文部科学省委託
佐賀県武道等指導推進事業（柔道授業研究）

地域の外部指導者との連携を通して安全で効果的な授業の実践例

佐賀県小城市立牛津中学校
校　長　　永 田　彰 浩
体育担当者　宮 﨑　　豊
全校生徒数　304 名（男子 178 名,女子 126 名）
第２学年　　110 名（男子 61 名,女子 49 名）

１　研究テーマ

武道必修化に向けた武道（柔道）の安全で効果的な授業を目指して
～地域の外部指導者との連携を通して～

２　研究のねらい

（１）　地域の武道（柔道）指導者と連携して，基礎・基本の充実と技能の向上を図る。
（２）　地域の武道（柔道）指導者との連携の在り方や指導方法について研究を深める。

３　研究の進め方

地域の指導者（柔道）と保健体育科教員との連絡会の設置
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実施。
授業前・授業後の打合せ
（本時の学習内容・指導内容の確認と授業後の評価・課題内容明確化）
授業終了後の評価会議（指導を通しての感想や意見交換等）

４　研究の概要

地域の指導者の協力を得た学習指導の推進

地域の指導者は，本校，柔道部の卒業生で，時折，中学校の部活動の練習に参加し，後輩の指導をしてくれる。また，学生ボランティアとしても本校の特別支援学級の学習支援のため定期的に来校している。よって，本校生徒となじみ深いという理由で，彼に武道（柔道）の指導を依頼した。

実際の授業においては，本校の体育教師は，柔道の高段者と未経験者の２名で指導しており，地域の指導者と連携することで，生徒へのよりきめ細かな指導を図ることができた。

（２）武道の指導の工夫

①　礼儀を重んじ，常に相手を尊重しながら学習に取り組ませることを確認した。
②　安全な学習指導を重点に，基本動作や受け身，補強運動などを継続的に指導した。
③　投げ技の習得を図るために，足運びシートや学習ノート，拡大した壁資料を作成した。
④　基本動作や技の指導を男女別に指導することで，生徒のつまずきや疑問にもすぐに対応することができた。

○児童生徒の安全を確保するために配慮（工夫）したこと

１　受け身の指導に重点をおき，毎時間継続的に授業の始めに取り組ませた。また，補強運動として前後のブリッジ運動を行い首の強化を図った。
２　安全を配慮し，体重別にグルーピングを行い，極端な体格差をなくし，練習場所の指定も行った。
３　投げ技の練習では，引き手を必ず離さず，軽く引くよう指導を徹底した。また，背負い投げなど勢いのある技や受け身に不安のある場合には，投げ込みマット等を利用した。
４　禁止技や危険な技については，指導を丁寧に行い，理解を深めた。

○成果と課題

1　基礎・基本の動きに重点を置き，継続的に繰り返すことで，動きに自信を持ち積極的に取り組む姿が多く見られるようになってきた。特に受け身では，技の練習をする際に女子の中にも投げられるのを怖がらず，自ら跳びあがりながら投げられる生徒も出てきた。

2　柔道の礼法に重点を置いて取り組ませたことで，相手を尊重し，思いやり、感謝する気持ちも徐々に高まってきた。道場の出入りに際に，声を出して挨拶する生徒が多く見られるようになってきた。

3　地域の指導者との連携により，技の指導や礼儀作法など，きめ細かな指導ができた。さらに，足運びシートや壁資料等を利用して，自ら積極的に技能の習得を図ろうとする生徒が多く見られるようになった。

4　３人体制で指導することで，基本動作や技能習得に十分配慮することができ，安全な授業展開につながった。また，毎時間の生徒の習得状況を把握でき，次時につなげることができた。

5　地域の指導者と役割分担を明確にすることで，効果的な指導をすることができた。高段者の体育教師が全体的指導を，地域の指導者が実技的な指導，未経験者の教師が生徒の立場となり，疑問点などを出し合いながら指導を行うことができた。２年生の授業のみ地域の指導者を導入したので，１年生の授業から導入することで，より効果が上がるのではないかと考期待される。

○研究内容

1　準備運動・補強運動

・通常の準備運動に加え，首の筋力を高めるための後方・前方ブリッジ毎時間行った。

・首の補強をすることで受け身の際に自然と力が入り，頭部をしっかりと支えることができるようになった。

前ブリッジの様子

2　受け身の練習

（横回り受け身）の様子

前回り受け身の様子

・横回り受け身は、横受け身の練習動作の一つで，両手・両膝をついた状態から横回転しながらある程度勢いをつけて，横受け身の練習を行わせた。

・前回り受け身より横回り受け身に重点をおいて指導を行った。

3　固め技の練習（うつ伏せの相手を返して固め技に入る練習）

外部指導者による説明

固め技に入る練習の様子

4　足運びシートを活用した得意技の練習

・足運びシートは，透明シートに左右色分けをした足形で，足さばきの順序を貼りつけ，持ち運びできるように工夫した。また，中央に赤のラインを引くことで足の位置をしっかりと把握して動けるようになった。止まっている相手に対してのものと、移動しながらのものの２種類を準備した。

各技ごとの足運びシート

シートを活用した練習の様子

5　基本動作や固め技・投げ技の拡大シート

・生徒が利用しやすいように拡大して壁に掲示した

6　授業の事後アンケート結果

・各項目で，ほとんどの生徒が「あてはまる」，「ややあてはまる」と回答した。特に，昨年度と比較して「友達との教え合い」や「友達の動きを見てアドバイスができた」の項目が増えている。生徒が，基本動作や技を理解し，自主的な活動ができるようになった結果であると考えられる。

【授業後アンケート結果】回答者　男子　60名　女子　48名　計108名

質問項目 4:「あてはまる」　3:「ややあてはまる」 2:「ややあてはまらない」　1:「あてはまらない」		今年度授業後								昨年度授業後							
		4		3		2		1		4		3		2		1	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1	楽しかったか。	48	33	10	13	2	1	0	1	41	21	10	19	6	7	1	0
2	積極的･意欲的に参加したか。	42	37	17	10	0	1	0	0	31	23	19	21	7	3	1	0
3	友達と教え合いができたか。	41	39	14	9	4	0	1	0	30	24	11	15	14	8	3	0
4	友達の動きを見てアドバイスをすることができたか。	25	25	21	14	9	9	2	0	15	3	14	19	21	20	8	5
5	礼儀･作法を意識して授業に参加したか。	48	39	12	9	0	0	0	0	32	20	14	16	12	11	0	0
6	安全面に注意して練習できたか。	38	38	20	10	1	0	1	0	36	34	15	11	7	2	0	0
7	得意技を持つことができたか。	42	29	8	13	5	6	4	0								

・事後アンケートの結果，９割以上の生徒が，楽しかった，積極的・意欲的に参加できたと答えている。また，礼儀・作法については，すべての生徒が意識して参加している。生徒の感想からは，地域の指導者に対して「わかりやすく教えてもらった」「熱心に教えてもらって嬉しかった」など，学習の成果に結びつけることができた。

7　終わりに

地域の指導者と連携して授業を展開することで，生徒へのきめ細かな指導が十分に行うことができた。また，基本動作や受け身などつまずいている生徒への個別指導も可能となり，安全面に配慮ができたと考える。得意技の習得にも足運びシートを活用して，意欲的に取り組むことができた。また，男女共修で行ったが，女子の意欲的な取り組みを見ることができた。

第２学年保健体育科学習指導案

日　　時　平成２４年１２月１３日（木）
学　　級　２年２・３組　男子 42 人女子 32 人
指 導 者　教諭　宮崎　豊　（Ｔ１）
　　教諭　北村　さつき（Ｔ２）
地域の指導者　上瀧　浩然（Ｔ３）
場　　所　津武館（牛津武道館）

１　単元名　　武道（柔道）

２　単元の目標
（１）技ができる楽しさや喜びを味わい，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することができるようにする。
（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・安全に気を配る事ができるようにする。
（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ようにする。

３　運動の特性
柔道は，柔術から発生した我が国固有の文化であり，相手の動きに応じて，基本動作や基本となる技を身に付け，相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって，勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また，柔道に積極的に取り組むことを通して，武道の伝統的な考え方を理解し，相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する運動である。

