

柔道の学習指導の手引き

目 次

1	柔道 単元計画	P 2
2	柔道授業展開の流れ	P 3
3	学習指導案 入学年次	P 7
4	学習指導案 2年次	P 17
5	学習指導案 3年次	P 29
6	資料	
	・DVD資料	P 41
	・中学校学習指導要領解説抜粋	P 67
	・長野県内少年柔道クラブ 道場名簿2010	P 68

中学校武道必修化にむけた地域連携指導実践校事業に係る 柔道 単元計画

1 柔道授業の導入にあたり

初めて柔道の授業を受ける生徒に、その1時間目で「武道の特性」、「礼の意味」、「精力善用・自他共栄」など武道の原理を指導してもこの段階で生徒がそれを理解することは難しい。その理解は単元が終わる時でもその後でもよい。教育には時間がかかるものである。大切なことは、教師が「これだけは習得してほしい」と考えることを、繰り返し確実に指導することである。「しっかり」と指導することが教育的かもしれないが、その「しっかり」にこだわり過ぎると教師にとっては授業展開を難しくし、生徒にとっては窮屈な授業になりかねない。安全に留意して「おおまか」に指導しながら最後は「しっかり」と授業をおさめる。そのような考え方で導入を実践する。

2 学習指導案作成での考慮点

- ①10時間程度の授業でも、「柔道っておもしろいな」と生徒が感じられる授業を心がける。
- ②第1段階（1学年あるいは初心者）に対しては、指導者主導が多い授業展開であるが、第2段階第3段階（2学年あるいは3学年）と進む中で、技能に応じて、生徒自ら活動できる授業とする。また、できるだけ生徒同士の声かけや、意見交換の場面を取り入れていく。
- ③受け身を技と考え、最初から完璧を求めるのではなく、投げ技を学びながら、倒れ方、転がり方を上達させるよう計画する。
- ④礼法については1時間目から繰り返し指導していく。
- ⑤柔道衣の着方、帯の結び方については、時間を限定しておおまかに指導し、すべての授業を通して繰り返し指導しながら習得させる。
- ⑥基本となる技を設定し、安全に留意した計画を立てる。
- ⑦学習指導案については、できるだけ簡素化につとめ、学習活動、指導・支援の留意点の欄のみとし、そこに、指導者が必要な知識と技能を提示する。
- ⑧授業展開の流れでは、各学校の柔道授業の取り扱い時間の事情に応じて対応できるよう、柔軟な取り扱い時間を示す。

3 学習指導要領解説で扱われている技について

中学校学習指導要領解説保健体育編では「指導に際しては、投げ技では、2人1組の対人で、崩し、体さばき、受け身を用いて、投げ技の基本となる技を扱うようにするとともに、膝車から支え釣り込み足などの支え技系、大外刈りから小内刈り、大内刈りなどの刈り技系、体落としから大腰などのまわし技系など系統別にまとめて扱うようにする。また、固め技では、固め技の姿勢や体さばきを用いながら、固め技の基本となる技や簡単な技の入り方や返し方ができるようにする。」とある。高等学校学習指導要領解説保健体育編では、「投げ技の基本となる技は、入学年次、膝車、支え釣り込み足、大外刈り、小内刈り、体落とし、大腰、大内刈り、釣り込み腰、背負い投げ、払い腰がある。その次の年次以降では、これらに加えて、内股、跳ね腰、送り足払い、浮き技、巴投げがある。また、固め技の基本となる技は、入学年次では、けさ固め、横四方固め、上四方固めがある。その次の年次以降では、これらに加えて、肩固め、縦四方固めがある。」とある。

本手引書は、基本的には初めて柔道を学ぶ中学校における指導案例を示してあるが、中学校で剣道を学習し、高等学校において初めて柔道を学ぶ生徒への指導にも活用できることも視野に入れた構成にしてある。

したがって、高等学校で学習する技である、大腰、釣り込み腰、跳ね腰、浮き技、巴投げについては、学習者及び授業者の技能を考慮して扱っていない。また、第3年次において、出足払い、右組みから左の支え釣り込み足、小内刈り⇒膝車、足払い⇒足払いの変化などを取り入れてある。これは、自由練習における生徒の安全を考慮したためであり、生徒の興味・関心を高めるものでもあるが、生徒や指導者の技能の段階に応じて扱っていただきたい。また、技能が未発達な中学生に対しては扱わないなど、生徒の安全面には十分に配慮をいただきたい。