■シリーズ■

中学校武道

―授業の充実に向けて⑲⓪―

――「今」の時代の武道授業を追い求めて――⑲

（協働的な学びを取り入れた柔道授業）

福岡県福岡市立千代中学校　主幹教諭　坪根一美

「柔道」と出会い40年が過ぎた今、町道場の恩師に教わった言葉は今でも鮮明に覚えています。「礼に始まり、礼に終わる」。今は自身が柔道の指導者となり、その言葉を生徒に継承しています。

中学校保健体育科の教諭である私は、武道が必修化され柔道の授業をどのように展開していくかについて、今現在も日々模索しています。今回、令和の日本型学校教育を見据え、私なりに考えた固め技の授業展開例を紹介させていただくことになりました。このような機会をいただいたことに心より感謝申し上げます。

1　はじめに

令和6年度中学校武道授業（柔道）指導法研究授業の研究者として、固め技を担当させていただきました。第15回全国中学校（教科）柔道指導者研修会（令和6年10月18～20日）に参加し、これまでの柔道の授業を振り返るとともに、今後の令和の日本型学校教育の中で、どのように柔道の授業を展開していくかについてその展開例を紹介させていただきました。

過去に参加した、「平成27年度子供の体力向上指導者養成研修（西部ブロック）」の技能の程度に応じて、攻防の楽しさを味わわせる部会「伝統的な運動（柔道）をとおして動きの質を高めるコース」で学んだことも含め、今まで行ってきた柔道の授業を振り返り、これからの実践に役立てていきたいと思っています。

2　令和の日本型学校教育に至るまで

平成24年度より中学校の武道授

業が必修となり、一斉指導の形で柔道の授業をスタートしました。しかし、平成29年3月に公示された学習指導要領において、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善の推進が求められ、一斉指導から交流活動やペア学習を取り入れた授業展開に変えて授業を行いました。当時、保健体育の学習指導における、「思考力、判断力、表現力」の育成を目指した授業づくりへの工夫が私の課題でした。そこで、柔道の授業で交流活動における思考ツールと、ＩＣＴ（情報通信技術）機器を通した思考力、判断力、表現力を育てていきたいと考え、授業研究を行いました。令和3年答申では、「すべての子どもたちの可能性を引き出す、個別最適な学びと協働的な学びの実現」が提言されています。

現在、「令和の日本型学校教育（中教審令和3年1月）の姿」が示され、その中で主体的、対話的で深い学びの実現のために、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実が求められています。そこで、柔道の授業に探究的な学習や体験活動などを盛り込み、生徒同士が多様な他者と協働しながら他者の意見を尊重し、課題解決に向かえるような授業展開に変えるため、さらなる研究を進めています。

3 本校の「つながり学習」をヒントとして

本校では、総合的な学習の時間で「つながり学習」を行っています。つながり学習では、ＳＳＴ（ソーシャルスキルトレーニング）やＳＧＥ（構成的グループエンカウンター）などのグループワークを取り入れています。ＳＳＴとは、対人関係などのスキルを身に付けることによって、学校などでの社会生活を円滑に営んでいくためのプログラムです。ロールプレーやゲーム形式の活動などを通して、実際に困った場面で課題解決型の体験をし、自分の特性に合った適切な振る舞いなどを学んでいくことができます。ＳＧＥとは、集団学習体験を通して、自己発見による行動の変容と人間的な自己成長をねらい、本音と本音の交流や感情交流ができる親密な人間関係づくりを援助するための手法になります。「構成的」とは枠（①時間、②グループサイズ、③エクササイズ、④ルール）を設定することです。すなわち、枠を設定した上での集団体験を通して本音と触れ合うことで自己発見を促し、人間的な自己成長をねらう活動になります。この二つの手法を取り入れ、柔道の授業展開を考えてみました。

4 けさ固めの導入・授業展開の工夫（単元計画4／8時間目）

今回紹介する柔道授業は、単元計画の中の固め技の一部になります。その授業展開の一例を紹介します。

(1)出欠の確認・挨拶・グルーピング（4～6人）

(2)準備運動と補強運動

①体幹の補強

②柔軟性の補強

(3)前時までの復習と本時のめあての確認

(4)課題解決型のグループ活動

(5)グループ発表

(6)習得した技の再確認と反復練習

(7)本時の学習の振り返り

この授業展開の(1)では、グルーピングをどう行うかが鍵になります。配慮するべき点としては、柔道経験者や柔道部員などの配置をどのように行うかが挙げられます。また、柔道の授業を行う時期の前後にはどのような学校行事や学級での活動があるのか、日頃の学年・学級の人間関係はどうかなど、このようなことを、理解したうえでグルーピングを行い、多くの工夫や仕組みを入れていきます。