４　生徒の実態
２年生は，運動を好む生徒が多く，授業に対して前向きな姿勢である。新体力テストの結果は，男女共に県平均レベルであるが，個人差が見られる。運動部の加入率は８７％と高く，ほとんどの生徒が毎日運動をしている。
柔道に関しては，昨年の授業が楽しかった（あてはまる・ややあてはまる）と答えている生徒は「８３％」と高い。また，積極的・意欲的に参加したと答えている生徒は「９１％」と柔道に対する気持ちは前向きである。
男子の中には，得意技として「体落とし」「大外刈り」「大内刈り」「小内刈り」などの技名をあげている生徒がいたことは，意欲の高さを感じられる。女子はほとんどを技を忘れているようだが，「固め技」が楽しかったという生徒の割合が高かった。
武道の特徴とも言える「礼儀・作法」については，意識して授業に参加したと答えている生徒がほとんどであったが，彼らの「礼儀・作法」とは，正座や礼の仕方という外見に止まっており，相手を敬う，感謝するというところには達していない。
今回の授業で頑張りたいことは男女ともに「技術を向上させたい」という生徒が多かったものの，「礼儀を身につけたい」「心身を鍛えたい」などの精神面の向上を目指している生徒の数も目立っていた。
安全面については，意識をして授業に参加している生徒の割合が高いものの，男子の中には時々乱暴な行動を見かけられる。

【柔道の事前アンケートの結果】

回答の選択肢

４：「あてはまる」　３：「ややあてはまる」　２：「ややあてはまらない」　１：「あてはまらない」

【昨年の授業について】　（単位：人）

質問項目		4		3		2		1	
		男	女	男	女	男	女	男	女
1	楽しかったか。	41	21	10	19	6	7	1	0
2	積極的・意欲的に参加したか。	31	23	19	21	7	3	1	0
3	友達と教え合いができたか。	30	24	11	15	14	8	3	0
4	友達の動きを見てアドバイスをすることができたか。	15	3	14	19	21	20	8	5
5	礼儀・作法を意識して授業に参加したか。	32	20	14	16	12	11	0	0
6	安全面に注意して練習できたか。	36	34	15	11	7	2	0	0

※礼儀・作法で気をつけたこと

＜男子＞

・礼をしっかりすること。座る時は正座で座ること。

・相手に対する態度（１）相手を傷つけない（１）

＜女子＞

・礼や正座の仕方。

・先生や友達に対する態度（１）

※得意技

＜男子＞　体落とし，大外刈り（４），大内刈り（１），小内刈り，背負い投げ（１）

＜女子＞　本けさ固め（１），固め技（１），大外刈り（１）

【今年の授業について】

・頑張りたいこと　（単位：人）

項　　目		男子	女子	合計
1	技術を向上させたい。	４０	２５	６５
2	技術を向上させるために工夫や努力をしたい。	２２	１５	３７
3	礼儀を学びたい。	１６	２４	４０
4	喜びや楽しさを味わいたい。	２７	３３	６０
5	人間性を高めたい。	７	１７	２４
6	武道の精神を学びたい。	１４	７	２１
7	心身を鍛えたい。	３３	１４	４７

５　教師の指導観

昨年度の授業のアンケートより柔道の授業に積極的・意欲的に参加したいと考えている生徒が多く，技能の向上とともに礼法等を通して相手を敬い，感謝する心と思いやりの心を育てていきたい。授業を実施する上では，基本動作や基本となる技の習得を図るために地域の外部指導者を招聘してより細かな指導と安全に配慮した指導を行う。身を安全に守るために受け身を重視し，基本的な受け身を継続的に指導する。技の習得については，固め技において，基本的な固め技の形の習得を図り，攻防の仕方を指導していく。また，投げ技について既習の技の練習とともに新しい技を練習し，学習ノートの資料や足運びシート等を活用して自ら積極的に活動し,自分に合った得意技を習得できるよう支援していく。

礼儀や相手を尊重する態度については，授業のはじめと終わり，活動のそれぞれの場面で自然と身につくようにさせたい。授業の最後には，簡易試合を実施し，試合の行い方や審判法にも触れさせたい。