

平成21年度学校体育振興事業

「中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校」

研究報告書

がっこうめい 学校名	ながすちょうりつふくえいちゅうがっこう 長洲町立腹栄中学校
---------------	----------------------------------

校長名：戸越 政幸

所在地：熊本県玉名郡長洲町腹赤 732 番地

電話番号：0968-78-0707

柔道学習に関する研究
～1学年の取組を通して～

I 研究実践校の概要

1 学校・地域の特色及び実態

本校の生徒は素直で明るくあいさつもよくでき、何事にも真面目に取り組むことができる。学習に対してはもちろんのこと部活動や学校行事においても積極的である。地域・保護者の学校教育への関心は高く協力的である。部活動では地域の外部指導者の協力で部数も多く活動も盛んである。

保健体育科では、心と体を一体としてとらえ、主体的な体育への取り組みを通して、生涯にわたり運動に親しむことのできる能力の育成と、体力・運動能力の向上を図り、お互いに助け合い励まし合って体育学習を实践する豊かな心情をはぐくむことを目標に取り組んできた。柔道学習については、男子のみで3年間取り組んできた。授業は柔道専門ではない保健体育担当教員が指導を行ってきた。

2 学校の概要（平成21年5月1日現在）

		1年	2年	3年	特別支 援学級	計
学級数		3	2	2	1	8
生徒数	男	47	42	47	3	139
	女	45	36	33	0	114

教員数 16名（保健体育科 1名）

武道・ダンスの授業の状況

領域；武道 領域の内容；柔道

		1年	2年	3年	特別支 援学級	計
配当時間		10	10	10		30
担当教員数 (外部指導者)		1 (1)	1	1		4
生徒数	男	47	42	47	3	139
	女	45	0	0	0	45

領域；ダンス 領域の内容；現代的なリズムのダンス

		1年	2年	3年	特別支 援学級	計
配当時間		0	10	10		20
担当教員数		0	1	1		2
生徒数	男	0	0	0		0
	女	0	36	33	0	69

II 研究の内容及び成果等

【研究成果の要点】

- 地域の指導者との連携した指導等により、生徒が柔道に意欲的に取り組み、楽しく学習することができた。また、技能の習得を図ることができた。
- 地域の指導者の専門的な指導や助言により、授業者の柔道に関する知識・理解が深まり、指導技術の向上につながった。

1 研究主題等

(1) 研究主題

柔道学習に関する研究

～1学年の取組を通して～

(2) 研究主題設定のねらい

今回の学習指導要領の改訂により、男女ともに柔道の学習をすることになった。生徒が自ら学び自ら考え、意欲的に学習に取り組むためには、まず柔道に対する意欲が大切と考えた。そこで、男女共習の学習形態をとり、さらに、地域の優秀な指導者との連携した指

導を取り入れ、授業の工夫・改善に取り組んだ。

(3) 取組体制

- ① 事業対象学年 1 学年男女
- ② 指導者 保健体育担当教員
地域の指導者（柔道 7 段）
- ③ 学習形態 1 年生・・・ 男女共習
- ④ 場所 武道場（柔道場：2 試合場分）
- ⑤ 服装 学校備え付けの柔道衣着用
- ⑥ 時数 1 年生 10 時間扱い

(4) 主な取組

平成 21 年 度	① 実施時期 平成 21 年 11 月 13 日～12 月 22 日
	② 目的 ○ 地域の指導者との連携により、生徒一人一人の技能の習得や学習意欲を向上させる。そして、単元指導計画の見直しや効果的な技術指導に関する指導助言をいただくことで、教員の指導力の向上を図る。 ○ 柔道の講演会を開催し、柔道に対する興味や関心を高め、生涯スポーツへとつなげる。
	③ 内容 ○ 新学習指導要領に対応した単元計画の作成とそれに基づく指導の在り方 ○ 地域の指導者と保健体育担当教員が連携した指導の在り方 ○ 柔道に対する関心・意欲を高める柔道講演会の開催

2 研究内容及び具体的な研究活動

(1) 具体的な研究課題

- ① 新学習指導要領に対応した単元計画の作成とそれに基づく指導の在り方
- ② 地域の指導者と保健体育担当教員が連携した指導の在り方

(2) 取組

- ① 新学習指導要領に対応した単元計画の作成
- ② 指導の工夫
- ③ 地域の指導者と保健体育担当教員が連携した指導の在り方
- ④ 柔道講演会の開催

(3) 取組の成果

- ① 単元計画について
○ 新学習指導要領を読み込むことで、柔道学習に関する理解を深めることができた。特に、柔道学習の学年ごとの指導の考え方や例示してある技の系統性が分かり、どの技能をどの学年で学習させるかということを明確にすることができた。また、伝統文化として押さえるべき内容を考えることができた。目指す 3 年生の姿をイメージして学習内容を段階的に考え、1 学年の単元計画を作成することができた。（資料 1）

