

# 柔道授業の課題からみえる体系的なカリキュラム編成の必要性

大矢 知佳<sup>1)2)</sup> 片岡 佑衣<sup>3)</sup> 村松愛梨奈<sup>4)</sup> 寺本 圭輔<sup>5)</sup>

- 1) ユマニテック短期大学 2) 愛知教育大学大学院・静岡大学大学院教育学研究科共同教科開発学専攻  
3) 九州女子短期大学 4) 鈴鹿工業高等専門学校 5) 愛知教育大学

## Needs for systematic curriculum design by challenges in judo classes

Chika OYA<sup>1)2)</sup> Yui KATAOKA<sup>3)</sup>  
Erina MURAMATSU<sup>4)</sup> Keisuke TERAMOTO<sup>5)</sup>

- 1) Humanitec junior college  
2) Cooperative Doctoral Course in Subject Development, Graduate School of Education,  
Aichi University of Education & Shizuoka University  
3) Kyusyu woman's junior college  
4) National college of technology  
5) Aichi university of education

キーワード：武道必修化 柔道 カリキュラム

Key Words : Budo as a compulsory subject, judo, program

### 要 旨

平成20年に学習指導要領が改訂され、武道学習が必修化となってから約10年が経過した。本研究は、武道必修化による課題から実践報告や研究成果をうけて、今後の武道領域における研究課題を示すことを目的とした。武道必修化によって、特に柔道では、安全面や指導力、技能に関する課題が多く挙げられている。この課題より柔道の基本的な動きである受け身の指導法や安全性を配慮した授業展開例が示されている。武道領域は小学校で実施されていないことから、中学校第1学年の生徒のほとんどが初学者であり、技能獲得の側面から捉えると発達段階の特性より小学校における武道の学習が必要であると考えられる。このことから校種や領域を跨いだ学習プログラムを示すための教材開発を進め、体系的な学習課程の構成を検討していく必要がある。

#### 1. はじめに

平成20年の学習指導要領改訂により中学1、2年生における武道領域の学習が必修化となり、平成24年度より完全実施されてから10年が経過した。そして、平成29年には学習指導要領が新たに改訂され、令和3年度に中学校で完全実施された。本研究では、武道必修化により示された課題や実践報告をまとめ、今後の武道領域を学習する上で検討すべき課題について示すこととした。

#### 2. 武道必修化の背景

##### 1) 教育基本法の改正

教育基本法は平成18年に制定以降初めて改正され、教育の目標に「伝統や文化に関する教育の充実」が新たに示された。これを受けて、中央教育審議会答申(2008)では、伝統や文化についての理解を深め、尊重する態度を身に付けることが重要」とし、保健体育科では武道領域において固有の伝統や文化に関する指導内容が示された<sup>1)</sup>。体育科の武道領域として武道の特性を捉えた上で

小学校第1学年から第4学年	小学校第5学年から中学校第2学年	中学校第3学年以降
各種の運動の基準を培う時期	多くの領域の学習を経験する時期	卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるができるようにする時期

図1 発達段階を踏まえた学年のまとめり

の、心身の健康の保持増進する学習内容の展開が必要となる。

## 2) 発達段階を踏まえた学習の体系化

同答申(2008)は「体育分野については、小学校高学年からの接続及び発達の段階のまとめりを踏まえ、体育分野として示していた目標及び内容を、『第1学年及び第2学年』と『第3学年』に分けて示すこととする。」と示した<sup>1)</sup>。発達段階を踏まえて、小学校第5学年から中学校第2学年の時期をひとまとめとし、この時期は「多くの領域の学習を経験する時期」とされ<sup>2)</sup>、武道を含むすべての領域が必修となった。

## 3. 保健体育科としての武道

「武道は、武士道の伝統に由来する日本で体系化された武技の修練による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、人間形成の道であり、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道の総称を言う」とされている<sup>3)</sup>。一方、保健体育科の目標は「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・能力を育成することを目指す」としている<sup>2)</sup>。武道の特性である心技体を一

