかった
- 受け身を初めて勉強したが、もし普段転んだりすることがあったら柔道の授業を生かして、ケガをしないようにしたい
- 道場の先生に丁寧に教えてもらえたので、固め技の返し方などができるようになった

【実践校としての感想】

今回、地域の指導者に協力していただいたことで、安全な学習環境を整えられたことが、最も大きい成果であった。専門家だからこそ予見できる危険を指導していただき、生徒の安全はもとより、教師の知識も深めることができた。上記評価結果からも分かるとおり、痛そう、怖そうといった不安感を軽減し、多くの生徒が柔道を楽しめるようになった。学習活動を安全に進めることができたことが大きな要因になっていると思われる。

地域の指導者を活用した武道指導の工夫

学校名 神埼市立脊振中学校（佐賀県）第2学年

全校生徒数 60名（男子24名 女子36名）

種目等 武道（剣道）

（本事例に係る問合せ先）

電話番号 0952（59）2221

学校メールアドレス sefuri-j@mail.saga-ed.jp

1 研究のねらい

- （1）学習指導要領の趣旨を踏まえた効果的な武道（剣道）指導の在り方を探る。
～安全に配慮した指導内容の在り方～
- （2）地域の武道（剣道）指導者と保健体育科担当教員との効果的な連携の在り方を探る。

2 研究の取組体制

- （1）佐賀県武道等指導推進協議会における協議
 - ①構成メンバーは、東京女子体育大学教授，佐賀大学准教授，佐賀県教育委員会，各競技団体代表，地域の指導者，研究実践校教諭。
 - ②連絡協議会2回（9／30，2／4）において，学習指導要領の趣旨を踏まえた武道の指導内容の在り方及び地域の指導者との連携の在り方について研究協議。
- （2）地域の指導者と保健体育科教員との連絡会の実施
 - ①地域の指導者ととともに単元指導計画立案に向けた事前検討会を実施。
 - ②毎回，授業の前後に指導内容等について検討会を実施。
- （3）武道（剣道）指導授業研究会に向けた校内支援体制の整備
 - ①地域の指導者への依頼・連絡・調整については保健体育科教員が担当。
 - ②授業においては、地域の指導者（T2）と保健体育科教員（T1）で役割を分担し，毎回授業前後に連携・確認を取り研究を重ねた。
 - ③教頭を窓口にした校内支援体制を整備して，「武道（剣道）指導授業研究会」を開催し研究を深めた。

3 研究の概要

- （1）地域の指導者の協力を得た学習指導の推進
 - ①学校の教育目標・方針・計画等を適切に理解し，保健体育科教員と円滑な連携を積極的に推進してくれる人物であり，生徒たちのことをよく知っている地域の指導者（教育委員会：社会体育指導員）に依頼した。
 - ②保健体育科教員（T1）が授業を進め，地域の指導者（T2）は気が付いたところやできていない生徒を中心にフォローをするように役割分担をした。特に女子生徒の積極的な活動を引き出したいという保健体育科教員のねらいから，地域の指導者には女子に多めに付けてもらい，技術指導や剣道の特性について楽しい雰囲気指導してもらった。
- （2）学習内容の指導の工夫
 - ①地域の指導者と話し合いをしながら指導と評価の計画を作成し，単元計画全体を共有した。
 - ②指導と評価の計画を基に，学習ノート12時間分を作成したことで技能のポイントや毎時間の目標を明確にすることができた。

○生徒の安全を確保するために配慮（工夫）したこと

- 1 生徒の健康状態，施設・設備の安全確保
 - (1) 11月から気温が下がるという脊振地域の特性を踏まえて，10月に武道（剣道）の単元を計画した。
 - (2) アイガード付きの面，胴ひもは金具を通し，面と垂れはマジックテープ付きを使用し剣道具装着の時間短縮ができた（全員2分以内）。
 - (3) 全員が名前袋を使用し生徒を把握しやすいようにした。
 - (4) バレーボールやバドミントンのポール立ての金具を全面テープで塞いだ。
- 2 安全を確保した指導
 - (1) 授業の始めだけでなく，終了時に剣道具（特に竹刀）の点検を実施した。
 - (2) 各グループで自分たちの準備運動を計画し，実践することで準備運動の大切さを理解するとともに，十分な準備運動をすることができた。
 - (3) 毎時間，導入で基本動作（体さばき）や基本打突を取り入れたリレーを実施した。
 - (4) 授業の導入で，地域の指導者より剣道の「打つ」と他のスポーツの「打つ」との違いを説明してもらうとともに，指導者に生徒へ面を打ってもらうことで，剣道特有の「打つ」ことを体験させた。
- 3 段階的な指導
 - (1) 班別練習では，8時間目までスポンジボール打ち，シャトル打ち，打ち込み台打ち，9時間目以降デジタルカメラで動画を撮影し，動き方を確認する練習法を取り入れた。
 - (2) 指導と評価の計画に準じて1時間ごとに学習目標，学習内容，自己評価を取り入れた学習ノートを作成したことにより，生徒が見通しを持って積極的に授業に取り組めた。
 - (3) 五角稽古や試合では，剣道部の生徒にハンディをつけることで互角にした。

