

1 単元 けさ固め・横四方固めからの逃げ方 ～柔道「抑え技」～

2 指導の立場

＜子どもの実態から＞

子どもは、マット運動において、自身の体を使って技を行う経験をしている。そこでは、自己や仲間の課題を様々な練習方法で解決したり、他者と関わることで技能の向上が促されることに気付いたりしてきた。このような子どもが、個人の技能向上を目指すマット運動に比べ、相手がいないと成り立たない柔道の学習に取り組めば、さらに他者と関わり合いながら課題を解決し、授業を創っていく姿が見られるだろう。

そこで、単元を構想するにあたっては、次のような教材を設定する。

＜教材について＞

本教材は、固め技を用いて相手を抑え、「一本」を目指して勝敗を競い合い、互いに高め合う武道である。また、相手を尊重する心を示す礼儀が重んじられる。子どもは、単元を通じて他者と関わり合う授業の中で、相手のことを思いやる心を育みながら、柔道の楽しさを感じていくだろう。ここでは、仲間との「する・みる・支える・知る」の多様な関わりを通して、授業を創っていく姿を大切にしたい。

そこで、指導にあたっては、次の点に留意する。

＜指導上の留意点＞

- 第一次では、簡単な動作や動きを教え合う活動を設定する。そうすることで、他者と常に関わり合いながら授業が進んでいくことを意識できるようにする。
- 第二次では、手本動画と自分たちの動きとを確認しながら技を身に付ける活動や抑え技から逃げる方法を探る活動を設定する。そうすることで、子どもが主体的に技の習得を目指すことができるようにしたり、課題解決のために、自分たちで答えを導き出したることができるようにする。
- 第三次では、簡易の試合の場を設定する。そうすることで、学習してきた内容を基に、攻防の仕方を考え、自分たちで試合の運営・判定を行うことができるようにする。

3 目標

- (1) 柔道について、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、技術の名称や行い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、抑えるなどの簡易な攻防をすることができるようにする。 (知識及び技能)
- (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ができるようにする。 (思考力、判断力、表現力等)
- (3) 柔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、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健康・安全に気を配ることができるようにする。 (学びに向かう力、人間性)

4 well-beingにつながる学びについて

本学園では、well-beingを「個人だけでなく、社会や地球環境まで含めた全体的に良好な状態」と捉えている。well-beingの実現には、教科等の本質に迫る授業で身に付けた資質・能力を、人生において自在に発揮できる子どもを育成することが必要不可欠である。そのためには、エージェンシー（変化を起こすために、自分で目標を設定し、振り返り、責任をもって行動する能力）の育成及び発揮が重要な課題であると考えている。

本学園の体育・保健体育部では、他者と協働しながら運動の楽しさや喜びを見いだしたり感じたりする子どもを育成する授業が、教科の本質に迫る授業だと捉えている。また、エージェンシーを発揮している姿を、他者との関わり合いの中で、課題解決に向けて思考判断し、伝え合う中で、自分たちで授業を創っていく姿だと捉えている。本単元においては、教師主導の授業から段階を追って子ども主導による意思決定を行えるような場を設定する。道着を着るところから簡易の試合までを、他者と関わり合いながら教え合ったり課題を解決したりしながら、試合ができるところまで自分たちで創っていく様相がエージェンシーを発揮した姿だと考えている。

このような学習を経験した子どもは、他者と「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方を通して、その時々 conditions に合わせた運動の仕方を考え、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力が育つようになり、well-beingの実現につながるだろう。

5 指導と評価の計画（総時数 8 時間）

次	学習活動・内容	エージェンシーを発揮するための手立て	知	技	思	主
一 ②	○ 柔道の特性や成り立ち、伝統的な考え方などを理解するとともに、作法や道着の着方、学習の進め方などを確認する	○ 作法や道着の着方について教え合う活動を通して、他者と常に関わり合いながら授業が進んでいくことを意識づけるようにする				① 観察
二 ⑤ 本時 5 ／ 5	○ 班学習を行うことで、受け身について理解する（タブレット端末の活用） ・後ろ受け身 ・横受け身 ○ 抑え込みの条件を確認し、班学習を行うことで、抑え技について理解する ・袈裟固め ・横四方固め ● 抑え込みの状態からどのようにして逃げるか探る	○ 受け身や抑え技についてタブレット端末で仲間と確認しながら動画に動きを近づけていく活動を通して、教師主導の活動から子ども主導の活動へと移行し、子ども自らが主体的に技を習得することができるようにする ○ 習得した技から逃げる方法を探る活動を設定することで、自分たちで答えを導き出し、課題解決を図ることができるようにする	① 学習 カード 観察	① 観察 動画	① ② ③ 学習 カード 観察	② 観察 ③ 学習 カード 観察
三 ①	○ 学習した抑え技で、審判をつけて試合の攻防を行う ・仰向けの状態 ・背中合わせ ・膝立ち	○ 習った技、見付けた逃げ方を基に試合を行ったり、審判を行ったりする	② 学習 カード 観察	③ 観察 動画		

