

高等学校部会

# 「安全・安心な授業を目指して」

## ～怪我をしない・させない授業づくり～

### 1. はじめに

平成24年から中学校授業での武道必修化に伴い、柔道授業での安全面への配慮が強く求められるようになってきた。高知県立岡豊高等学校では入学時に武道選択希望調査(柔道・剣道)を取り、3年間を通して同一の武道授業を行っている。授業開始前アンケートによると、柔道経験者(柔道部員を除く)はほぼ一割となっており、中学校次には「剣道」、「相撲」を行っていた生徒が半数以上を占めている。また、アンケートの結果から柔道に対してのイメージは、「痛い」、「怖い」、「危険」というようなマイナスイメージを回答した生徒が全員であった。

このことから、柔道未経験なうえにマイナスイメージを持った生徒に対する不安を取り除きながら確かな学力・知識を身に付けるため、教員のみならず生徒間での事故防止を徹底する意識づけが必要である。

今年度は新型コロナウイルス感染症予防にも特化した授業展開となり、「怪我から身を守る」だけではなく、「病気にかからない」ことにも視点を置いている。そのため「組み合わせ」、「話し合う」、「集合する」というような密となる場面を避けた授業となるため、従来通りの授業展開を行うことができない。十分な感染症対策をとった授業でも従来通りの授業内容に劣らず、知識や技能を身に付けていく必要がある。

柔道の創始者である嘉納治五郎師範が唱えた「精力善用」「自他共栄」の考えのもと、柔道の技術だけではなく「鍛えた心と体を良いことに使い、自分だけではなく他の人と助け合いながら支え合いながら生きていく」というような「伝統的な考え方」も学んでいく必要がある。

### 2. 研究方法

#### (1) 研究項目

- 【1】密を回避し感染症予防を考えた授業
- 【2】怪我をしない・させないための安全な授業
- 【3】柔道に対して不安や恐怖心を取り除くための安心した授業

上記の3つの項目を重点に授業を行い、授業前アンケートと授業後アンケートの比較から検証を行う。

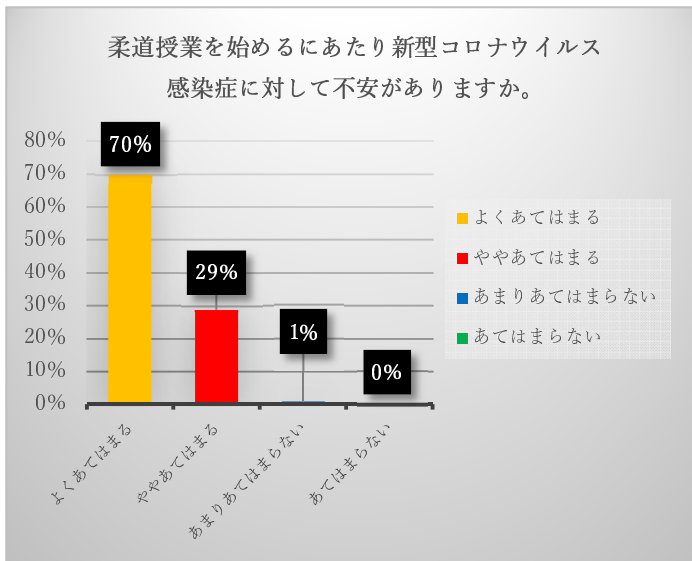
#### (2) 研究期間

令和2年5月18日から令和2年9月10日まで

### 3. 授業前アンケートより

#### 【1】密を回避し感染症予防を考えた授業

##### ☆授業前アンケートの結果



授業前アンケートの結果から柔道授業を開始するにあたり新型コロナウイルス感染症に対して不安がある生徒が9割以上となった。体育授業において「集合する」、「話し合う」という活動の場面は多くみられる。そのうえ柔道では相手と「組み合う」という密接な場面も想定される。このような状況下においても確かな知識・技術を身に付けていくためにも、できる限り授業の形態は変えずに3密（密閉・密集・密接）を避けた授業を展開する必要がある。