体として鍛えることは保健体育科の目標にも示されている心と体を一体として捉えるための運動領域として適していると考える(図2)。

武道は、武道固有のもの見方、考え方があるとし、他のスポーツとは異なるとされている<sup>4)</sup>。相手を尊重する態度を形に表す礼法を重要視し、相手は敵味方という対立的なものではなく、互いが目指す目標は道を極めることであるとされている<sup>4)</sup>。つまり、武道領域は自己課題を掲げ、その課題解決のために他者との攻防を通して、技能獲得や体力を高めるだけでなく、その過程を通して人間形成をしていくことができ、他の領域とは異なった学習効果が期待できる。しかし、武道を行っていく上で多くの課題が挙げられているため、本研究では、武道領域の中でも特に実施率の高い柔道学習<sup>5)</sup>において焦点を当て、武道必修化による課題からどのような取り組みが行われてきたのかをまとめ、今後の課題を示すこととする。

## 4. 武道領域における柔道学習の課題

現場教員は武道の授業を展開する上での課題として、柔道では「施設・設備」「安全」「指導方法・指導力」「技能・技術」を挙げている<sup>6)</sup>。安全面では、柔道の部活動における死亡事故の件数が多いことから、柔道の活動における事故が危惧され<sup>7)</sup>、教員だけでなく、初めて柔道学習を行う中学1年生の保護者も柔道授業の危険性への不安を感じている<sup>8)</sup>。武道の学習の中でも中学校の柔道の実施率は64.5%と最も高く<sup>5)</sup>、安全性の確保が課題となる。

事故発生要因として部活動の柔道では「受け身の未熟や技の失敗、自らが相手の変化する技や体裁きに対応できない、他の練習者や周囲の衝突」、体育の柔道では「初めて柔道を行う生徒が大多数であり、受け身につながら安全な倒れ方が身についていないこと」「体力・技能・学習意欲の異なる生徒と一緒に学習するということ」が挙げられ

保健体育科の目標	武道の理念
心と体を一体としてとらえ	心技体を一体として鍛え
生涯にわたっての心身の健康を保持増進	人格を磨く
豊かなスポーツライフ	道徳心
	礼節を尊重する態度
	人間形成の道

図2 保健体育科の目標と武道の理念

ている<sup>9)</sup>。部活動と体育の授業では、目標や活動形態が異なることから、部活動と体育授業の安全対策はそれぞれに考えることが適切である<sup>10)</sup>。体育授業としては、生徒の実態に配慮した段階的指導および体格や運動能力の違いへの配慮が必要とされる<sup>9)</sup>。

安全性の確保という点において、受け身の技能獲得はたいへん重要である。受け身は頭部および胴体の保護をすることができ、身体に加わる衝撃圧は受け身の有無によって大きく異なり、受け身を行うことによって衝撃を緩衝できることが明らかとなっている<sup>11-14)</sup>。後ろ受け身では、各関節と首の緊張とリラクソスのコントロール<sup>15)</sup>や強く畳を叩くことで衝撃を緩衝できるとされ<sup>16)</sup>、受け身の技能獲得によって身を守ることができる。受け身の学習の効果から<sup>17)</sup>、受け身の具体的な指導方法の工夫や単元の構成について実践報告されている<sup>18-23)</sup>。初学習者である中学1年生において受け身や体さばきといった基本的な動きの技能獲得に時間を多く配分することは重要であるが、年間の学習課程の中で武道の時間数は平均して8.7時間程度<sup>5)</sup>と十分な時間数を確保することが難しく、受け身の技能獲得という面から考える安全性の確保は十分でない現状がみられる。

## 5. 安全性を確保した柔道授業の展開

安全性を確保した柔道授業として、「形」に焦点をあてた授業展開<sup>24,25)</sup>が示されている。「形」はあらかじめ動作が約束され、予測することができることから動作が未熟であっても安全に行うことができる。また、規範とされる動作であることから技を効率的に理解でき、初学習者でも「形」学習を通して安全に柔道の学習ができるとされる。一方、動作技のきっかけづくり<sup>26)</sup>の展開例では、「釣り手の使い方→相手の動かし方→足技を活用した連絡技」の順序で学習をしていくことで「崩し」「つくり」「かけ」が一体となり、自由練習(乱取)において相手の抵抗を避け、スムーズに技をかけることができ、相手との攻防につなげることができることとされる。導入では、受け身単独の学習ではなく、取と受を決め、約束練習の中で投げられた時の受身練習を行い、低い位置から

徐々に高い位置での投げ技と段階的に学習を展開していき、この段階的な学習を通して安全性を確保し、予測ができない場面でも相手の動きの変化に対応した試合形式の攻防ができることを示している。

さらに、技能・技術獲得に重点を置くのではなく、武道領域のみで学習できる内容として武道の特性である所作礼法を重視した展開<sup>4)</sup>が示され、投げっぱなしではなく、相手への気遣いや尊重する心を養うことに重きを置くことから、けがのリスクが低く、安全性を確保して武道の学習ができることを示している。

武道は他の領域とは異なる種目であるが保健体育科の中の一領域である。野津ら<sup>27)</sup>は保健体育科の学習としてそれぞれの領域における種目ができるようになることが目的ではなく、何を学ばせるのが重要であることが示され、教育の観点である思考力、判断力、表現力等の部分において、生徒自らが追求し、考えるという主体性を生かす展開例を示している。また、有山ら<sup>28)</sup>も基本的な動きの獲得の過程の中で自国文化の理解や気付きを促す「発見型柔道学習の構造」の展開を示し、柔道を教えるのではなく、柔道を通して目指す資質能力を身に付けさせる学習展開をしている。

これらの報告は武道の特性、保健体育の特性を捉えており、安全性を確保しつつ保健体育科の柔道として学習効果が期待できる。しかし、現状の時間数の中で、これらの学習展開から技能の習得、武道の特性である礼法や道徳心を高め、相手を尊重する態度といった資質能力を身に付けさせることは困難であると考えられる。

## 6. 体系的な学習カリキュラム構成の必要性

黒澤ら<sup>29)</sup>は現在の武道領域のカリキュラム構成には指導内容と時間数の間には大きな隔りがあるとともに、系統的な学習がなされていないという点について大きな課題があると述べている。学習指導要領の改訂のポイントとして「何ができるようになるのか(育成を目指す資質・能力)」「何を学ぶか(教科等を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の育成)」が示されていることから<sup>2)</sup>、それぞれ段階

で目指す資質能力を示し、体系的な学習課程を築く必要がある。教科等間・学校段階間のつながりがポイントとなることから武道領域において体系的な学習カリキュラム構成の提案が必要であると考える。

図3で示すように他の領域では、小学校・中学校と系統的なカリキュラムが形成され、各段階において目標を示し、段階的な学習構成がなされているが、2、30)、武道領域のみにおいては小学校からの積み重ねがなく、中学第1学年で初めて学習する領域となっている。中学校第3学年においては、球技と武道から一つ選択することが示されており、ともに獲得できる能力として状況に応じたスキルの獲得がねらいとされている<sup>31)</sup>。サッカーやバレーボールといった球技はチームでの攻防を通しての学習、柔道や剣道、相撲といった武道は1対1での攻防を通じた学習である。ともに相手の動きに応じて判断し、自分の身体をコントロールする能力が必要とされる。自分の身体をコントロールする能力は発達の特徴より、小学校低学年の多様な動きを獲得する時期や小学校高学年のゴールデンエイジの時期に技能獲得を行うことが適している。球技においては系統的な学習カリキュラムが構成されていることから、武道においても球技と同様に小学校課程を含む系統的な学習カリキュラムを構成する必要があると考える。小学校低学年における実践で、柔道の「受け身」の要素を取り入れ、転倒時にも安全に対処できるような体の使い方の学習を中心とした学習が報告されており、小学校低学年でも柔道の動きを取り入れた実践が可能であることが示されている<sup>32)</sup>。ま

