

Health and Physical Education in the New Course of Study : How to Conduct Judo Classes Properly

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-11-22 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 堀米, 孝尚, 神成, 真一 メールアドレス: 所属:
URL	https://mu.repo.nii.ac.jp/records/662

新学習指導要領における保健体育科教育

—柔道指導の在り方—

Health and Physical Education in the New Course of Study

—How to Conduct Judo Classes Properly—

堀 米 孝 尚^{*}
HORIGOME Takahisa
神 成 真 一[†]
KANNARI Shinichi

はじめに

中央教育審議会答申（平成28年12月）においては、よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創るという目標を学校と社会が共有し、連携・協働しながら、新しい時代に求められる資質・能力を子供たちに育む「社会に開かれた教育課程」の実現を目指した。学習指導要領が、学校、家庭、地域の関係者が幅広く共有し活用できる「学びの地図」としての役割を果たすことができるよう6点にわたってその枠組を改善するとともに、各学校において教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現を目指すことなどが求められた。これらのことを踏まえ、これからの保健体育科教育—柔道指導の在り方—を考えていく。

I 学習指導要領改訂の方向性

1 保健体育科において育成を目指す資質・能力の整理

今回の学習指導要領の改訂では、育成を目指す資質・能力の明確化が図られた。知・徳・体にわたるこれまでの「生きる力」を改めて捉え直し、より具現化し教育課程全体を通して育成を目指す資質・能力を①「何を理解しているか、何ができるか」、②「理解していること・できることをどう使うか」、③「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか」の三つの柱に整理された。【中央教育審議会（答申）（別添資料）12-1（中学校）P 67】

^{*} 武蔵野大学教育学部 [†] 武蔵野大学教育学部兼任講師

	①個別の知識や技能	②思考力・判断力・表現力等	③学びに向かう力・人間性等
体育分野	運動の特性に応じた行い方や運動の一般原則等の知識 ・技術の名称や行い方の知識 ・運動の特性や成り立ちの知識 ・体力の要素や高め方の知識 ・運動観察の方法の知識など スポーツに関する科学的知識や文化的意義等の基本的な知識 各種の運動が有する特性や魅力に応じた基本的な技能 ・知識を踏まえて、基本的な運動の技能として発揮したり、身体表現したりする	自己の課題に応じた運動の取組方を工夫できる思考力・判断力・表現力 ・自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見付ける力 ・運動実践の場面で、自己の課題に応じて、適切な練習方法を選ぶ力 ・運動実践の場面で、健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な活動を選ぶ力 ・状況に応じた自己や仲間の役割を見付ける力 ・作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切な関わり方を見付ける力 ・運動を継続して楽しむための、スポーツとの多様な関わり方を見付ける力 ・思考・判断したことを、根拠を示しながら相手に伝えたり表現したりする力	生涯にわたって運動に親しみ、明るく豊かな生活を営む態度 ・運動の楽しさや喜びを味わい、自主的に学習活動に取り組む態度 ・運動における競争や協同の場面を通して、多様性を認識し、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲を持つ ・相手を尊重し伝統的な行動の仕方を大切にしようとする ・運動実践の場面で、健康・安全を確保する ・スポーツとの多様な関わり方を場面に応じて選択し、実践することができる態度
保健分野	個人生活における健康・安全についての科学的な知識や技能 ・現代的な健康課題を踏まえた心身の機能の発達と心の健康、健康と環境、傷害の防止、健康な生活と疾病の予防に関する知識 ・ストレス対応、応急手当に関する基礎的な技能	健康課題を把握し、適切な情報を選択、活用し、課題解決のために適切な意志決定をする力 ・自他の健康課題を発見する力 ・健康情報を収集し、批判的に吟味する力 ・健康情報や知識を活用して多様な解決方法を考える力 ・多様な解決方法の中から、適切な方法を選択・決定し、自他の生活に生かす力 ・自他の健康の考えや解決策を対象に応じて表現する力	健康の保持増進のための実践力を育成し、明るく豊かな生活を営む態度 ・自他の健康に関心をもつ ・自他の健康に関する取組のよさを認める ・自他の健康の保持増進や回復のために協力して活動する ・自他の健康の保持増進に主体的に取り組む