#### ○ 3密を避けるための手立て

- ①密閉を避けるため各扉、窓を開放し十分な換気の実施
- ②密集を避けるため全体での集合は禁止（分散授業の展開）
- ③密接を避けるため組み合っでの授業を禁止
- ④マスクを着用し、授業前後の手洗い、うがい、アルコール消毒の徹底

この4つの手立てに重点を置き指導を行った。

#### ①マスクを着用し、授業前後の手洗い、うがい、アルコール消毒の徹底

原則授業では、マスク着用として授業を行い、授業前と授業後では入り口に設置のアルコール消毒を教員主導のもと行わせた。

#### ②密閉を避けるため各扉、窓を開放し十分な換気の実施

風の流れることができるように対面側も必ず開放し換気を行った。授業中だけでなくできるだけ常時行い密閉空間を作らないように対策をとった。

#### ③密集を避けるため全体での集合は禁止（分散授業の展開）



授業で新しく習得する実技指導では、「集合」をしての指導を行うことが多い。感染症対策の観点から大人数の「集合」は「密集」空間を作ってしまうことから、2グループに分けての「分散学習」という形で授業を行った。1グループは本時で習得する「実技指導」を行い、もう1グループはその間に怪我防止のための「受け身の反復練習」を行った。実技指導終了後、グループを交代して授業を展開した。

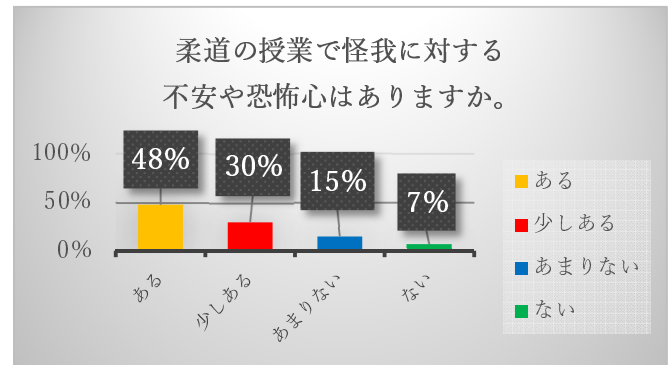
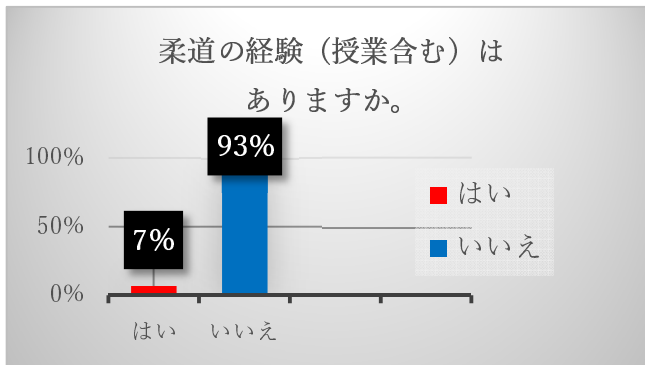
#### ④密接を避けるため組み合っの授業を禁止



相手との接触が基本となる柔道では感染症対策の観点から組み合うことを禁止した。組んでのからの投げる感覚を身に付けるためにも、道着を握ってから「崩し、作り、掛け」を意識して授業を展開した。

### 【2】怪我をしない・させないための安全な授業

#### ☆授業前アンケートの結果



授業前アンケートの結果から、9割以上が柔道未経験者ということがわかった。未経験者同士が柔道の授業を1から行うにあたり「怪我を回避する」という心がけが指導者側だけでは成立しない。そのためには怪我が起こりやすい状況を生徒が理解しておくことが大切である。そして、柔道に対するイメージについては「痛い」、「怖い」、「怪我」、「危険」といったマイナスイメージを強く持っている生徒が半数以上見られた。「怪我をする」ことを防ぐだけでなく、「怪我をさせない」ことにも力を入れて授業展開を行う必要がある。