② 指導の工夫について

- 授業の初めに 1 時間の学習の流れを示すことで、生徒たちに学習の見通しを持たせることができた。このことで、生徒の学習意欲の向上と持続につながり、授業をスムーズに進めることができた。

- 男女共習での実践は、互いにより刺激となり、男子は集中力が高まり、女子は男子の力強く素早い動きを見ることで、技のイメージをつかむことができた。



女子による固め技

- 柔道では「礼」の回数が他の種目の学習と比べとても多い。柔道の学習を通して、日頃経験することの少ない礼儀作法

(入退室や正面への礼も含む)を学ぶことができた。この「礼法」に対する意識を日常にも生かしていきたい。



礼儀作法を実践している様子

○ 地域の指導者と連携した指導により、学習内容がより充実したものとなった。また、専門家の分かりやすい指導で効果的な学習を展開することができた。

③ 地域指導者との連携について

○ 今回協力していただいた地域の指導者は教職経験が豊かな方で、授業者も大変楽しく、スムーズに連携することができた。授業前の打ち合わせでは、学習内容や指導順序、指導の分担などについて、専門的な立場から

積極的なアドバイスをいただくことができた。これは大変有意義であり、



技のポイントの指導

効果的な学習を展開することにつながった。

○ 打ち合わせの中では、柔道の歴史や柔道の現状など専門的で興味深い話を聞くことができ、柔道について理解を深めることができた。そのことで、授業者の指導力の向上と指導に対する自信も深めることができた。

○ 授業の中では、地域の指導者に技術指導を中心をお願いした。準備運動や体づくり運動も紹介していただき、生徒たちも楽しく運動することができた。また、地域の指導者の優しい人柄もあって、生徒たちは柔道の魅力に引き込まれ、意欲

的に授業に参加していった。

○ 技術指導では、技をかけるタイミングや手足の使い方など経験に基づく「コツ」を指導していただき、生徒たち



くずしの時、手の使い方における「コツ」を指導

の意欲や技能を向上させることにつながった。

④ 柔道講演会の開催（武道の啓発）

熊本大学教育学部准教授の小澤雄二先生から「私の柔道指導法」という演題で講演していただいた。

競技力向上の条件には「心技体」の充実があること、その中でも「心（精神力）」の重要性について柔道を中心に話があ



講演会の様子

た。「心」とはスポーツ全般に大いに通じることがあり、生徒は自分が行っている部活動につなげて考え、大変興味深く聞くことができた。今回の講演で、テレビでの柔道の試合中継等を観戦したり、高校等での武道選択時のよい授業を参考にしたりと、生徒がこれから柔道と関わるきっかけとなったのではないかと思う。

⑤ 地域の指導者より

○ 10時間という限られた時間の中で、柔道の特性から礼法や基本動作、4つの投げ技と2つの



立ち技の練習

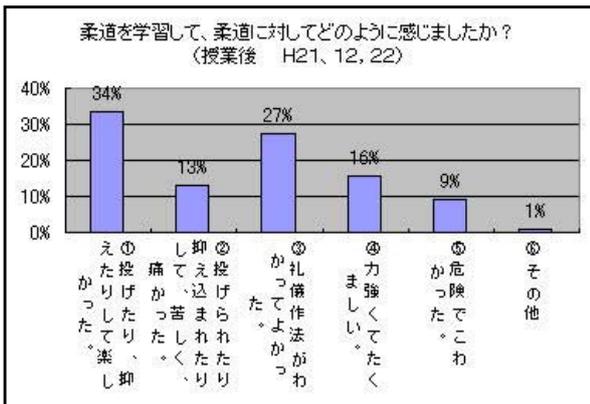
固め技、更に約束練習や自由練習まで授

業者と連携して進めることができたことで、子どもたちには柔道を楽しく学ばせることができた。

- 柔道を専門としない教員に、地域の指導者の多様な柔道経験の一部を伝えることができたことは一つの成果だった。
- 日頃、地域の子どもたちに対して柔道教室（道場）の中で教えているが、今回、中学生男女の初心者に対する柔道の授業実践を通して、基本動作や受け身などの基礎・基本の重要性など、指導の原点や個に応じた指導を見つめ直すよい機会となった。