2 保健体育科の目標

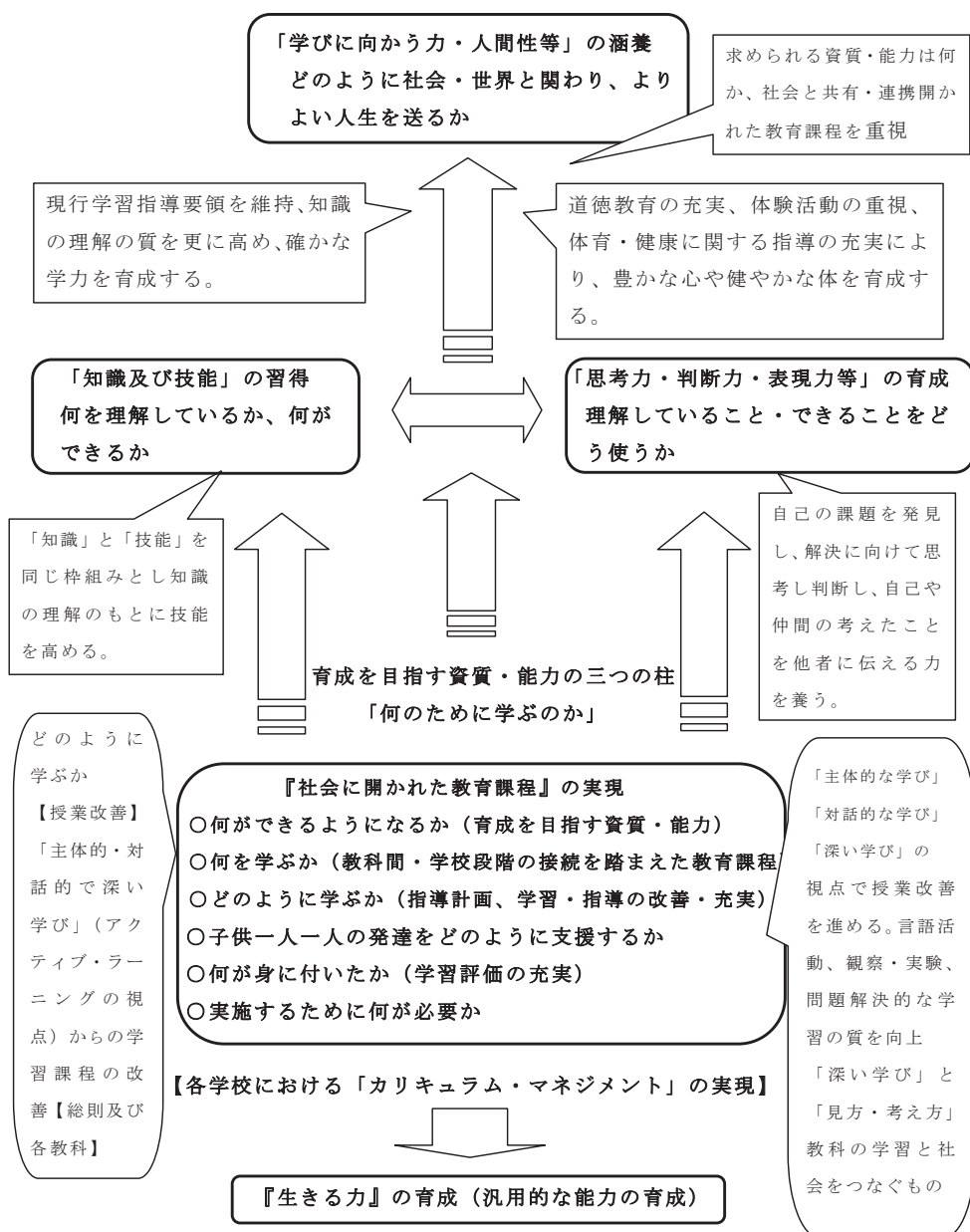
(1) 教科の目標 【新中学校学習指導要領 保健体育 P100】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習課程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- ① 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。【知識及び技能】