#### ○怪我が起こりやすい状況・場面

- ①「取」が投げた後、引手を離すことやバランスを崩すなどの「取」の問題
- ②投げ脚が当たる場所の問題

この2つの怪我が起こりやすい状況を回避するために

- ①投げた後の引き手を離さない、ふらつき防止のため静止の徹底
- ②スペースを確認してからの実技指導（指さし確認）

この2つに重点を置き指導を行った。

### ①投げた後の引き手を離さない、ふらつき防止のため静止の徹底



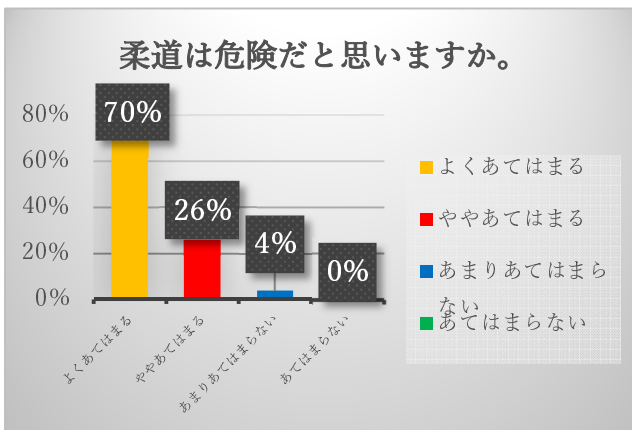
組み合っでの実技指導を行えていないのであくまでイメージになるが、投げ終わった後の姿勢が相手を守ることに繋がる。どの技に対しても必要不可欠であり、事故を未然に防ぐ安全な授業の考えとして指導徹底を行った。

### ②スペースを確認してからの実技指導（指さし確認）

実技指導の中で他グループとの衝突や投げた足が当たるなどから怪我が起きるケースもある。周囲の確認を生徒間でも行わせるが、動きが大きくなる実技ではどうしても間隔を空けている「つもり」で実践に入る生徒もいる。十分なスペースを教員が指さしで誘導し、確認を行ったうえで活動を行わせた

## 【3】柔道に対して不安や恐怖心を取り除くための安心した授業

### ☆授業前アンケートの結果



授業前アンケートの結果から、柔道に対して危険であると回答した生徒が9割以上となった。「痛い」、「怖い」、「怪我」、「危険」といったマイナスイメージを強く持った生徒が大多数を占め、技術指導、実践練習に入るにつれて抵抗が生まれると推測される。柔道に対してのマイナスイメージを払拭していくためにも不安や恐怖心を取り除いた授業づくり・指導方法が求められる。

### ○不安や恐怖心を取り除くための手立て

#### ①時間をかけて受け身の習得、基礎練習の反復練習（スモールステップ）

に重点を置き指導を行った。

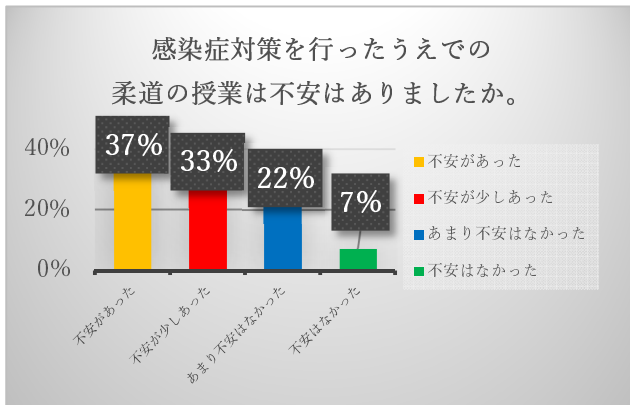
### ①時間をかけて受け身の習得、基礎練習の反復練習（スモールステップ）



受け身の習得にあたり、一番重要なことは「頭を打たないこと」である。頭部打撲、頸部負傷は重大事故につながる。受け身の指導に関しては、幅広く体制を変えての基礎練習を毎時間行った。最初は簡単な姿勢から行い徐々に負荷をかけて手厚く受け身の指導を行った。怖さから反射的に手を着いて体を守ろうとしてしまうことが、かえって怪我につながるので、しっかりと受け身の習得から「受け身は体を守るもの」という意識付けができるように指導を行った。

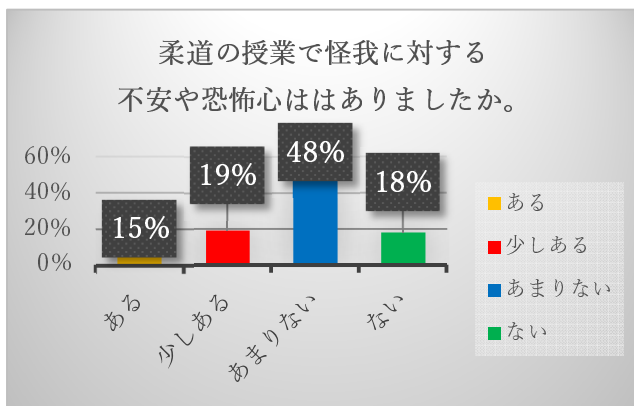
#### 4. 授業後アンケートの結果より

##### 【1】密を回避し感染症予防を考えた授業（授業後アンケート）



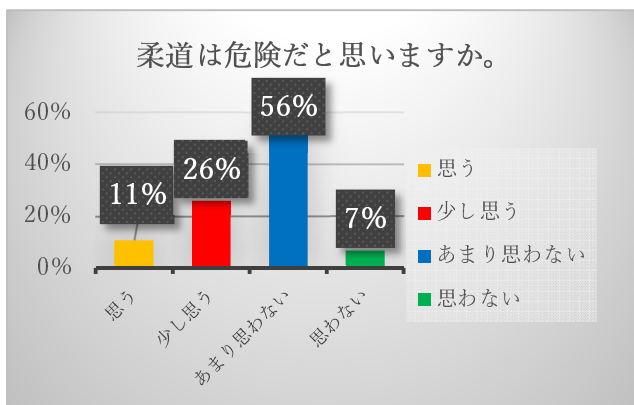
授業後アンケートの結果から「不安があった」、「不安が少しあった」と回答した者が半数以上を占めている。授業前アンケートの結果から「密を回避し感染症予防を考えた授業」を行ったが、不安を抱えたまま授業に臨んでいた生徒も多数いたことがわかった。

##### 【2】怪我をしない・させないための安全な授業（授業後アンケート）



事前アンケートの結果より怪我に対する不安や恐怖心を持った生徒が減少している。事前アンケートでは約8割が不安や恐怖心を持っていたが授業後アンケートでは約3割にまで減少した。

##### 【3】柔道に対して不安や恐怖心を取り除くための安心した授業（授業後アンケート）



柔道に対してマイナスイメージを持った生徒が授業前アンケートでは約9割いたが、授業後アンケートでは約4割に減少した。

## 5. 考察と結果

体育授業に向き合う中で「安全面の配慮」は避けては通れない道であり、その中でも柔道は重大事故につながる可能性があり「事故・怪我との隣り合わせ」である。今年度に限っては新型コロナウイルス感染症対策を講じた上での授業展開となり、いくつかの制限もある中での授業スタートとなった。

【1】密を回避し感染症予防を考えた授業では、授業の質をできるだけ落とさないように授業展開での工夫を行った。組み合わない授業でたしか知識と技能を身に付けることができるか心配であったが、相手を崩すイメージや柔道の投げ技の理合いについて体感することができた。分散学習では、受け身の習得を念頭に毎回の繰り返し学習で怪我防止に努めることができた。アンケート結果から不安を抱えたままの生徒もいたが、授業前アンケートより減少していることがわかる。さまざまな手立て、感染症対策を行うことで通常に柔道授業を行うよりも不安を軽減させられることがわかった。

【2】怪我をしない・させないための安全な授業では、まず怪我が起こりうる要因を抑え相手を怪我させないための引手を離さない決まりを徹底させることにより、投げ技での怪我を防ぐことができた。周囲の安全確認を自分自身で確認させ一人一人の安全意識を高め、その中でも教員の指さし確認を行うことで安全に柔道授業に取り組むことができた。

