

## 多様な武道等指導の充実及び支援体制の強化 武道推進モデル校 研究報告

### 柔道・少林寺拳法

周南市立住吉中学校（山口県）

電話番号 0834-22-8850

メールアドレス sumiyoshichu@shunan.ed.jp

#### ●実践研究のねらい

- 柔道・少林寺拳法の2種目を実践することで、武道に対する意欲や関心を高めるとともに、武道における基本動作などの理解を深める。
- 専門の技能を有する地域スポーツ指導者から学ぶことで、生徒の技能習得とともに、教員の指導力向上も図る。
- 日本が大切にしてきた伝統や文化を重んじ、日常生活にも生かしていこうとする心を育てる。

#### ●多様な武道の指導モデル 1 学年（2学級41名）・2学年（2学級42名）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
種目	少林寺拳法		柔道									
学習の流れ	準備、準備運動		準備・準備運動（受け身の練習含む）									
	基本諸法	小手抜	柔道について知る	受け身について知る	抑え込む方法を考える	けさ固め	横四方固め	けさ固め	けさ固めの練習	横四方固めの練習	練習	練習
	法形の内受突	中段逆突き		受け身の練習	けさ固め、横四方固めについて知る			けさ固めを崩す	横四方固めを崩す	横四方固め	けさ固めの簡易ゲーム	横四方固めの簡易ゲーム
	上受突	切抜きから中断逆突き				受け身	抑え技のまとめ					
	講話・片付け		講話・片付け									

#### ●指導の工夫

##### 1 効果的に指導するための工夫

- ① 1年生、2年生共に少林寺拳法と柔道を地域の指導者に指導していただいた。
- ② 少林寺拳法については、複数の指導者に来校していただき、個別指導が充実していた。指導内容も基本動作から、組手中心の取組で生徒の興味が湧きやすい工夫がされていた。また、武の意義や少林寺拳法の目指す人間像の話もあり人間力を磨くことも考えられていて、心と体の調和を図ることができた。
- ③ 柔道については、毎時間地域のスポーツ指導者の方に実演していただいたり、細かい基本動作を教えていただいたりしながら学習に取り組むことができた。安全に身を守るための受け身を必ず毎時間行い、固め技の入り方や返し方をおさえて、固め技の攻防を展開することができ、武道に対する関心や意欲を育むことができた。

## ●授業の様子



【 少林寺拳法 】

指導者から丁寧に教わりながら基本の動作を行った。基本動作から組手中心の活動を行った。



【 柔道 】

武道の基本動作となる受け身や固め技について、安全に配慮して、動きを一つひとつ確認しながら行った。

## ●生徒の取組み方や意識の変容、感想など

<p>1. 多様な武道（※2種目以上または、柔道、剣道、相撲以外の武道）を学習したことで、武道への関心は高まりましたか。</p>	<p>2. 多様な武道を学習したことで、伝統的な考え方や行動の仕方への理解は深まりましたか。</p>	<p>3. 多様な武道を学習する授業は楽しいですか。</p>																								
<table border="1"> <tr> <td>高まった</td> <td>32.4%</td> </tr> <tr> <td>やや高まった</td> <td>48.5%</td> </tr> <tr> <td>あまり高まらなかった</td> <td>8.8%</td> </tr> <tr> <td>高まらなかった</td> <td>10.3%</td> </tr> </table>	高まった	32.4%	やや高まった	48.5%	あまり高まらなかった	8.8%	高まらなかった	10.3%	<table border="1"> <tr> <td>深まった</td> <td>26.5%</td> </tr> <tr> <td>やや深まった</td> <td>52.9%</td> </tr> <tr> <td>あまり深まらなかった</td> <td>10.3%</td> </tr> <tr> <td>深まらなかった</td> <td>10.3%</td> </tr> </table>	深まった	26.5%	やや深まった	52.9%	あまり深まらなかった	10.3%	深まらなかった	10.3%	<table border="1"> <tr> <td>楽しい</td> <td>42.6%</td> </tr> <tr> <td>やや楽しい</td> <td>41.2%</td> </tr> <tr> <td>あまり楽しくない</td> <td>8.8%</td> </tr> <tr> <td>楽しくない</td> <td>7.4%</td> </tr> </table>	楽しい	42.6%	やや楽しい	41.2%	あまり楽しくない	8.8%	楽しくない	7.4%
高まった	32.4%																									
やや高まった	48.5%																									
あまり高まらなかった	8.8%																									
高まらなかった	10.3%																									
深まった	26.5%																									
やや深まった	52.9%																									
あまり深まらなかった	10.3%																									
深まらなかった	10.3%																									
楽しい	42.6%																									
やや楽しい	41.2%																									
あまり楽しくない	8.8%																									
楽しくない	7.4%																									
<p>○ 武道の技などいろいろ知れたので楽しかったです。これから習った技などを正しく使えたらいいなと思いました。</p> <p>○ 始めたころは難しく嫌になることもあったけどだんだん慣れてきて楽しくなったのでまたやりたくなった。</p> <p>○ 武道の楽しさや受け継がれた意志を理解できた。</p> <p>○ 最初は難しかったけど、やっていくうちに技がわかり、できたら楽しかったです。</p>																										

## ●成果

- 武道に対して興味・関心が低い生徒もいたが、授業後は武道に対する関心が高まった様子であった。
- 少林寺拳法は、短時間の取組であったが、礼に始まり、相手を意識した組手中心の取組の中で、楽しさを実感しながら活動していた。
- 1年生はこれまでに取り組んだことのない活動を行うことで、関心の幅が広がった。多くの武道に触れることは、生涯スポーツの実践にもつながると思われる。

## ●課題

- 時間数が多い場合、指導者が少ないと、指導者の負担が大きくなる。
- 武道の良さや、伝統的な作法まで学ぶことができたので、来年度も続けていきたい。その際、武道の授業に入る前にマット運動に取り組んでおくことで、武道の学習にスムーズに入ることができると考えられるので、単元構成にも着目して授業を仕組んでいきたい。
- 安全に取り組むために、柔道においては指導者が1名だったので複数の指導者の要請ができればよい。