- ② 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。【思考力・判断力・表現力等】
- ③ 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。【学びに向かう力・人間性等】

未来社会を切り拓くための資質・能力の基本的な考え方



(2) 体育分野の目標 【新中学校学習指導要領 保健体育 P100・106】

	第1学年及び第2学年	第3学年
①	運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動の合理的な実践を通して運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに基本的な技能を身に付けるようにする。
②	運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
③	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。

(3) 武道の内容（柔道）【新中学校学習指導要領 保健体育 P104・109】

※ 武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

	第1学年及び第2学年	第3学年
①	技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。 柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすること。	技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開すること。 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすること。
②	攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。	攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。
③	武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、分担当した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ること。	武道に主体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大切にしようとするなど、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。

(4) 指導計画の作成と内容の取扱い（抜粋）【新中学校学習指導要領 保健体育 P116】

指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

- ① 単元などの内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようにすること。その際、体育や保健の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他の課題を発見し、その合理的な解決のため

めの活動の充実を図ること。また、運動の楽しさや喜びを味わったり、健康の大切さを実感したりすることができるよう配慮すること。

- ② 障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。
- ③ 道徳科などとの関連を考慮しながら、第3章特別の教科道徳の第2に示す内容について、保健体育科の特質に応じて適切な指導をすること。

第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- ① 体力や技能の程度、性別や障害の有無等に関わらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。
- ② 言語能力を育成する言語活動を重視し、筋道を立てて練習や作戦について話し合う活動や、個人生活における健康の保持増進や回復について話し合う活動などを通して、コミュニケーション能力や倫理的な思考力の育成を促し、主体的な学習活動の充実を図ること。
- ③ 第2の内容の指導に当たっては、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を積極的に活用して、各分野の特質に応じた学習活動を行うよう工夫すること。
- ④ 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方や保健分野の指導については、具体的な体験を伴う学習の工夫を行うよう留意すること。
- ⑤ 生徒が学習内容を確実に身に付けることができるよう、学校や生徒の実態に応じ、学習内容の習熟の程度に応じた指導、個別指導との連携を踏まえた教師間の協力的な指導などを工夫改善し、個に応じた指導の充実が図られるよう留意すること。

(5) 主体的・対話的で深い学びの実現 【中央教育審議会答申 P 50】

「主体的・対話的で深い学び」の実現とは、人間の生涯にわたって続く「学び」という営みの本質を捉えながら、教員が教えることにしっかりと関わり、子供たちに求められる資質・能力を育むために必要な学びの在り方を絶え間なく考え、授業の工夫・改善を重ねていくことである。

以下の視点に立った授業改善を行うことで、学校教育における質の高い学びを実現し、学習内容を深く理解し、資質・能力を身に付け、生涯にわたって能動的（アクティブ）に学び続けるようにすることである。

① 「主体的な学び」

- 学ぶことに興味や関心を持つ ○自己のキャリア形成の方向性と関連づける
- 見通しを持って粘り強く取り組む ○自己の学習活動を振り返って次につなげる

子供自身が興味を持って積極的に取り組むとともに、学習活動を自ら振り返り意味付けたり、身に付いた資質・能力を自覚したり、共有したりすることが重要である。

② 「対話的な学び」

- 子供同士の協働 ○教職員や地域の人との対話 ○先哲の考え方を手掛かりに考える
- こと等を通じ自己の考えを広げ深める

身に付けた知識や技能を定着させるとともに、物事の多面的で深い理解に至るためには、多様な表現を通じて、教職員と子供や、子供同士が対話し、それによって思考を広げ深めていくことが求められる。

③ 「深い学び」

○各教科等で習得した概念や考え方を活用した「見方・考え方」を働かせ ○問いを見いだして解決したり ○自己の考えを形成し表したり ○思いを基に構想、想像したりすることに向かう

各教科等で習得した概念（知識）や考え方を実際に活用して、問題解決等に向けた探求を行う中で、資質・能力の三つの柱に示す力が総合的に活用・発揮される場面が設定されることが重要である。教員はこの中で、教える場面と、子供たちに思考・判断・表現させる場면을効果的に設計し関連させながら指導していくことが求められる。