【3】柔道に対して不安や恐怖心を取り除くための安心した授業では、基本である受け身の習得に時間をかけて行った。頭部を強く打つことが最も恐れることであり、初心者が多い中での授業では毎時間繰り返し受け身の学習を取り入れた。受け身は自分自身を守ることなので、習得することで「怪我をしない」意識が強まり不安や恐怖心を解消につなげることができた。

## 6. 学習指導案

### 保健体育科 学習指導案

令和2年7月16日(木) 第4時限 (6/26)

高知県立岡豊高等学校

場所 柔道場

第1学年男子 5H13名 6H13名 7H1名 計27名

指導者 藤澤 征憲 印

#### 1. 単元名 武道 『柔道』

#### 2. 単元について

##### ○単元観

武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

中学校では、基本動作や基本となる技を用いて、相手の動きの変化に対応した攻防ができるようにすることをねらいとして、第3学年は、「得意技を身に付け」相手の動きの変化に応じた攻防を展開できるようにすることを学習している。

高等学校ではこれまでの学習を踏まえて、「得意技を用いた攻防を展開できるようにする」ことが求められ、入学年次では、「相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開すること」を学習のねらいとする。

したがって、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを深く味わい、武道の学習に主体的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にすること。役割を積極的に引き受け自己の責任を果たすことなどに意欲をもち、健康や安全を確保するとともに、武道の伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、課題解決の方法などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにすることが大切である。

##### ○生徒観

今回授業を行ったクラスは、1年普通科クラス5H、6H、7Hの合同講座となっている。運動部活動に所属している者が多く、身体を動かすことが好きな生徒が多く見受けられる。事前アンケートでは体育の授業が好きと答えた生徒は14名であった。このことから体を動かすことへの抵抗は少ないと思われる。「柔道の経験がない」と答えた生徒が26名と講座の9割以上を占めており、その中でも「柔道は危険だと思う」に対してははいと答えた生徒は19名であった。

柔道に対して痛い・怖い・怪我というイメージを強く持っている生徒が多いので、活動の中ではやや消極的な姿勢が見られる。柔道を初めて行う生徒が非常に多い講座であり、危険意識も持っているので安全面には十分配慮をして柔道の魅力や楽しさを伝えていきたい。



## ○指導観

柔道では、相手の多様な動きに応じた基本動作から、得意技や連絡技・変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開できるようにさせるために、反復練習を徹底的に行い、体で感覚を覚えるようにする。

武道に主体的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。伝統的な考え方、形の技の名称や見取り稽古、体力の高め方、課題解決の方法、試合の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できるようにする。

柔道は、相手に対して敬意を払うことと、武道の精神を理解させる。危険な状況や禁止事項を具体的に例示する。互いに注意し合うようにさせるなど、安全に十分留意した指導方法を工夫する必要がある。

柔道を通じて身に付けてもらいたいことは礼法であり、武道の精神を体で感じ、心で考えてもらうために、始めと終わりの挨拶については徹底させている。健康・安全面にも十分留意し、重大な怪我、事故につながらないように指導する。

1年次において「受け身」の習得を確実にを行い、怪我をしないための基礎練習を徹底して指導する。生徒同士での活動においても怪我を「しない・させない」ための意識づけを行い、授業の中で緊張感を持ちメリハリのある授業を展開する。全体で一斉に活動を行わせることは困難な場合もあるので、分散学習などを積極的に取り入れて事故防止・感染症対策を行っていききたい。

## 3. 単元の目標

### 「F 武道」

- (1) 次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を用いた攻防が展開できるようにする。
  - ア. 相手の多様な動きに応じた基本動作から、得意技や連絡技・変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防を展開すること。
- (2) 武道に主体的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。
- (3) 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古、体力の高め方、課題解決の方法、試合の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