(2)の準備運動では、柔道の特有な動きを身に付けるための基礎運動を中心に作成された体操などを行います。補強運動からは、本日活動していくグループのメンバーと一緒に行うことで、(4)の課題解決型のグループ活動の対話的な学習が活発に行われます。①体幹の

①情報カードを確認する生徒

②情報を伝え合い、技を完成させる生徒

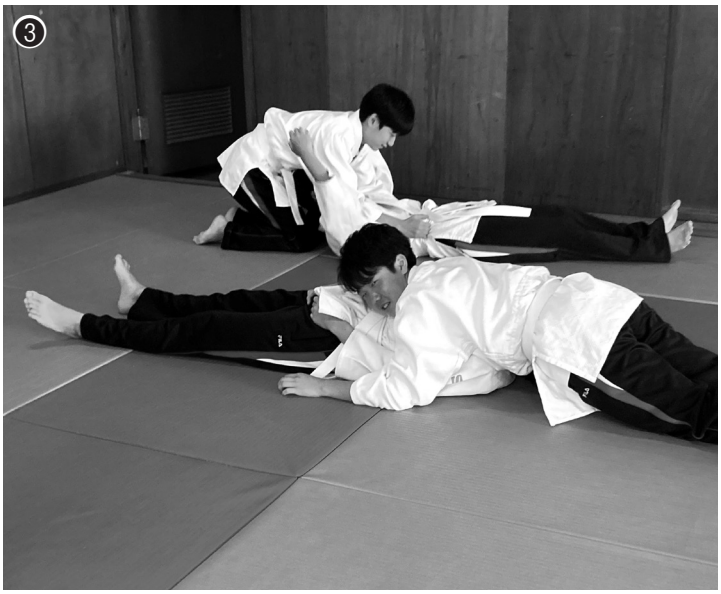
③④情報カード通りの技なのか、最終確認

補強では、円になりプランクをした状態で会話を行います。柔道に関する問いでも、学校生活に関する問いでも構いません。一人一人が答えることで、グループの相互理解とアイスブレーキングに繋がります。また、ここでの体験により、休み時間の会話が弾むことも期待できます。②柔軟性の補強では、チームでの協働が必要不可欠です。協働することで課題解決できるような動きの課題を提示します。そうすることで⑷の活動において、チーム全体で解決しようという機運が高まります。

⑶前時までの復習では、これまでに学習した知識や技術を中心に振り返ります。グループでどの知識や技能の復習を行うかについて意見交換し、一つにまとめ、グループ全員で同じことを練習し、全体で発表します。決められた時間内で復習する内容を決定し、練習を行い発表まで繋げるためにはチームワークが必要となるため、必然的に対話が活発になると考えられます。そこで、発表する前にグループで円陣を組ませ、その時

のかけ声も自分たちで考えさせます。さらに、かけ声には「柔道の授業で学んだ用語を使用するように」という課題を設定します。この短時間の中で、用語の復習、技能の復習が入ることにより、発表時に全体で過去の授業の振り返りを行うことができます。

⑷課題解決型のグループ活動では、まず、今から行う活動のルールを説明します。本時の学習で身に付けてほしいさまざまな固め技の写真が掲載されている情報カードを活用します。①情報カードを見に行くのは、各グループから一人ずつになるため、その順番を決めさせます。②活動場所からカードがあるところまでは、約5～10秒（各授業で設定）で移動をします。その移動は、「前進つぎ足」で行います。③情報カードを見る時間は5秒間とします。④その後、活動場所までは、「左右つぎ足」で戻ります。⑤カードの情報を20秒間でグループの仲間に伝えます。伝え方は自由です。言葉を使用したり、体を使ったりして表現します。この時に、仲間の表現方法を否定したり、遮ったりしないことを伝えます。⑥タイマーをセットし、ブザー音を意識するよう指示を出します。生徒の活動の中に柔道の授業で学んだ動きを取り入れることで、復習に繋がるとともに運動量の確保にもなります。教員は生徒の成果と課題を確認し、評価をしながら、時間を増やしたり発表準備をさせたりします。


③

④

⑸グループで発表を行い、他のグループの成果を全員で称え、学習の成果を分かち合います。

⑹必要に応じて、教員から技の補足説明を行います。または、柔道部員や柔道経験者がいる場合は、生徒から説明をさせることもあります。その後、ペアで固め技の形の確認を行います。評価計画に応じて、評価の精度を高めるためにタブレットで撮影を行います。または、次の時間に生徒に動画を撮影させ、教員に送信させる方法もあるかと思います。

