

中学校 保健体育科 部会

部会長名 鷹峰中学校 校長 高橋 孝徳
実践者名 川崎中学校 教諭 矢守 正宜

1 研究主題

柔道の授業における視聴覚教材の活用と言語活動

2 主題設定の理由

(1) 指導観とこれまでの課題から

柔道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化として伝統的な行動の仕方が重視される運動で、相手の動きに対応した攻防ができるようにすることをねらいとし、自己の能力に応じて課題の解決に取り組んだり、競い合ったりする運動である。

また、礼儀作法を尊重して練習や試合ができることを重視する運動であるため、学習指導要領の目標にある『心』と『体』の一体化が図られ、学校体育のみならず、生涯スポーツまでの『明るく豊かな生活を営む態度』の育成につながる運動である。

これまでの授業では、目指す動きや習得させたい技は教師の説明や師範だけになり、生徒の理解度やより具体的なイメージができにくい課題があった。また、生徒自身が自分の動きを客観的に見ることがないのでどのような動きになっていて、どこに課題があるかを把握しにくい課題もあった。

そこで、視聴覚教材を活用し、まず自分たちの動きを確認させること、次に有段者の動きと比較させ、自分たちの動きとの違いやポイントを発表させる活動をすることで自分たちの課題を視覚で把握でき、目指す動きをより具体的にイメージさせるのに有効であると考え本主題を設定した。

(2) 今後の教育の方向から

大内刈りから体落としという連絡技の中には、大きくわけて①大内刈り②重心を移動させるためのステップ③体落としという課題がある。その一つ一つを見るために、3本の中で1本目に大内刈りを見る。2本目には体落としを見る。3本目に全体の流れを見るように指示する。その時にどのような動きになっていて、どうしないといけないかを生徒だけの力では伝えることができないと考え、視聴覚教材をリピート再生させておく手立てをとる。

それにより、課題に対して瞬時に目指す動きを伝えることができ、技能の習得が未熟な生徒同士であっても教え合う活動ができ、教師のアドバイスや師範を待つことなく練習ができる。また、「教師が他のグループを教えている間を待つ」といった活動にとって無駄な時間を省くことができると考える。そして、相互評価をするときにどこを見ればいいかを具体的に示すことで、複雑な動きの中のどこに躓きがあるかを見つけることができる。

次に、自己評価、他者評価は学習プリントを使用する。この中で、自己評価と他者評価を比較する欄を設けたことで、自分の感覚ではうまくできているつもりでも、他者から客観的に見られることで自分では気づいていない課題を見つけることができると考えたからである。

このことから一斉授業ではなく、グループ活動の中で生徒の言語活動が技の習得には必要不可欠であると考え本主題を設定した。

3 主題の意味

(1)「柔道における視聴覚教材の活用」とは

- ① 教師だけの説明・師範だけでは不足している部分を視聴覚教材で（DVD映像）で補い、映像と理論で目指す動きをより具体的にイメージさせることである。
- ② 普段見ることができない自分たちの動きを見ることで課題を発見したり、有段者の動きと見比べ違いやポイントを発表させることである。
- ③ グループでの練習の際に視聴覚教材をリピート再生しておくことで、常に手本を見ながら課題を指摘し合い動きを修正させることである。

(2)「言語活動」とは

- ① 自己評価と他者評価を比較することで、自分の感覚ではうまくできているつもりでも、他者から客観的に見られることで自分では気づいていない課題を見つけることができることである。
- ② 筋道を立てて練習や作戦について話し合う活動であり、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促し、主体的な学習活動が充実することである。

4 研究の目標

視聴覚教材を積極的に活用し、目指す動きをより具体的にイメージさせることで生徒の意欲を引き出す。また、普段見ることができない自分たちの動きをふり返り課題を発見したり、有段者の動きと見比べ違いやポイントに気づかせる。次に、自己評価・他者評価による言語活動を行い、主体的な学習活動を通して大内刈りから体落としへの連絡技の技能を高める。

5 研究の仮説

- 視聴覚教材を活用し、目指す動きをより具体的にイメージさせる。 **【手立て1】**
- 視聴覚教材の内容である、自分たちの動きと有段者の動きを見比べ、違いやポイントを発表させる。 **【手立て2】** [言語活動1]
- 視聴覚教材をリピート再生しておき、グループでの練習中に常に手本を見ながら課題を指摘し合い動きを修正させる。 **【手立て3】** [言語活動2]
- グループで1人3本投げを交代しながら繰り返し練習させ自己評価、他者評価を行わせ、1本目に大内刈りを、2本目に体落としを、3本目に全体の流れを見ることで連絡技のどこで躓いているかがわかるようにする。 **【手立て4】** [言語活動3]