4. 単元の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
内容のまとめりごとの評価規準	<p>・武道の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>・生涯にわたって武道を豊かに実現するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p>	<p>・武道の特性に応じて、攻防を展開するための得意技を身に付けている。</p>	<p>・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、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。</p>
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 武道の学習に自主的に取り組もうとしている。</li> <li>● 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。</li> <li>● 自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>● 互いに助け合い教え合おうとしている。</li> <li>● 健康・安全を確保している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自己の技能・体力の程度に応じた得意技を見つけている。</li> <li>● 提供された攻防の仕方から、自己に適した攻防の仕方を選んでいる。</li> <li>● 仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。</li> <li>● 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。</li> <li>● 武道を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技、連絡技のいずれかができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 柔道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書きだしたりしている。</li> <li>● 技の名称や見取り稽古の仕方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>● 柔道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>● 運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> <li>● 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> </ul>
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 柔道の特性に興味・関心を持ち意欲的に取り組もうとしている。</li> <li>② 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>③ 練習や試合で互いに助け合い高め合おうとしている。</li> <li>④ 決まりや約束事を守り、健康・安全をしようとしている。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 自己の課題・能力に応じた設定をしている。</li> <li>② 柔道の特性や技のポイントを見つけている。</li> <li>③ 技能が高まるためのアドバイスや話し合い活動を積極的に行っている。</li> <li>④ 課題や上達のための練習方法を設定し、振り返りを行うことができる。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① ポイントを押さえて基礎練習・技の練習を行うことができる。</li> <li>② 投げ技では、相手の多様な動きに応じた基本動作から、得意技や連絡技・変化技のいずれかができる。</li> <li>③ 固め技では、相手の多様な動きに応じた基本動作から、得意技や連絡技のいずれかができる。</li> <li>④ 習得した技を練習や試合で展開し活かすことができる。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 柔道の特性や基本動作および技のポイントを理解している。</li> <li>② 柔道の礼法や伝統的な考え方を理解している。</li> <li>③ 安全や怪我に留意した練習方法やポイントを理解している。</li> <li>④ 試合の方法やルールを理解している。</li> </ol>

5. 指導と評価の計画（全 26 時間）

時 数	指導のねらい（目標） ・学習内容、学習活動	評 価				
		関	思	技	知	評価方法
1	オリエンテーション ①学習の進め方 ②武道を学習する意義 【ねらい】柔道の伝統的な考え方や歴史を理解する。	①				観察
2	「柔道着の着方、畳み方、礼儀作法」 【ねらい】立礼、座礼を実践することができる。				①	観察
3	「基本動作を身に付ける①」 【ねらい】姿勢、進退動作、体捌きを身に付ける。				②	観察
4	「基本動作を身に付ける②」 【ねらい】横受け身、後ろ受け身を身に付ける。				①	観察
5	投げ技① 「大腰」 【ねらい】大腰の形を身に付け、投げの動作を実践することができる。		①			ワークシ ート
6	投げ技② 「背負い投げ」 【ねらい】背負い投げを習得し、投げのイメージを動きの中で実践することができる。		②			観察
7	投げ技③「体落とし」 【ねらい】動きの中で体落としの体捌きを実践することができる。	②				観察
8	「中間確認小テスト」 【ねらい】習得した基本動作と投げ技を一人で実践することができる。			①		観察
9	投げ技④「大外刈り」 【ねらい】安全に留意し正しく投げ、受け身のイメージを持つことができる。				①	観察
10	投げ技⑤「大内刈り」 【ねらい】技のポイントを理解し、技に入ることができる。		②			観察
11	投げ技⑥「小内刈り」 【ねらい】技の特性を理解し、動きの中で実践することができる。	②				観察
12	「実技テスト」 【ねらい】習得した投げ技を正しく実践し、ポイントを書き記すことができる。			①	①	観察 ワークシ ート
13	固め技①「袈裟固め」 【ねらい】特性を理解し、抑え方・逃げ方を実践することができる。		②			ワークシ ート
14	固め技②「横四方固め」 【ねらい】特性を理解し、抑え方・逃げ方を実践することができる。				③	ワークシ ート
15	固め技③「上四方固め」 【ねらい】特性を理解し、抑え方・逃げ方を実践することができる。			①		観察
16	固め技④「縦四方固め」 【ねらい】特性を理解し、抑え方・逃げ方を実践することができる。	②				観察
17	「実技テスト」 【ねらい】習得した固め技を正しく実践し書き記すことができる。			③		観察