た、曾我部ら<sup>33)</sup>は初学習者が楽しく安全に柔道を実施できるような授業を展開するために、幼児・児童を対象としたコーディネーション・トレーニングを参考に段階的指導プログラムの開発を試みている。コーディネーション・トレーニングとは幼児期において獲得しておきたい基本的な動きである「体のバランスをとる動き」「体を移動する動き」「用具などを操作する動き」<sup>34)</sup>が獲得された上で、これらの能力を組み合わせる状況に応じた適切な運動を行える能力を示す。相手に対する力の加減や、転倒時にも安全に身を守ることができることも述べおり、幼児期、小学校低学年から楽しく安全な柔道への取り組みから技能獲得が可能であることを示している。

永木ら<sup>35)</sup>は体ほぐし運動は、自己や他者の身体への気づき、体の調整、他者・仲間との交流を理念とし、柔道の理念である自他共栄、精力善用と共通する理念であることから体ほぐし運動の教材として柔道を取り入れられることを示している。小学校において、柔道を誰でもが行える優しい運動としてえびや逆えびといった寝技の基本的な動きにつながる運動を簡易的なあそび感覚で取り入れられる展開から「じゅうどうあそび」の提案をしている。この展開例は、柔道着が必要であることから、飯島ら<sup>36)</sup>は畳や柔道着を用いずに行えるゲームや遊び要素を取り入れた教材開発から、自分の身を守ることや中学校へのスムーズな接続のため、小学校第6学年における体ほぐし運動の学習の中で、「じゅうどうあそび」としてより簡単に柔道の動きを取り入れ、動きを獲得できる実践成果を示している。

小学校						中学校			
1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	
各種の運動の基礎を培う時期					多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるができるようにする時期
体づくりの運動遊び		体づくり運動				A 体づくり運動			
器械・器具を使つての運動遊び		器械運動				B 器械運動		B, C, D, Gから ①以上選択	
走・跳の運動遊び		走・跳の運動		陸上運動		C 陸上競技			
水遊び		水泳運動				D 水泳		E, Fから①以上選択	
ゲーム			ボール運動			E 球技			
						F 武道			
表現リズム遊び		表現運動				G ダンス		B, C, D, Gから ①以上選択	
保健						H 体育理論			

図3 小学校・中学校における体育科および体育分野の内容の系統的カリキュラム構成

これらの報告より小学校においても柔道の動きを簡易的な運動として取り入れ、柔道の基本的な動きを身に付けられることから、小中における系統的な学習カリキュラムの構成も可能であると考えられる。小学校で柔道学習を取り入れることで、中学校では安全性を確保した攻防を通しての発展的な学習の展開が可能となり、武道領域において目指す資質能力を身に付けることができるようになるだろう。

また、中学校の学習課程の中で領域を連結させた単元計画の実践報告が示されている(37)。マットの単元後に柔道の単元を連結して行うことで、転がる感覚や逆さ感覚、倒れることに抵抗感を減らし、心理的にスムーズに取り組みやすくなったことから、他領域との複合的な単元計画における学習成果が示されている。

以上のことから、小学校における武道を取り入れた教材開発と中学校における武道と他の領域の複合的な単元計画を踏まえた教材開発を進めていく必要があり、その成果を積み重ね、体系的な学習カリキュラムの構成の提案につなげていく必要があると考える。

## 7. おわりに

本研究において保健体育科としての武道領域、特に柔道学習における現状からみえた今後の研究課題について示した。特に、安全性の確保では、基本的な動きの獲得の必要性から教科間・学校段階間とのつながりを踏まえた体系的な学習プログラムの開発が直近の研究課題である。中学校第1学年でのスムーズな武道の学習への移行を踏まえて、武道領域における段階的な学習のため、小中の校種や領域・教科を跨いだ体系的なカリキュラム構成の必要性を示した。