○成果の意義と今後の課題

<成果>

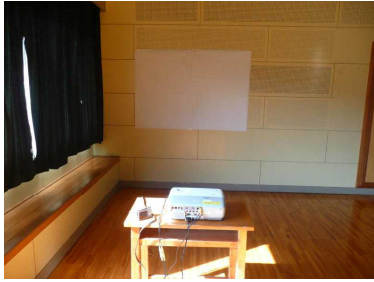
- 1 剣道に対するマイナスのイメージや授業に対する不安が，プラスの方向になるように地域の指導者との共通目標は，「楽しい授業」に設定したが，授業後のアンケートでは剣道に対するプラスのイメージが多くなり，授業を楽しく感じられた生徒が9割いた。
- 2 運動が嫌いで剣道にもマイナスのイメージを持っている女子生徒の積極的な活動を引き出すために，地域の指導者には女子に多めに付いてもらい，専門的な立場での技術指導や剣道の特性について楽しい雰囲気の中で指導することで，女子生徒が積極的に活動した。
- 3 授業の導入で，基本動作や基本打突を使ったリレーを行い，楽しい雰囲気の中で授業を開始したことで，積極的に授業に取り組み，技能の習得を速めた。
- 4 ビデオ（剣道部員の模範演技），プロジェクター（班に1台），鏡，パネル，スポンジボールなど様々な教材・教具を使ったことで，生徒の能力や課題に応じた練習ができた。

<課題>

- 1 保健体育科教員（T1）が授業を進め，地域の指導者（T2）はできていな生徒を中心にフォローをするように役割分担を明確にしたことで，授業がスムーズに流れた。しかし，打合せが不十分なまま授業に臨むこともあり，学習活動をさらに充実したものとするためには，その時間の目標を共有し，より綿密に打合せをしておく必要性があった。

○研究内容

【デジタルカメラで動画を撮影】
カメラとプロジェクターを直結



【アイガード付きの面】
装着しやすい剣道具



【床の安全】
ボールを立ててテープで塞ぐ



【剣道特有の打ち込み】
剣道と他のスポーツの打つの違いの説明



【スポンジボール打ち】
最高点で止まるスポンジボール



【準備運動】
各グループオリジナルの運動



【鏡を使った練習】
中心線を意識した素振り



【送り足りレー】
基本動作を取り入れた体ほぐしの運動



【面打ちりレー】
基本打突を取り入れたリレー



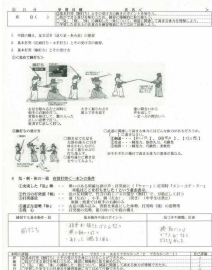
【女子生徒への指導】
楽しく学習できるように地域の指導者が技術指導



【指導と評価の計画】
学習の流れ・指導内容・評価の一体化

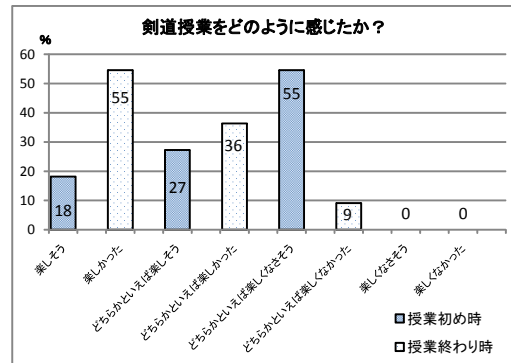
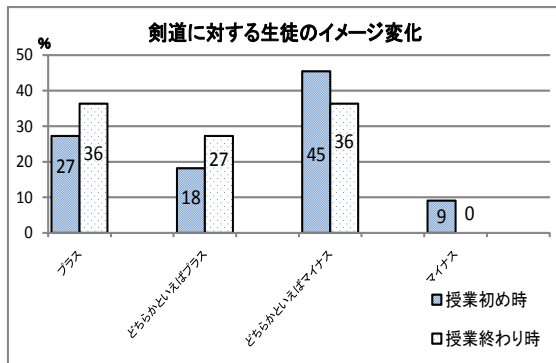
学年	指導内容	評価内容
1年	基本動作の習得	基本動作の習得
2年	基本動作の習得	基本動作の習得
3年	基本動作の習得	基本動作の習得
4年	基本動作の習得	基本動作の習得
5年	基本動作の習得	基本動作の習得
6年	基本動作の習得	基本動作の習得

【学習ノート】
計画の4時間目に対応



【剣道の授業アンケート】

授業後は、剣道に対するプラスのイメージが多くなり、授業を楽しみ感じた生徒が9割いた。



【今後の学校の取組の方向性】

新たな連携体制づくりとTTでの授業実践の推進

大きく変わったことがアンケート結果から読み取れた。地域の指導者と連携して剣道の特性や専門的な技術指導をしてもらうことは、生徒の技術の向上や剣道への理解、教員の指導力の向上に大きく影響し、良い結果をもたらした。来年度以降は、保健体育科教員だけの授業実践になるので、地域の指導者の協力を積極的に仰ぎながら武道（剣道）指導を推進していきたい。

また、本校には剣道専門の教師が勤務しているので、教育課程や時間割の編成を考慮し、TTで授業実践ができるように配慮して、今年度と同様に生徒一人一人にきめ細かな武道（剣道）指導を実践できるようにしたい。