18	「寝技の返し方」 【ねらい】 返し方のポイントを押さえ一人で実践することができる。		②			ワークシート
19	「投げ技の復習」 【ねらい】 投げ技の復習をし、次時の展開につなげられるようにする。				③	観察
20	「投げ技の得意技を身に付ける」 【ねらい】 自身に合った得意技を見つけるように考え判断することができる。		②			観察
21	「投げ技の連絡技」 【ねらい】 連絡技の特性を理解し、動きの中から一人で実践することができる。			②		観察
22	「寝技の乱取り練習」 【ねらい】 乱取り練習で習得した技術を駆使し攻防を行うことができる。	③			④	観察
23	「立技の乱取り練習」 【ねらい】 乱取り練習で習得した技術を駆使し攻防を行うことができる。	④				観察
24	「団体戦」 【ねらい】 立技、寝技を使い団体試合形式で実践することができる。		③		③	観察
25	「個人戦」 【ねらい】 立技、寝技を使い個人試合形式で実践することができる。		④			観察
26	「学習のまとめ」 【ねらい】 乱取り練習で今までに習得した技術を駆使し、攻防を行うことができる。				④	ワークシート

※1～2 1時間までは道着をお互いに組み合っでの練習は行わない計画とする。

6. 本時の指導 (6 / 26)

(1) 本時の目標

・背負い投げを習得し、投げのイメージを動きの中で実践することができる。

(2) 本時の評価規準

○柔道の特性や技のポイントを見つけている。【思考・判断②】

(3) 準備物 柔道着・マスク

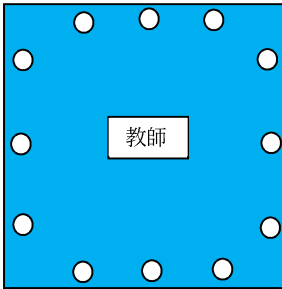
(4) 本時の展開

	学習の展開	指導上の留意点 (◎) と支援 (☆)	評価規準 評価方法						
導入 10分	1. 整列・挨拶・出欠確認 ・背負い投げを習得し、投げのイメージを動きの中で実践することができる。  2. 本時の学習内容の確認  3. 準備運動、補助運動 (回転運動)	◎密にならないように片手間隔を空けた状態で整列をさせる。 ◎授業開始前の健康状態チェック表を基に体調確認・出欠確認を行い、見学者には授業内容や教師の助言などを見学用紙に書くように指示する。体調不良者については保健室へ行くように指示する。  ◎本時の学習内容を説明し、生徒に授業の見通しを持たせる。  ◎道場全体を広く使い準備体操を行う。 ◎怪我予防のため伸展部位を意識させ、呼吸を止めずしっかりと伸ばすように声かけをする。 ◎補助運動で負荷のかかる部位のストレッチを入念に行わせる。 ◎柔道の受け身につながる補助運動(回転運動)を行わせ、生徒の体の柔軟性や巧緻性を確認する。 ◎回転運動は教師の合図で行い、列による密を防ぐため一方通行で行わせる。 ☆回転運動が苦手な生徒は無理せず、できる範囲で怪我のないように行わせる。							
	4. 受け身の復習 ・後ろ受け身 <table style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr> <td style="font-size: 3em; vertical-align: middle;">}</td> <td>長座 10回</td> </tr> <tr> <td></td> <td>中腰 10回</td> </tr> <tr> <td></td> <td>立姿勢 10回</td> </tr> </table>	}	長座 10回		中腰 10回		立姿勢 10回	◎道場半面を使い広く感覚を取り号令係の指導のもと受け身の繰り返し学習を行わせる。 ◎注意点をまとめたものを号令係が周知し、ポイントを意識しながら正確に行わせる。	
}	長座 10回								
	中腰 10回								
	立姿勢 10回								

## 分散学習

※感染症対策の観点から一斉に集合をさせての実技指導は難しいと判断し、怪我予防には「受け身」の繰り返し学習が必要不可欠であることから「受け身」と「本時で習得する技」の分散学習を行う。