## 8. 参考文献

- 1) 中央教育審議会 (2008) 幼稚園, 小学校, 中学校, 高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について (答申). [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/\\_icsFiles/afieldfile/2009/05/12/1216828\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2009/05/12/1216828_1.pdf), (参照日 2022年
- 1月14日).
- 2) 文部科学省 (2017) 中学校学習指導要領 (平成29年告示) 解説保健体育編. 東洋館出版社.
- 3) 日本武道協議会 (2008) 武道の理念. [https://www.nipponbudokan.or.jp/pdf/budo/budo\\_rinenn\\_A4\\_J.pdf](https://www.nipponbudokan.or.jp/pdf/budo/budo_rinenn_A4_J.pdf), (参照日 2022年1月20日).
- 4) 瀧澤政彦 (2014) 所作礼法を重視した柔道授業の展開. 東京学芸大学附属高等学校紀要, 52: 43-52.
- 5) 三藤芳生 (2019) 中学校武道必修化第5回アンケート調査結果について. 月間武道10月号: 166-184.
- 6) 北村尚浩・前坂茂樹・濱田初幸・川西正志 (2017) 中学校における武道教育の課題: 自由記述データの計量的分析. 武道学研究, 50(1): 29-38.
- 7) 内田良 (2010) 柔道事故-武道の必修化は何をもたらすのか-(学校安全の死角(4)). 愛知教育大学研究報告教育科学編, 59: 131-141.
- 8) 興儀幸朝 (2019) 中学生の保護者を対象とした柔道授業に関する調査鹿兒島大学教育学部研究紀要教育科学編, 70: 40-53.
- 9) 独立行政法人日本スポーツ振興センター学校災害防止調査研究委員会 (2013) 「学校の管理下における体育活動中の事故の傾向と事故防止に関する調査研究」-体育活動における頭頸部外傷の傾向と事故防止の留意点- 調査研究報告書. 日本スポーツ振興センター学校安全部.
- 10) 藤澤健幸・渡邊正樹 (2020) 中学校の柔道部活動における負傷事故の原因とその特徴: 災害共済給付データの軽量テキスト分析より. 東京学芸大学学校教育学研究論集, 41: 139-151.
- 11) 清川柴洋 (1967) 柔道の受身に関する研究 (第1報) 防衛大学校紀要, 15: 261-276.
- 12) 松井勲・川村禎三・浅見高明・竹内善徳 (1981) 柔道投技の衝撃と受身に関する研究-腕部における受身の効用について-. 武道学研究, 13(2): 70-71.