6 研究の計画

(1) 単元 「柔道」

(2) 単元の目標及び指導計画

単元		柔道	総時数	1 2 時間	時期	1 1 月
単元の目標		○武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方を理解し、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。 (関心・意欲・態度) ○活動場所や活動内容の安全を確認しながら取り組むことができる。 (思考・判断) ○自分の体力や体格に応じた技を身につけたり、対人技能を高めたりすることができる。 (技能・表現) ○柔道の歴史や特性、礼法を理解することができる。 (知識・理解)				
次	時	具体的な目標	学習活動・内容	指導上の留意点(援助・支援)		
一 次	2	○礼儀作法を身につけることができる。	・座礼、立礼を行う。	・礼法は相手に対して尊敬の心を表わす形であり、「礼に始まり、礼に終わる」考えを理解させる。		
		○正しい受け身ができるようになる。	・前受け身、後ろ受け身、横受け身、前回り受け身を行う。	・腕全体をしっかりと使うための腕の角度と、倒れる時にあごを引いておくことに注意させる。		
二 次	4	○基本動作を身につけることができる。	・固め技を行う。 ・けさ固め、横四方固めを行う。	・取は「すき間なく固める」「バランスをとる」受は「すき間を作り最終形を崩す」ようにさせる。		
		○投げ技と受け身ができるようになる。	・組み方と姿勢を行う。 ・投げ技と受け身を行う。 ・膝車、大腰、体落とし、大内刈り、小内刈りを行う。	・相手の姿勢や、技の特徴などによって最も効果のある組み方があることをおさえさせる。 ・取は投げ技を受はその技に応じた受け身を取らせる。		
		○正確に技をかけることができるようになる。	・かかり練習を行う。	・安全に留意させ、ゆっくり正確にリズムを揃えて投げさせる。		

三 次	本 時 3 / 6	○動きながら正確に技をかけることができるようになる。	・約束練習を行う。	・技や重心の移動条件を互いに約束し、受は技がかかりやすいように取の動きに応じさせる。
		○安全に身体を処理できるようになる。	・自由練習を行う。	・体重・身長があまり違いすぎない相手と正しい姿勢で練習させる。 ・学習した技のみで行わせる。

7 実際の指導

(1) 平成24年11月9日 金曜日 第5校時 柔道場

(2) 本時の指導観

本時は視聴覚教材を活用し、目指す動きをより具体的にイメージさせることで生徒の意欲を引き出し、グループ活動においては、自己評価・他者評価による言語活動を取り入れ、技能の向上を図ることがねらいである。

(3) 主眼

- 約束練習で大内刈りから体落としへの連絡技がスムーズにできるようになる。
- 仲間と互いに技の習得について評価・アドバイスをを行い、課題解決を図っている。

(4) 準備

柔道着、デジタイマー、パソコン、プロジェクター、スクリーン、ホワイトボード、学習プリント

(5) 展開

	学習内容・活動	指導上の留意点	評価規準	配時
導 入	1 学習の準備をする。 ・集合・整列・挨拶をする。 ・出欠確認をする。	・礼儀作法を大切にさせる。 ・健康観察をする。	【関・意・態】	10分
	2 準備運動をする。 ・体操 ・受け身（後ろ・横）	・周りとの間隔に気をつけさせ、安全に留意させる。		
	3 寝技の練習をする。 ・背中合わせ(20秒×3本)	・背中合わせから始め、寝技の試合形式の練習をさせる。 ・周りとの間隔に気をつけさせ、安全に留意させる。		

展 開	4 視聴覚教材を見て、意見を発表する。	・前時までの自分たちの動きと有段者の動きを見比べ、違いや技のポイントを発表させる。		
	5 本時のめあてと学習内容の説明を聞く。 めあて 大内刈りから体落としへの連絡技がスムーズにできるようになる	・本時のめあてと内容を理解させる。		
	6 投げ技の練習をする。 (1) かかり練習 ・大内刈り ・体落とし (2) 約束練習 ・大内刈りから体落とし (3) 視聴覚教材を活用しながらグループ練習をする。 ・大内刈りから体落とし	・同じ技を繰り返し練習させ、崩し・体さばき・かけ方・力の用い方を身につけさせる。 ・全員で1・2・3のリズムで行わせる。 ・かかり練習で習得した個々の技をさらに上達させるため、技や移動条件を互いに約束して練習させる。 ・大内刈りで相手の重心を後ろにさげさせ、戻ってくる相手の力を利用して体落としをかけさせる。 ・一連の流れを、「1・2・3、1・2・3」のリズムで覚えさせる。 ・4人組で大内刈りから体落としの連絡技を相互評価をしながら練習させる。 ・グループ内の相互評価によって学習を進め、互いにアドバイスをを行うように指示する。 ・動きの手本をスクリーンの映像で確認しながら、練習させる。	【技能】	35分
ま と め	7 本時のまとめをする。 ・本時の反省と次時の確認をする。 ・挨拶をする。	・本時の学習を振り返らせ、学習プリントに今日の練習で自分が考えたこと、工夫したこと、仲間からのアドバイスを記録し、次時の目標設定を行うように指示する。 ・礼儀作法を大切にさせる		10分