(6) 保健体育の「見方・考え方」【中央教育審議会答申 別紙1-P 1】

体育では、運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること。

保健では、個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること。

(7) 評価に当たっての留意点等 【中央教育審議会答申 P 63】

教員が評価規準を作成し見取っていくために必要な手順を示すものとなることが望ましい。

教科における学びの過程と評価の場面との関連性も明確にできるよう工夫することや複数の観点を一体的に見取ることも考えられる。

「学びに向かう力・人間性」には、①「主体的に学習に取り組む態度」として観点別評価（学習状況を分析的に捉える）を通じて見取ることができる部分と、②観点別評価や評定にはなじまず、個人内評価（個人のよい点や可能性、進歩の状況について評価する）を通じて見取る部分があることに留意する。

「主体的に学習に取り組む態度」については、学習前の診断的評価のみで判断したり、挙手の回数やノートの取り方などの形式的な活動を評価するものではない。学習に関する自己調整を行いながら、粘り強く知識・技能を獲得したり思考・判断・表現しようとしていたりしているかどうかという、意思的な側面を捉えて評価することが求められる。

単元や題材を通じたまとまりの中で、見通しを持って学習に取り組み、その学習を振り返る場面を適切に設定することが必要である。こうした姿を見取るためには、生徒が主体的に学習に取り組む場面を設定していく必要があり、「主体的・対話的で深い学び」の視点からの学習・指導方法の改善が欠かせない。

資質・能力のバランスのとれた評価を行っていくためには、指導と評価の一体化を図る中で、

論述やレポートの作成、発表、グループでの話し合い、作品の制作等といった多様な活動に取り組ませるパフォーマンス評価などを取り入れ、多面的・多角的な評価を行っていくことが必要である。

また、一人一人の学びの多様性に応じて、学習の過程における形成的な評価を行い、日々の記録やポートフォリオなどを通じて生徒自身が把握できるようにしていくことも考えられる。

Ⅱ 柔道指導のポイント

1 育成を目指す資質・能力の三つの柱から

今回の学習指導要領改訂（以下「改訂」）では、すべての領域で「次の事項を身に付けることができるよう指導する」とし、何を教えるか、各運動領域で育む資質・能力が明確に示されている。第1学年及び第2学年、第3学年のそれぞれの内容が構造的に改められている。

(1) 知識・技能の内容

現行の学習指導要領（以下現行）では、「知識」と「技能」は別の枠組みとして示されていた。新学習指導要領（以下改訂）では、知識の理解のもとに（～を理解するとともに）、運動技能を身に付ける（～を展開すること）とされている。

第1学年及び第2学年では、現行の「投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開すること」から、改訂では「簡易な攻防をすること」となっている。

第3学年では、現行の「得意技や連絡技を用いて攻防を展開すること」から、改訂では「連絡技を用いて攻防すること」とされている。基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することとされている。

(2) 思考力・判断力・表現力の内容

改訂では、攻防などの自己や仲間の課題を発見し、運動の取り組み方を工夫するとともに「自己の考えたことを他者に伝えること」が追加されている。「主体的・対話的で深い学び」の視点から生徒が「どのように学ぶか」という「学びの質」を重視した内容に改訂されている。

(3) 学びに向かう力・人間性等の内容

現行の「関心・意欲・態度」に関わる内容が改訂されている。「学びを人生や社会に生かそうとする」視点から生涯にわたっての資質・能力として目指す力・態度が示されている。特に、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることや大切にしようとする態度の育成が示されている。

2 安全に配慮した柔道指導の進め方

(1) 柔道のよさを味わわせる指導

① 柔道の特性に触れる

柔道の学習に楽しく取り組み、柔道の特性や楽しさに触れることで主体的に学習に取り組む態度を育むようにする。→ 柔道の楽しさ・面白さに触れ、柔道に取り組む学びに向かう

力を高めることに重点を置く。

② 健康・安全や保健・衛生面への配慮

ア 年間指導計画上の配慮 [実施時期]

イ 用具面での配慮

ウ 生徒の意識啓発

- ・進んで「互いの安全」に気を配る意識の醸成・危険回避能力の育成
 - 練習場の安全（畳、畳と畳のすき間、周囲）、
 - 自分自身と相手の安全（柔道着、装飾物、爪、頭髮等）

(2) 多面的・多角的な価値観のもとでの指導・評価

① 主体的な学習の尊重 [この趣旨を活かした授業展開の工夫を行う]

ア 自ら考え、工夫する喜びと習慣をつける。

イ 自ら課題を発見するための知識・技能を一体とした学習課程を工夫する。

ウ 主体的な学習を展開するために補助教材を活用し、自ら学び、自ら考え、課題に取り組むことができる学習形態を実現する。

- ・アクティブ・ラーニング・補助教材の工夫（ICT教材、ビデオの活用など）
- ・学習ノートの工夫（グループ 個人／ポートフォリオの活用）・社会に開かれた教育課程
- ・チームとしての学校（教員以外の専門指導者の活用）

② 一人一人の資質・能力に応じた学習指導の展開

ア 画一的な指導でなく、一人一人の特性を伸ばす指導をしていく。

イ 柔道の特性を理解し、面白さを見付けさせることに主眼を置く。

ウ 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けた取り組みを工夫させる。

エ 対話的な学習の場面から自己の考えを他者に伝える場の設定をする。

オ 一人一人の学びの多様性に応じて、それぞれのねらいに合った指導・評価を行う。

(3) 我が国の伝統と文化を尊重する態度の育成

礼法の意義を説明し、理解させ、正しい礼法を身に付けさせる。（伝統的な行動の仕方）

① 相手を尊重し、伝統的な行動の行い方を大切にする。

② 人を敬う態度としての見方・考え方がある。

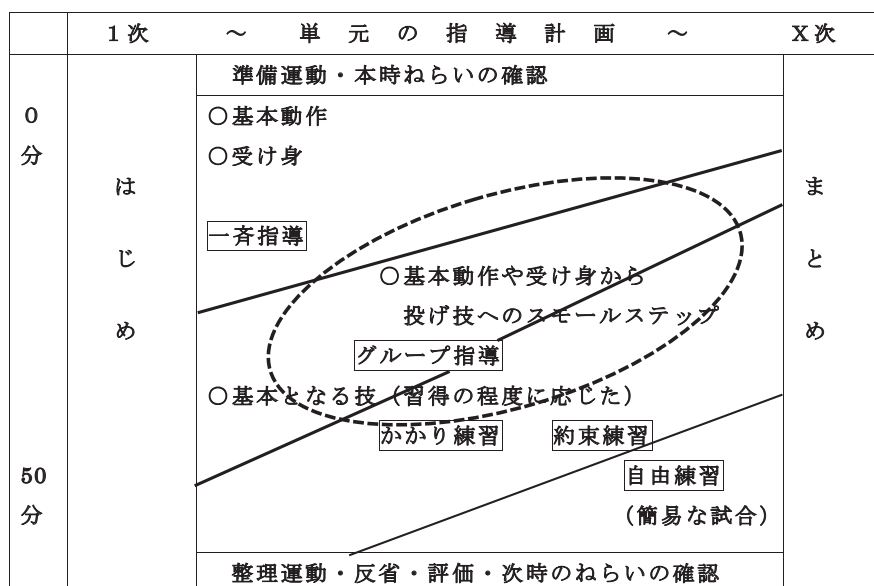
③ 目線を下げる→相手に敵意のないことを表す。また、勝ち負けにこだわらず、試合においても互いに学び合う精神が「礼」に込められている。

(4) 系統別の投げ技の分類例と指導の在り方

对人的技能については、投げ技は、講道館柔道では、手技・腰技・足技・などに分類されているが、現行学習指導要領解説では、崩しや体さばき、受け身にとり方が同系統の技を、支え技系、まわし技系、刈り技系、払い技系、捨て身技系に分類し示している。