- 13) 徳田喜平・武田完治・辰己明 (1981) 柔道の投技における衝撃に関する研究 (第3報) -からだの接触面積からみた受身の衝撃についての考察-. 武道学研究, 13 (2): 72-73.
- 14) 児島義明・浅見高明・松本芳三・竹内善徳 (1978) 柔道投技の受身の分析 -身体各部の衝撃力と折衝時間について-. 武道学研究, 10 (3): 50-56.
- 15) 真柄浩・小林一敏・菅原秀二・小俣幸嗣 (1979) 身体部分の位相変化からみた柔道の後ろ受け身. 日本体育学会号第30回要旨集: 375.
- 16) 米田吉孝・松本芳三・浅見高明 (1970) 柔道における投げの衝撃と生理的反応について. 武道学研究, 3 (1): 30.
- 17) 植田真帆 (2003) 初心者柔道指導における前回り受け身指導の有無が衝撃に及ぼす効果. 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要, 13: 119-123.
- 18) 藤谷貞之・後藤幸弘・辻野昭・西濱史朗 (1990) 柔道における「受身」指導法の開発に関する基礎的研究 -「受身動作」の筋電図的分析から-. スポーツ教育学研究, 10 (1): 33-44.
- 19) 濱田初幸・水落洋志 (2010) 柔道の受け身に関する新規指導法 -後ろ受身に着目して-. スポーツパフォーマンス研究, 2: 49-54.
- 20) 村松常司・服部洋兒・村松利之・平野嘉彦 (2015) 体育授業における安全な柔道授業の工夫. 東海学園大学教育研究紀要, 1: 111-118.
- 21) 藤野良孝 (2016) 柔道の微妙な運動感覚を学習することを目的としたビデオデータベースシステムの開発. 情報学研究, 25: 9-15.
- 22) 川嶋優花・矢野勝・植田真帆・森下博友 (2018) 中学校柔道授業における受身学習プログラムに関する研究 -斜め後受身と横転受身の学修による投げられた時の受身動作分析から-. 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 68 (2): 165-172.
- 23) 小澤雄二・阿部まりな・清田公保・濱田初幸・坂本将基・斎藤和也・井福裕俊 (2019) 「受け身」のドリルゲーム化を目指した実践研究 -小学校柔道選手を対象として-. 熊本大学教育実践研究, 36: 11-18.
- 24) 小澤雄二・石橋剛士・坂本道人・大川康隆・中原一・北井和利 (2012) 中学校柔道授業における「形」構築の試み. 武道学研究, 45 (1): 47-55.
- 25) 稲川郁子・畠山元政・阿部恭子 (2018) 柔道の「形」における具体的指導の重要性: 大学生に対する「投げの形」の授業実践から. 常葉大学健康プロデュース学部雑誌, 12 (1): 137-143.
- 26) 小澤雄二・石橋剛士・坂本道人・大川康隆・中原一・北井和利 (2012) 中学校柔道授業における「技をかけるきっかけ」構築の試み. 武道学研究, 47 (2): 103-112.
- 27) 野津一浩・杉山慎一郎 (2020) 保健体育科の授業における「学習内容」の探究 -柔道の技の仕組みを追究する授業実践を事例として-. 静岡大学教育実践相互センター紀要, 30: 137-146.
- 28) 有山篤利・山下秋二 (2015) 教科体育における柔道の学習内容とその学びの構造に関する検討. 体育科教育学研究, 31 (1): 1-16.
- 29) 黒澤寛己・横山勝彦 (2017) 「武道」領域における系統学習の導入政策: 体育科教育をめぐる政策アクターの分析を視点に. 同志社スポーツ健康科学, 9: 9-18.
- 30) 文部科学省 (2017) 小学校学習指導要領 (平成29年告示) 解説保健体育編. 東洋館出版社.
- 31) 村瀬浩二・林修・片渕美穂子・池田拓人 (2018) 体育分野における小中接続を円滑にするために各領域に求められる資質・能力 -新学習指導要領の実技内容に対応して-. 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 68 (2): 7-15.
- 32) 森下博友・池田拓人 (2017) 小学校体育授業における「受け身」を取り入れた体づくり運動の実践. 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 67: 69-75.
- 33) 曾我部晋哉・三宅仁・瀧本誠・坂本道人・福見友子・佐藤愛子・岩崎晋・泉原嘉郎 (2015) 安全な柔道授業実施に向けた幼児期・児童期

の基礎運動能力向上のための段階的教育システムの検討－ドイツのコーディネーション・トレーニングを参考に－. 2015年度笹川スポーツ研究助成.

- 34) 文部科学省 (2012) 幼児期運動指針. [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/undousisin/1319771.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm), (参照日 2022年2月25日).
- 35) 永木耕介・山口昭彦・小林稔・千駄忠至 (2003) 「じゅうどうあそび」による体ほぐし運動の可能性について. 実技教育研究, 17: 67-73.
- 36) 飯島夏実・平野智之・茅野理子 (2016) 小学校体育における「体ほぐしの運動」教材の有効性の検討－「じゅうどうあそび」の授業実践を通して－. 宇都宮大学教育学部教育実践紀要, 2: 239-242.
- 37) 川戸湧也 (2015) 中学校柔道授業に及ぼす直前のマット運動単元の効果の検証. 2015年度笹川スポーツ研究助成.