

特集 中学校の保健体育で 武道の授業が始まる



お願いします！

〜礼に始まり礼に終わる〜

柔道、空手、剣道、少林寺拳法…、文字だけを見ても凛々（りり）しいイメージが湧きますが、これらはスポーツの中で「武道」と分類されています。学習指導要領に基づき、平成24年度から「武道」と「ダンス」が、中学校の保健体育の授業で必修化されました。中でも、日本の「伝統・文化」を正しく継承し、教育の使命である「人づくり」の醸成が期待されている「武道」。

今号では、「武道」が必修化された経緯と市立中学校で始まった「武道」の学習状況をお知らせします。

「武道」や「ダンス」が保健体育の授業で必修化に

平成20年1月、中央教育審議会の答申（学習指導要領の保健体育分野）において、「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現すること」を重視した改善を図る「武道」についてはその学習を通じてわが国固有の伝統と文化に、より一層触れることができるよう指導のあり方を改善する」と示されました。中学校に関しては「第1学年及び第2学年と第3学年に分け、第1学年及び第2学年は体づくり運動、器械運動、陸上競技、水泳、球技、武道、ダンス及び知識に関する領域をすべて履修させ、第3学年では運動

に共通する特性や魅力に応じて器械運動、陸上競技、水泳、ダンスのまとまりと、球技、武道のまとまりからそれぞれ選択して履修することができるよう、すべての生徒が履修する武道とダンスについてはこれまで以上に安全確保に留意し、必要な条件整備に努めるなどの取り組みが必要である」と提言されました。同年3月、中学校学習指導要領が改訂され、正式に「武道」と「ダンス」が履修科目となりました。平成18年12月には教育基本法が改正され、教育振興に関する施策の総合的・計画的な推進を図るために「教育振興基本計画」が策定され、この計画においても平成20年7月に「規範意識を養い、豊かな心と健やかな体をつくる」として「わが国固有の伝統的な文化である武道の振興を支援する」、「知識・技能や思考力・判断力、学習意欲等の『確かな学力』を確立する」として「中学校保健体育の武道必修化に伴う施設整備や教員研修を

国と東京都による 条件整備が進む

文部科学省はこれまでも「施設」「指導者」「用具」等の条件整備に向けて、次のような内容で予算を措置し、武道の振興を図ってきました。

《武道場の整備》公立中学校の武道場の整備（45億3400万円）《指導内容の充実》①武道等指導推進事業（3億2088万円）…地域の指導者の技術及び安全に関する専門的な指導力の活用方策や派遣する競技団体等の支援体制の強化に関する実践研究を実施▽教員を対象とした安全指導の充実を図るための取り組みを推進▽独教員研修センターや武道関係団体との共催に

「武道」に似た言葉に 「武術」がありますが…

日本の伝統文化として長く受け継がれてきた「武術」は、明治以降に競技化され、「スポーツ武道」として発展してきました。しかし、競技化されなかった「武術」も「古武道」として公開演武を中心に技法の保存がなされ、貴重な無形文化財となり注目を集めつつあります。こうした「スポーツ武道」と「古武道」とを総称して、「武道」と呼ばれています（出典：『図説日本武道辞典』笹間良彦著・柏書房）。

より、専科の体育教員や武道の部活動指導者を対象に各地域のリーダーとなる教員を養成するための武道講習会の実施 ②運動部活動地域連携

再構築事業（2億7193万円）…運動部活動等への地域スポーツ人材の活用についての実践研究を行い、多くの生徒が参加する機会を確保するため地域と連携した新たな形態についての実践的研究の実施 ③武道関係教材等の充実…平成24年度から10年間にわたる「義務教育諸学校における新たな教材整備計画」に基づく所要の地方財政の措置など ④（独）日本スポーツ振興センターによる（公財）日本体育協会や（財）日本武道館等への補助

このような国の動きを受け、東京都教育委員会では、授業における柔道の安全指導についての徹底を図ってきました。平成23年度には「武道・ダンス・体育理論指導事例集」を作成し、公立中学校・高等学校・特別支援学校等の保健体育科の教員約7100人に事例集を配布しています。

【事例集の概要】
「武道」には柔道・剣道・相撲…なぎなたを、「ダンス」には創作ダンス・フォークダンス・現代的なリズムのダンスを取り上げ、種目の特性と学習指導、指導上の留意事項などが示されています。

また、事例集には「外部指導員を活用するモデル校」として指定された学校の事例を参考に、以下のようにならんでいます。
【モデル校における主な成果】専門家による生徒への

基本指導や助言の仕方を教員自身も学べた▼専門家の模範的な技や演技を直接見ることで、生徒の関心や興味が高まることも、安全な指導により恐怖感が薄れたり動きのイメージをつかんで積極的に動けるようになり、学習意欲が高まった▼礼法の意味や意義が分かりやすく解説され、正しい礼法を身に付けることができた【モデル校における主な課題】学校近隣の専門的指導者の情報が少ないため、大学や競技連盟等に派遣依頼をすることが多く、東京都教育庁人材バンクを周知するなど、都内のどの地域においても同様に実施できる仕組みの整備が望ましい▼外部指導員を導入する場合、教員自身が「ティームティーチング」の効果を高めるための指導方法をより一層工夫し身に付ける必要がある、などが挙げられています。

市立中学校では 「柔道」を選択

昨年度から始まった柔道の授業について、中央中学校の井戸川校長先生に、同校での取り組みを中心に伺いました。

「従来、武道は男子のみの体育の授業で行われ、女子はダンスを行っていたことから、本市では引き続き柔道を選択することになりました。昨年から男女ともに履修することで、特に女子の指導に当たっては、体力の面や触れ合って遊ぶことが少ないこと等の面で、男子よりもけが等による不慮の事故につながる懸念があります。そのためにも指導教員の指導技

「礼に始まり礼に終わる」と言われる柔道。柔道にはどんな礼法があるのでしょうか…
「礼法」とは、「相手に対して尊敬の心を表す形」と言われています。柔道を学ぶ者は初心者や帯の色のように真っ白な心で相手を尊重し、驕（おこ）ることなく切磋琢磨する人となるために、この礼法を先ず身に付けます。具体的には立ったまま行う「立礼」と座って行う「座礼」の二つがあり、柔道の形や試合、乱取りの始めと終わりに必ず行われます（出典：（公財）全日本柔道連盟のホームページ）。

術、特に、安全に配慮した指導方法が重要です。本市では、3年前から、保健体育科教員のために東京都の研修とは別に、市内でも研究授業や夏季特別実技研修を開き、専門の講師の下で指導技術の向上に努めてきました。しかし、まだ十分とは言えず、今後も研修を重ねていく必要があると考えています。また、施設設備の面でも畳の不足や老朽化という課題があります。

『柔道』と言うと、『怖い』『痛い』というイメージが先に立ちますが、生徒の反応は思った以上に好評です。練習を重ねた中で、自分の力で相手を投げ・倒す・押さえ込むなどの技が決まることで、お互いに武道独特の爽快感を感じているようです。特に、体の小さい生徒が自分より体の大きい生徒や先生を倒せることは、大きな醍醐味のようです。授業では安全を第一に、基本的な動作の受け身、崩し、倒し、投げ、押さえなどを順序立てて丁寧に指導し、柔道独特の利にかなった動きを習得させています。昨年度の授業時数は各校で多少の差がありますが、男子は平均9時間、女子も8・5時間でした。指導教員に聞くと、生徒からは「もっとやりたい」との声もあるそうです。今



▲体育館で2年生の女子生徒が柔道の授業を受けています。手をつき、勢よく起き上がる「受け身」を練習中。繰り返すうちに体も温まり、動きの「きれ」もよくなりました。組み手の練習をする生徒と交互に行います（写真奥）〈中央中学校〉。

後、慣れてくると、どの学校でも時間数を増やしていくと思います。
さて、全国の公立中学校で男女ともに「武道」を履修することになったのなら、一つに、「精神と身体が柔弱になっている日本の現代社会の根本的な解決を目指し、武道を通してすばらしい日本人を育てる、立派な国民を育てる」という、教育本来の目的を達成することがあると思います。
『礼に始まり礼に終わる』武道の精神を身に付け、決まりやマナーが守れる、相手と組み合わせることの痛みが分かり、尊敬や感謝の気持ちが育つこと。また、強きや困難に立ち向かい、弱きを助ける思いやりの心が育つことを期待しています。そして、武道を通して心と体を鍛え、いじめや自殺、不登校がない社会になってほしいと思います。
また、同校の中学3年生・長澤佳奈芽さんからは、「畳に投げられるというところで、初めは『柔道は痛い、怖い』というイメージがありました。でも、受け身を練習して、それができるようになると、恐怖心はなくなってきました。技についても、相手を崩して投げのコツを覚えると、案外とうまくいき、気持ちがよか