崩しや体さばき、受け身にとり方が同系統の技を順序立てて計画的に指導することが大切である。

(5) 安全面に配慮した学習指導の展開例 【柔道指導の手引き（三訂版）（2013）P 43-44】



① はじめ

柔道の特性や歴史、安全面の約束事項、課題達成のための学習活動の進め方などについて学習させながら、なか（展開）の学習活動に期待や意欲を持たせる。特に、柔道を初めて学習する生徒に対しては、柔道の安全面の知識や安全に学習を進める上での決まりなどを十分理解させることが重要である。柔道の知識や安全面の知識は、実際の技能の学習と関連付けて理解させることが効果的である。また、個別の学習集団（グループ）を編成した学習では、指導のねらいや技能の程度や生徒の体格などに応じて、等質、異質あるいは人数構成などを考慮し適切に編成していくことが大切である。

② なか（展開）

投げ技では、基本動作と对人的技能を関連づけたスモールステップの学習段階を設定することが安全で効果的な授業を展開する上で大切である。さらに、学習指導が技能に偏重することなく、相手を尊重して礼法など伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、自他の安全に気を配ろうとすることなど「学びに向かう力・人間性等」の涵養にも重要である。

【約束事項の遵守】

- ☐ 禁止事項を守る ☐ 禁じ技を用いない ☐ 安全に留意する ☐ 周囲に気を配る
- ☐ 状況に応じて約束事（・しがみつかない・同体で倒れない・引き手を離さない等）

Ⅲ 安全な柔道を行う上でのポイント

1 安全な柔道指導を行う上でのポイント

- (1) 生徒の体調等に注意する。

- ① 生徒自ら自他の安全について十分に配慮しながら活動ができるよう指導する。
- ② 体調に異常を感じたら運動を中止することなどがある。
- ③ 指導する側は、事前に生徒の健康状態について把握すること。また、指導中常に生徒の体調等には十分に気をつけ、運動の継続が可能かどうか、適切な判断と処置が重要である。

(2) 多くの生徒が「初心者」であることを踏まえた段階的な指導を行う。

- ① 初めて中学校で柔道を学ぶ生徒が多いことを、十分に想定しておくこと。
- ② 受け身が安全にとりやすい技から指導することが考えられ、さらに初心者の指導では、安全に十分配慮した段階的な指導を進める。
- ③ 技能の程度や体力が大きく異なる生徒同士を組ませることはしない。

(3) 「頭を打たない・打たせない」ための「受け身」の練習をしっかりと行う。

- ① 柔道の練習（受け身の練習、かかり練習、約束練習、自由練習など）において、自らの身を守るための受け身の重要性の認識が最も重要である。
- ② 取と受との関係からいえば、取はしっかりと立ち、引き手（受の袖）を引いて相手に受け身を取らせること、低い姿勢や前のめりで技をかけることは避けることが重要である。

(4) 固め技では抑え技のみ指導し、誤って腕や帯で相手の頸部を絞めないようにする。

(5) しっかりと受け身を身に付けさせたいうえで、生徒の状況にあった投げ技の指導を行う。

- ① 柔道の技は、学習指導要領解説において基本となる技だけを例示している。
- ② 学習指導要領解説に示されている技はあくまでも例示であり、必ずすべての技を取り扱わねばならないという必要はない。生徒の実態や学習の状況や技能の定着の程度を十分見極めた指導計画の作成が重要である。

2 技能の定着と安全を配慮した効果的な指導方法の工夫

グループによる対人技能の練習は、技の定着の程度や行い方などの把握や相互評価の機会としても重要である。そこで、技能の定着の程度や知識の理解の程度を把握するためにグループ内で審判を付け練習をする過程が効果的である。自己（取）の技の定着の程度を審判法により、「一本・技あり・有効」とジャッジすることで把握できる。技の練習の早い段階からグループ学習を取り入れ行うことで、技能の定着に有効である。

参考文献

中学校学習指導要領・中学校学習指導要領解説 保健体育編（2008）、新中学校学習指導要領（2017）、中央教育審議会答申（2016）、柔道指導の手引き（三訂版）（2013）：文部科学省