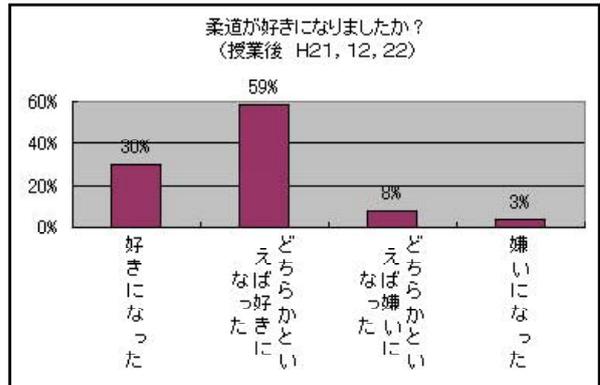
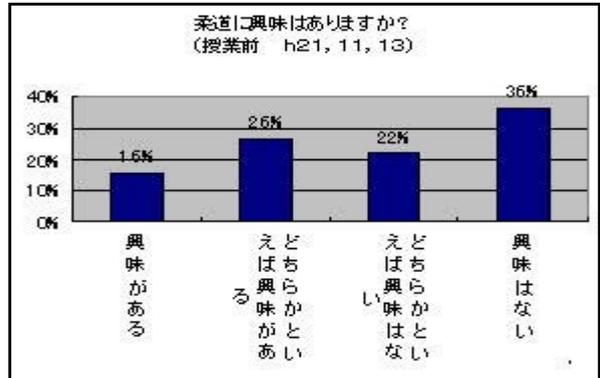
⑥ 生徒アンケートから

- 「柔道の学習を通して柔道に対してどのように感じたか？（複数回答）」の項目では、「投げたり、抑えたりして楽しかった」と答えた生徒が 34 %と一番多く、柔道の楽しさを体感させることができた。また、次に多かった項目は「礼儀作法が分かってよかった」で 27 %あった。このことは、新学習指導要領がねらっている礼節を重んじるなどの伝統文化を生徒たちが学べた証拠と考えられる。



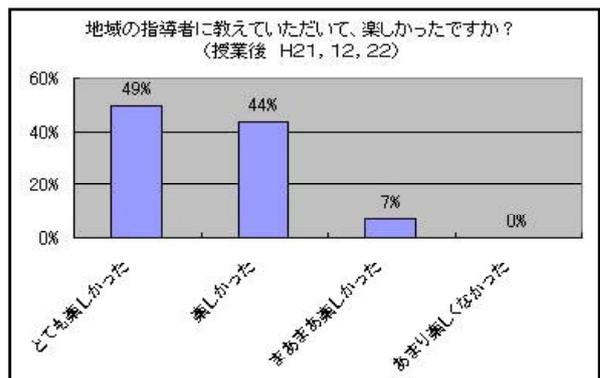
- 柔道を学習する前は「柔道に興味がある」「どちらかといえば興味がある」と答えた生徒は 42 %であったが、学習した後は「柔道が好きになった」「どちらかといえば好きになった」と答えた生徒は 89 %と倍増した。この意識の向上

は、単元計画・指導の工夫と地域の指導者と連携した授業展開によるものである。日本の伝統文化である武道（柔道）を学ぶ中で、生徒が柔道の楽しさや礼節などを理解することができたのではないかと思う。



- 一方、学習した後に「どちらかといえば嫌い」「嫌い」と答えた生徒が 11 %いた。これは、「こわいから」「痛いから」という理由が主なものであった。このことから、初歩段階の指導で、受け身や基本動作などの基礎・基本の指導に、工夫改善が必要である。

- 「地域の指導者に教えていただいて、楽しかったですか？」の項目では、生徒



全員が楽しかったと答えており、その中の 49 %は「とても楽しかった」と答えた。このことは、柔道家からの専門的な指導が、生徒の意欲的な活動につながったと考える。地域の指導者と連携した指導の成果である。

(4) 取組の課題

- 地域の指導者との連携等によって、10 時間の単元計画通りに進めることができた。しかし、初心者である 1 学年男女に対して、技能の定着を目指すためには、学習内容を精選すべきである。また、今回の学習内容を取り扱うのであれば、時数を 2 ～ 3 時間増やすことが必要である。
- 立ち技の約束練習や自由練習の中で、投げる側の技術的な未熟さ（引き手を離す、膝をつく等）や不十分な受け身から、数名の生徒が畳に頭を打ちつけてしまう場面が見られた。今後さらに安全性を高めるためには、投げる際に気を付けるポイントの徹底や正確な受け身を繰り返し練習することが必要である。
- 今回、地域の指導者には積極的にスケジュールの調整をさせていただいたり、学校では時間割を変更したりして、打ち合わせの時間を確保するように努めた。より効果的な連携を進めていくためには、打ち合わせの時間確保や内容などの充実が不可欠である。そして、その中で 1 時間の授業の進め方や技能のポイント、連携の仕方などの綿密な打ち合わせを行い、共通した認識で授業に取り組むことができれば、生徒の学習の深まりもさらに期待できる。
- 武道必修化の取り組みを進めていくためには、教員の指導技術の向上が必要である。しかし、武道の未経験者や女性の保健体育担当教員だけの小規模校の学校もあり、地域の指導者との連携した取り組みが必要と