⑺本時の学習の振り返りでは、めあてを達成できたかどうかの確認を行います。学習の成果と課題をタブレットに入力し、生徒から教員に送信させることで、教員が

情報カードを見てつぎ足を学ぶ生徒たち

学習内容を評価するとともに、次時以降の授業へのフィードバックにも使用することができます。

5 受講者の声

第15回全国中学校（教科）柔道指導者研修会（10月18～20日）の受講者に、固め技の授業展開例を生徒役として体験していただきました。

⑴固め技の授業展開例を体験されての率直な感想をお書きください。

・生徒が自然にコミュニケーションを取れる工夫があり面白かったです。何をするのだろうというワクワクする気持ちで取り組めました。さまざまな授業で活用していきたいです。

・写真を見てお互いにヒントを伝え合うことで、生徒同士での学び合いに繋がると感じました。私たち教師が教える、見せるだけでなく、柔道がわからなくても見て伝え合い、考え、実践に移すこともとても大切だと思いました。今後の授業で実践しようと思います。

・活動時間も多く、退屈しませんでした。全く知らない人たちと気兼ねなく会話できる関係になり、満足度の高い授業でした。

・ジグソー法を利用したようなやり方で、写真から情報を得て、それを伝えて形にする。すごく生徒に寄り添った学習内容だと感じました。

・対話を中心とした授業展開で、ただ教員側が教え込むよりも、自分たちで考えてゴールを目指すので、とてもその後の学びに繋がる授業だと感じました。

・正解をすぐに教えるのではなく、ゲーム感覚で一度考えさせることが新鮮でした。技能を身に付けるのが早くなるだけでなく、言語活動にも繋がると思いました。

⑵固め技の授業展開例の魅力は、どの部分だと考えられますか？

・ポイントがわかれば全員ができると実感できるところ。

・生徒同士の学び合い。

・技を完成できた達成感を感じられるところ。
・分かりやすく、対話が生まれるところと技能の習得が図れるところ。
・柔道をする上で怖いという概念がなくなる気がするところ。

(3)この固め技の授業展開例の課題はどこにあると思われますか？
・時間内に収めるのが難しそう。
・固める際に、首を痛めてしまったり、慣れない動きでケガに繋がったりしそう。
・けさ固めがいつ必要になるかを伝えるのが難しそう。
・全く柔道を知らない私としては、固め技とは何か、いつ使えて、どこに面白さがあるのかを生徒に伝えられるか不安なところ。
・環境（道場の広さ、教員の手がどれだけ届くかなど）によって授業展開を変えなければならないところだと感じます。専門外の教員でも工夫しやすい授業となりますが、展開の部分で臨機応変に対応できるか教員の技量がかなり試される気がしました。
・写真を見て仲間に伝える部分で、言語化できない生徒への対応が課題である。

6 勤務校における生徒の声

(1)情報を伝え合いながら、課題に取り組み仲間と一緒に技を完成させていく柔道の授業はどうでしたか？
・仲間と協力して、お互いに助け合って、とても楽しかった。仲間と技をつくり上げることで達成感があった。
・情報カードを限られた時間しか見られず仲間を頼るしかないため、仲間に「次この部分を見てきて」と言い、自然とコミュニケーションが取れていた。また、体も動かしながらだったので退屈になることがなかった。
・見たものをそのまま伝えるのは難しかった。ゲームみたいな感じですると、先生方に教えてもらうだけよりも記憶に残りやすいと思った。仲が深まった気がする。
・早く行って写真を見て、戻ってきて忘れる前に時間内に伝える緊迫感の中で、表現力を鍛えながら柔道の技も知ることができるので、とても楽しい授業だと思った。