8 研究のまとめ

(1) 手立て1及び手立て2について

これまでの授業では、目指す動きや習得させたい技は教師の説明や師範だけになり、生徒の理解度やより具体的なイメージができにくい課題があった。また、生徒自身が自分の動きを客観的に見ることがないのでどのような動きになっていて、どこに課題があるかを把握しにくい課題もあった。

そこで、視聴覚教材を作製し自分たちの動きを確認させた。また、有段者の動きと比較させ違いやポイントを発表させた。

そのことにより、自分たちの課題を視覚で把握でき、目指す動きをより具体的に把握することができていた。また、違いやポイントを各技の絵の上に貼ったことで気をつけるべき課題が把握しやすかったとの感想があった。

このことにより、手立て1及び手立て2は有効であったと考える。

(2) 手立て3について

グループ練習では1人1回3本投げさせ、自己評価及び他者評価を行いながら互いに課題を指摘し合い何度も練習をさせた。

大内刈りから体落としという連絡技の中には、大きくわけて①大内刈り②重心を移動させるためのステップ③体落としという課題がある。その一つひとつを見るために、3本の中で1本目に大内刈りを見る。2本目には体落としを見る。3本目に全体の流れを見るようにさせた。その時にどのような動きになっていて、どうしないといけないかを生徒だけの力では伝えることができないと考え、視聴覚教材をリピート再生させておく手立てをとった。

そのことにより、課題に対して瞬時に目指す動きを伝えることができ、技能の習得が未熟な生徒同士であっても教え合う活動ができた。また、教師のアドバイスや師範を待つことなく練習ができることで、「教師が他のグループに教えている間待つ」といった活動にとって無駄な時間を省くことができた。そして、相互で評価をするときにどこを見ればいいのかを具体的に示したことで、複雑な動きの中のどこに躓きがあるかを見つけることができていた。

(3) 手立て4について

次に、自己評価と他者評価は学習プリントを使用した。この中で工夫した点は、自己評価と他者評価を比較する欄を設けたことである。これは、自分の感覚ではうまくできているつもりでも、他者から客観的に見られることで自分では気づいていない課題を見つけることができると考えたからである。

実際、こちらの予想通り友達に言われて初めて気づけたことがあったので良かったとの感想があった。

これらのことから、手立て3及び手立て4についても有効であったと考える。

9 成果と課題

(1) 成果

視聴覚教材を活用したことで、目指す動きや習得させたい技の説明がしやすく、生徒の理解度も上がりより具体的なイメージをさせることができた。また、生徒自身が自分の動きを客観的に見れたことで、自分がどのような動きになっていて、どこに課題があるかを把握することができていた。また、自分たちの動きと有段者の動きを比較させ違いやポイ

ントを発表させながら、ホワイトボードに準備していた各技の絵の上に貼ったことで気をつけるべき課題を動きとキーワードで把握することができた。

大内刈りから体落としという連絡技を確実に見るために、1本目に大内刈りを、2本目に体落としを、3本目に全体の流れを見るようにさせたことが、複雑な動きの中のどこに躓きがあるかを見つけることができ、有効であった。

次に、視聴覚教材をリピート再生させておくことで課題に対して瞬時に目指す動きを伝えることができ、技能の習得が未熟な生徒同士であっても教え合う活動ができ、有効であった。また、教師のアドバイスや師範を待つことなく練習ができ、「教師が他のグループに教えている時間を待つ」といった活動にとっての無駄を省くことができた。

(2) 課題

本実践でとった手立てについては生徒の理解度、習得状況から見ても概ね有効であったと考えるが、次のような課題が上がった。

- ① 視聴覚教材への生徒の興味が高く、それを活用して発表等をする活動が長くなってしまった。
- ② 学習プリントの記入の仕方等の説明に時間がかかった。
- ③ 上述のことから、生徒の活動の時間が短くなってしまった。

◎参考文献

- 文部科学省 『中学校学習指導要領解説 保健体育編』
福岡県体育研究所 『「指導と評価の一体化」を図る体育学習の展開』