なってくる。また、学習計画に沿った指導は部活動の指導と異なるため、授業に協力してもらう指導者の確保は大きな課題であると考えられる。

- 地域の指導者の中には「学校体育としての柔道」を経験していない指導者が多い。10 時間程度の単元計画、そして 50 分間という 1 単位時間の授業の中で、学習すべき内容を効果的に指導していくのは難しいと思われる。また、地域の指導者の絶対数の不足も予想される中、地域の指導者によってはどれだけのことを指導してもらえるのか、また、授業に快く協力していただけるかどうかは課題である。

3 研究成果の普及

○ 授業研究会の実施

玉名荒尾地区の中学校の保健体育担当教員や校区小学校の先生方の参加をいただき、授業研究会を実施した。生徒たちが楽しく元気に頑張る姿を参観され、研究会では多くの意見や指導、助言をいただくことができた。柔道学習の充実及び地域への普及啓発につなげることができた。

4 今後の展望

今回初めて女子の指導に取り組むことができたことは大変有意義であった。柔道を専門とする地域の指導者との連携によって、子どもたちは柔道の魅力を体感し、意欲的に活動することができた。そして、保健体育担当教員の柔道学習の指導力の向上にもつながった。

今後更に『生徒が自ら学び自ら考え、意欲的に取り組む柔道学習を目指して』、柔道学習の充実にも努め、我が国固有の伝統と文化に触れさせるとともに、生涯にわたって運動に親しむことができる能力を育成していきたい。

ねらい	① 相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの攻防を展開しながら、技ができる楽しさや喜びを味わうことができる。 ② 柔道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。 ③ 柔道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。											
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
課題	柔道の特性や学習の流れを知る（オリエンテーション）	ねらい1「柔道の基礎・基本となる技能を身につける。」					ねらい2「グループで協力して練習し、自分に合った得意技を身につける。」		ねらい3「身につけた技を使って、やさしいルールで簡易な試合を楽しむ」			
活動計画	0	①柔道衣着用、②準備・補強運動（ジャンプ・ツイスト・腕立て伏せ・腹筋・背筋・スクワット） ③整列・挨拶・出欠確認と健康観察 ⑤本時の目標・活動内容の確認										
	5	④受け身をマスターする。（後ろ受け身 ・ 横受け身 ・ 前回り受け身）										
10	オリエンテーション ①柔道の特性を知る（副読本など） ②学習のねらいと進め方を知る・単元と1時間の進め方 ③道衣の着方、帯の結び方 ④正座や座礼・立礼のポイントを知る ⑤技の系統を知る。進退動作、崩しと体さばき受け身、投げ技・固め技	①基本動作を練習する ・姿勢 ・進退動作 ・八方崩し ・体さばき ②受け身の練習をする ・前受け身 ・後ろ受け身 ・横受け身 ・前回り受け身 ③固め技を練習する ・けさ固め ・横四方固め	固め技を行い、更に体をほぐすと共に、固め技の技能を高めよう。（けさ固め・横四方固め） （ ・形の確認 ・抑えた状態から ・正対してから ・背中合わせから ） けさ固め 横四方固め ・防御姿勢（亀）の返し方					身につけた技を使って、簡易な試合をしてみよう ○固め技の簡易な試合 ○投げ技の簡易な試合 ○まとめ（評価）				
15	④受け身をマスターする。（後ろ受け身 ・ 横受け身 ・ 前回り受け身）											
25	投げ技とその受け身を身につけよう。 自分にあった得意技を見つけ練習しよう。 グループ（ペア）で協力して、得意技を練習し、技能を高める。 かかり練習 約束練習 自由練習											
30	・八方くずしと体さばきを一体化させ、受け身と関連させながら練習をする ・受け身の練習をする 後ろ受け身 横受け身 前回り受け身 ・ひざ車（支え釣り込み足） →横受け身 ・大腰（体落とし） →横受け身 ・大外刈り（大内刈り） →後ろ受け身											
45	① 整理運動、②柔道衣片付け、③整列、④本時のまとめ、⑤評価、⑥次時の予告・挨拶											
50												