日本武道館の単行本

漫画家・別府大学教授
田代しんたろう 著

マンガ・武道のすすめ

柔道は、大澤慶己、長谷川博之、腹巻宏一
吉村和郎、山内直人の5氏を掲載！

B5判・236頁

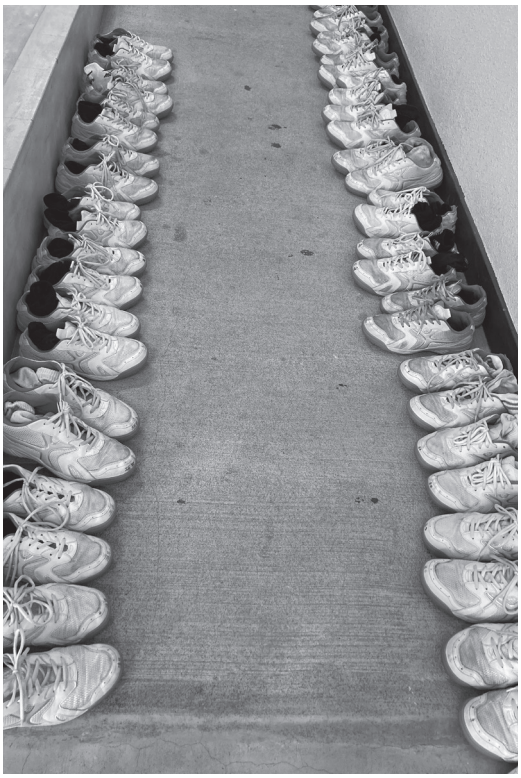
大人も子どもも読んで読んで楽しく、ためになる武道教養マンガ。

お問い合わせ・ご注文は
日本武道館出版広報課まで
TEL 03-3216-5147

・いつもは話さない人とでもコミュニケーションが取れる授業だった。教え合うことで仲間意識が芽生える。
・あまり話さないクラスの友達と協力しあい、課題に取り組んでいく楽しさがあった。

(2)この授業に積極的に参加できた理由を教えてください。

・友達と協力することは、今後の修学旅行にも繋がってくると思うし、チームワークを高めることができたから。
・仲間たちと伝え合う目標ができてみんなで頑張れるので達成感があったから。
・仲間と一緒に活動することによって、覚えるのがなんとなく早かった気がしたから。
・普段あまり話さない人と交流ができたから。
・自分が見逃した部分を仲間が見てきて伝え、技ができた時には、達成感があったから。
・友達と「ここがこうだった」など話し合いながら伝え合って協力することで、団結できて楽しかったから。



武道場入り口

7 まとめ

今回、第15回全国中学校(教科)柔道指導者研修会の受講者の方々から、貴重な意見をいただくことができました。課題として、安全面への配慮、人数に応じた学習内容や場の設定をどのように行えばよいか、また、連動される固め技への一貫性をどの場面で説明するとわかりやすいのか、さらに、言語化できない生徒への配慮をどのように行うべきか、柔道専門外の先生方が自信をもって取り組むことができる授業展開例などが挙げられました。

今後は、これらの課題解決のために、自らが探究心をもち、主体的かつ継続的に新しい知識と技能を学び続けようと思っています。そして、生徒の学びを支援する伴走者として、令和の日本型学校教育でのあるべき教師の姿を具現化し、新たな目標をもって研鑽(けんさん)し続けていきます。

◎日本武道館の単行本

剣道 その歴史と技法 埼玉大学名誉教授 大保木輝雄 著
四六判・上製・516頁・定価2,640円
本書は戦国末期から江戸時代初期を起点に、今日に至るまでの剣道の歴史的発展の経緯を示した。戦国期以前の剣術の有り様を認識した上で改めて各時代の流れに沿った剣道史を考えてみたいという筆者の思いを実現すべく、連載終了後5年のときを経てついに単行本化。

空手道 その歴史と技法 小山正辰・和田光二・嘉手苅徹 著
四六判・上製・548頁・定価2640円
空手は沖縄で発祥し、日本本土に伝承され、今や世界のKARATEとなった。その歴史と技法を、那覇系剛柔流の小山正辰氏、首里系松濤館の和田光二氏、沖縄空手研究の第一人者である嘉手苅徹氏の共同執筆で重層的に紐解く。嘉手苅氏が発見した剛柔流の開祖・宮城長順の最新の事実、小山・和田の両世界チャンピオンのエピソードなども満載。空手の真髄に迫る白眉の一冊。

合気道 その歴史と技法 合気道道主 植芝守央 著
四六判・上製・362頁・定価2,640円
世界140の国と地域、国内2,400の道場・団体で愛好される合気道。開祖・植芝盛平翁の生涯、植芝吉祥丸二代道主による普及・振興、さらなる発展に繋げた現道主による取り組み。その歴史の中で培われ伝え続けてこられた合気道の理念、それを体現する稽古法、基本的な技法の解説……合気道の全てを網羅した決定版。

ご注文・お問い合わせ
(公財)日本武道館 月刊「武道」編集部
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3
TEL 03-3216-5147 FAX 03-3216-5158
https://www.nipponbudokan.or.jp