6 本時案 ー第二次・5 時分ー

- (1) 主眼 取から「逃げる」方法を班で探り，発表する活動を通して，技をかけられたときの自分にとって効果的な逃げ方を見付けることができる。
- (2) 準備 プロジェクター，タブレット端末，道着
- (3) 学習の展開

学習活動・内容（発問）	予想される子どもの反応	指導上の留意点	分
1 抑え込みの条件を確認する 抑え込みの条件とは何だっただろうか ・抑え込みの条件	ア 相手を上半身でおさえる イ 相手と向かい合う ウ 相手を仰向けにする エ 相手に乗っかっていたらいい オ 相手に束縛されてなかったらよい	・抑え技の形と抑え込みの条件の復習及び確認をすることで，次の発問について考えやすくする ＜抑え込みの条件＞ ①相手を仰向けにする ②相手の上で向かい合う ③相手の束縛を受けない	15
2 抑え技から逃げる方法を探る 抑えられた状態から，受はどのようにして「逃げる」か ・けさ固めから逃げる方法 ・横四方固めから逃げる方法	ア ひたすら動いて抑えられている状態を崩せば逃げられるのではないか イ 抑えている相手の肩を手で押して隙間を作ったら逃げられるのではないか ウ 何とかしてうつ伏せになったら，条件には当てはまらなくなるのではないか エ どうにかして相手をひっくり返すことで逃げられるのではないか オ それぞれの技で逃げる方法は違うのでないか カ 男子は力で逃げられるかもしれないけど，女子は力では難しそうだから何かよい方法はないかな キ 体格差がある場合はどうしたらよいのかな	・けさ固めを考える班と横四方固めを考える班に分けることで，偏りがないようにする ・男女混合班にすることで，違う視点から考えることができるようにする ・発表に向けて実演する人と説明をする人など役割分担をさせることで，スムーズな発表につなげることができるようにする ・意見が出ないようであれば，「逃げる＝技がかかっていない，抑え込めていないこと」であることを補足説明することで，抑え込みの条件の逆を考えればよいことに気付くことができるようにする ・多くの逃げ方を考えた班には，「20秒以内に逃げるのが可能か」と問うことで，試合を意識させ，よい逃げ方を考えることができるようにする	35
3 各班が考えた方法を発表する どの班の逃げ方が自分にとって効果的だろうか ・抑え技の逃げ方 ・次時への見通し	＜けさ固め＞ ア 相手の脚に脚をからめる イ うつ伏せになる ウ 腹筋で返す エ てっぼう返し ＜横四方固め＞ ア うつ伏せになる イ 相手の脚に脚をからめる ウ 体を動かしてひたすら逃げ回る エ 相手をひっくり返す	・発表者の意見を聞きながら，自分にとって効果的だと思う方法や自分ならできそうだと思う方法を記録することで，次時の簡易試合に向けての見通しをもつことができるようにする	50

(4) 評価規準と方法

抑え込みの条件を基に，取から「逃げる」方法を班で探り，発表をする活動を通して，技をかけられたときの逃げ方を自己で考え，仲間と解決法を見付けることができたか，発言や学習カードからみとる。

<メモ>

知識・技能		思考・判断・表現力	主体的に学習に取り組む態度
① 武道には特性や成り立ち、技には名称があり、それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている ② 試合の行い方にはごく簡単な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている	① 後ろ受け身では、あごを引き、頭をあげ、両方の腕全体で畳を強くたたくことができる。横受け身では、体を横に向け下側の脚を前方に、上側の脚を後方にして、両脚と一方の腕全体で畳を強くたたくことができる ② 取は、「抑え込みの条件」を満たして相手を抑えることができる ③ 取はけさ固めや横四方固めで相手を抑えることができる。受はけさ固めや横四方固めで抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に返すことができる	① 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている ② 体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や簡易な試合を行う方法を見付け、仲間に伝えている ③ 抑え込みの条件を基に、相手から逃げる方法を自己で考え、仲間と協力しながら解決法を見付けている	① 柔道の学習に積極的に取り組み、仲間と関わり合いながら、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている ② 禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している ③ 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている