

## 神戸市中学校保健体育研究会

平成22年11月25日(木)、神戸市立伊川谷中学校において、神戸市中学校保健体育研究部会が開催された。今回は、西区13校が中心となり、神戸市立伊川谷中学校が代表校として、実践発表を行った。

今回の発表は、平成24年度より新学習指導要領が全面実施されるにともない、保健体育科においては、伝統や文化に関する教育の充実として、武道が必修化される。今回の発表は、武道の中でも柔道について取り上げ、研究の基礎データを各校で収集し、特徴を分析し、研究内容や授業内容を検討した。全市の保健体育科の先生方が経験や性別を問わず、誰もが怪我・事故に対して必要意以上の不安を持たずに取り組める、そして、生徒も怖さより楽しさが体験できる授業内容の検討をした。

平成22年度 神戸市中学校保健体育研究会

研究主題 「安全に留意した柔道の指導の工夫」

— 小中高のつながりを踏まえた授業の展開 —

日 時： 平成22年11月25日(木)

会 場： 神戸市立伊川谷中学校

研究発表校： 神戸市立伊川谷中学校 黒田 雅人 教諭

実践協力校： 神戸市立太山寺中学校、井吹台中学校、長坂中学校 櫛谷中学校  
桜が丘中学校、押部谷中学校、玉津中学校、王塚台中学校  
平野中学校、西神中学校、神出中学校、岩岡中学校

司 会： 神戸市立伊川谷中学校 田邊 真由美 教諭

記 録： 神戸市立櫛谷中学校 北川 忠司 教諭

### 研究協議

① あいさつ 神戸市教育委員会 スポーツ体育課長 河辺 健一

② 研究発表 前田 秀人 教諭(押部谷中学校)

授業者 黒田 雅人 教諭(伊川谷中学校)

### 西区の概要

- ・昭和57年に西神地区が垂水区から分区して誕生。
- ・農業中心から工業団地の開発が進み精密機械などの工場の進出が相次いでいる。
- ・史跡も多く歴史と伝統を持った地域。
- ・「住み」「働き」「学び」「憩う」など生活の基礎的機能のすべてを備えたまちづくりが進められている。

## 西区研究部の研究ポイント

- ◎「初心者が安全に取り組める授業の工夫」
- ◎「小学校のマット運動の経験と受け身の技術の関係」
- ◎「前回り受け身の練習方法について」

## 《研究の取り組み》

### アンケートの実施

#### ○体育教師へのアンケート結果

- ・施設・用具面・・・畳・柔道着の不足
- ・導入段階・・・興味を高める工夫
- ・技能習得・・・活動場所の不足・練習方法・経験・知識不足からの不安  
安全な指導方法
- ・試合段階・・・時間的ななかなか試合までいかない、けがへの不安

#### ○生徒（1年生）へのアンケート結果

- ・「柔道をやったことがありますか？」94.8%の生徒が未経験である。  
→ 授業の組み立てが必要・柔道の運動を理解させる必要性・けがへの不安がある。
- ・「柔道に対してどのように感じてますか？」→ 柔道に不安を感じている生徒が多い。
- ・「柔道をやってみたいですか？」→ 柔道への関心が薄い。
- ・「柔道は安全なスポーツだと思いますか？」→ ほとんどの生徒が危険と思っている。

#### 【初心者が安全に取り組める授業の工夫】

- ◎けがをさせない準備 ・投げ用マット ・一人あたりの畳の工夫 ・ひも通し  
・めがねの保管場所
- ◎けがに対応できる準備 ・救急セット ・爪切り
- ◎けがをしない授業計画 ・「転がる」感覚をみにつけさせる  
(ボールを使ったウォーミングアップ)

#### 【受け身とマット運動との関連】

- ◎生徒は、マット運動の各技を平均して基本技術を習得できていると自己評価している。
- ◎教師の「前回り受け身」の対生徒評価は、なんとかできる65.9%、できない21.3%。  
マット運動と前回り受け身との関連性を見出すことができなかった。しかし、マット運動は、けがの防止には大切なウォーミングアップである。

#### 【前回り受け身の練習方法について】

ウォーミングアップとして前回り受け身を継続的に練習しながら、投げ技を練習する時に受け・取りの約束練習の中で受け身の練習（立膝から膝車の練習）を繰り返した。それにより受け身の技術が飛躍的に上達した。

### 《まとめ》

- ・ 初心者は、あらゆる運動経験を生かしてボディコントロールを身につける必要がある。対人動作で柔道の合理性を身につける工夫が大事である。
- ・ マット運動は、回転運動を身につけ、けがの防止にはウォーミングアップが大切である。受け身の練習は「受け」「取り」の関係で立膝からの膝車の練習等が有効である。
- ・ 前回り受け身は、投げ技の練習のなかで飛躍的に身についていくと思われる。また、ライン入り柔道着による練習も有効であった。

### 《今後の課題》

柔道は「畳・柔道着・活動場所」によって、各校の工夫が必要となるが、指導者が必修授業として授業計画を立てることが大切である。そして、安全面から1年生の寝技中心の授業の場合は男女共修も可能であるが、2年生の投げ技と試合を目的にした授業の場合、人数的にも男女共修は無理があるように思われる。その結果、年間カリキュラムを工夫しての時間づくりが必要である。

### ③ 研究協議

#### 感想・質問等

(質問) 柔道着について、なぜ個人もちではないのか(他市教育委員会)

- ・ 保護者からの要望があるわけではないが、神戸市内でも数校柔道着は生徒もちとして  
いる学校もあるが、それができない学校もある。委員会としては、3年かけて中学校  
からの希望数を調査し予算を組んでいる。(スポーツ体育課)

(質問) 学習カードの記入がどのようなものになっているのか?

- ・ めあて、個人の目標、課題、反省、自己評価となっている。

(質問) 体育館でたたみの準備時間や柔道着の保管は?

- ・ 準備時間は3年女子で10~15分、柔道着は番号をふって更衣室で保管している。

(助言)

- ・ 引き手・つり手の指導について。
- ・ 技をほどこすときに3つの段階がある。(1)くすす (2)つくり (3)かけ
- ・ いくら受け身が上手でも取りが下手であればけがをする。
- ・ 受けと取りの体幹は重ならないように指導、重なるとけがをする。

### ④ 指導助言 神戸市教育委員会スポーツ体育課 福尾 仁身 指導主事

- ・ 現行の学習指導要領と24年度からの新学習指導要領との違いについて
- ・ ただ漠然と不安を持ちながらの指導ではなく、何が不安なのかをきちんと整理して  
新指導要領を読み直していただきたい。
- ・ 武道に関して安全が確保できなければやらなくてもよいではなく、安全が確保できて  
可能なことをやっていき、それをどう深めていくかがポイントである。
- ・ 自分の学校に入学してくる生徒が、どの程度のことをやってきているのか知っていて  
ほしい。小学校での経験値を知ることが大事である。
- ・ 武道の場合、授業を受けない生徒がでてくる場合がある。そういう生徒に対して授業  
を受けさせていくのか学校の中で統一し、十分に保護者やせいとに説明していくこと  
が重要であり配慮が必要である。

### ⑤ あいさつ 神戸市立中学校教育研究会保健体育部長 永安 辰夫