※5Hが受け身の繰り返し学習、6、7Hが背負い投げの学習から始める。終了後、交代をして学習を進める。

<p>展開 3 5 分</p>	<p>・横受け身 { 寝姿勢左右10回 立姿勢左右10回</p> <p>・前回り受け身 { 右2回 左2回 ※2周</p> <p>5. 背負い投げ (一人で行う)</p> <p>・映像を見せる</p> <p>・教師の手本</p> <p>・全体での練習</p> <p>6. 移動しながらの背負い投げ</p> <p>・前に出ながら背負い投げ</p> <p>・後ろに下りながらの背負い投げ</p>	<p>☆復習の形になるので、ポイントを押さえた練習を意識することを伝える。</p> <p>☆教師は背負い投げの学習の指導を行い受け身の復習の巡回ができないので、号令係の指示を聞きメリハリをつけて行うように指導する。</p> <p>◎映像を見てイメージを膨らませる。</p> <p>◎道場半面を使い間隔を空けて、説明をしながら教師の手本を見せる。</p>  <p>背負い投げの手順</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 左手と右手は上にバンザイするようなイメージで、相手を前に崩す。</li> <li>2. 「1」の崩しの動作と同時に右足を左斜め前に踏み込む。</li> <li>3. 体を回転させながら右肘を相手の右腕に差し込む。</li> <li>4. 「取」の背中と「受」のお腹が重なるようにし、膝を曲げておんぶができる状態にする。</li> <li>5. 膝の伸展を利用し右肩越しに投げる。</li> </ol>	<p>柔道の特性や技のポイントを見つけている。</p> <p>【思考・判断】</p>
<p>まとめ 5 分</p>	<p>7. 振り返り</p> <p>8. 整理運動</p> <p>9. 体調確認・挨拶・解散</p>	<p>◎本時の授業で学んだポイント・要点を説明する。</p> <p>◎生徒の体調を確認したあと、体通不良者については保健室へ行くように指示し引継ぎを行う。</p> <p>◎授業終了後、必ず手洗い・うがいを行わせアルコール消毒をすることを指示する。</p>	

## 7. まとめ

今年度1学期では新型コロナウイルス感染症予防の観点から、例年とは全く異なった授業の流れ、授業方法となり様々な制限がある中での柔道授業開始となった。中学校でも柔道授業を行っている生徒は少なく初心者が多い中でのスタートとなり安全面の配慮は十分に計画を練り最大限に行える活動を行った。

授業前アンケートの結果から柔道に対してのマイナスイメージを強く持っている生徒が多かったが、まず不安を取り除く授業展開を行っていくことでマイナスイメージも解消につながっていったと感じる。従来の授業方法ではなく、その年、その時、その生徒たちに対して見合った授業展開を考える必要があると感じた。「組めない柔道」ではなく「組まない柔道」の在り方も一つ授業実践において有効な手立てであると感じた。「組まない」ことにより技の理合いや技の奥深さを感じることができ、【思考・判断】を行える授業展開となった。その反面、組まない限りは【技能】の習得も限られることとなり、投げる感覚や投げられて受け身を取る感覚といった面では劣ることになった。

柔道授業においていまだ重大事故が途絶えない中、指導者の専門的知識・指導方法の工夫が求められる。新型コロナウイルス感染症予防を行いながら、柔道を通して伝統的な文化や行動、考え方を伝えていかなければならない。嘉納治五郎師範が説いた「精力善用自他共栄」の精神をいまだからこそ教え伝えていかなければなりません。柔道を通しての人間教育を行い、信頼し助け合う心を育み自分だけでなく他人と共に栄えある社会を作る精神と身体を高めていくことが根源になければなりません。

今回の研究実践では授業開始前と開始後のアンケート比較から研究を行い、安心安全な授業に向かうための有効な授業づくりを行うことができた。怪我・事故と隣り合わせではあるが、今後も緊張感を持ちながら未然に事故防止に努めていき、一人一人が主体的に考え行動し作り上げていくための研究や授業づくりを考えていきたい。