

特別支援学校における武道教育(柔道)の事例報告

— T都S区S特別支援学校の取り組みについて —

肥後梨恵子¹⁾、角杉昌幸²⁾、中島 隼¹⁾

(¹⁾ 国土館大学、²⁾ 都立青島特別支援学校)

A Case Study Report Concerning Martial Arts (Judo) Education in Special Needs Schools

— Support Efforts for Special Needs School S in S School District, T Metropolitan —

Rie Higo¹⁾, Kaku Masayuki²⁾, Takeshi Nakajima¹⁾

(¹⁾ Kokushikan, ²⁾ Tokyo Metropolitan Seicho Special Needs School)

ABSTRACT

In 2008, the Japanese Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology revised the guidelines for junior high school health and physical education to include compulsory budo (martial arts) education. The new course of study is intended to impart to students the techniques of budo and bujutsu that arose from the traditional culture of Japan. In budo, body movements are made in response to an opponent's actions. The objective of budo training is to teach students fundamental movements and techniques necessary to defend one's self against techniques or attack issued forth by opponents. Budo training provides a type of activity in which students can experience the joy of active exercise and competition. In addition to exercise, importance is placed on maintaining respect to partners during training, or to opponents in competition, mutual respect being considered a fundamental concept of the traditional martial arts. Implementation of compulsory budo training commences in 2012. Assignment of teaching staffs and the securing of training facilities (dojo) are being carried out accordingly.

In April 2007, the education law was revised such that the previously distinct schools for the blind, deaf, and schools for the disabled were integrated into a single system. However, in the case of these new special needs schools the budo education component was not made compulsory. Even as an optional course, preparations have not been uniformly implemented. The objective of special needs schools is to provide the necessary support and guidance appropriate to the educational needs of each disabled student. In the case of the special needs student as well, budo education provides an opportunity to experience traditional Japanese culture on a personal basis, to gain an understanding of their own condition and that of their training partner-opponent's condition in the process of training and competition. As a teaching tool, budo education provides a good opportunity to learn a variety of skills and indirect lessons such as respect for one's partners and opponents. The budo course can provide a significant multi-faceted education to special needs students.

The objective of this study is to demonstrate the relevance and usefulness of budo education for special needs students. In order to do so, we have secured facilities (dojo),

designed a curriculum, and introduced teaching methods in the S Special Needs School, S School District, T Metropolitan. In this manner we wish to present a model for the implementation of budo education in special needs schools.

Key word; budo, martial arts, judo, culture, traditional, compulsory martial arts, people with disabilities, special needs schools

キーワード：武道、柔道、文化、伝統的、武道必修、障がい、特別支援学校

I 緒言

2008年、文部科学省は中学校学習指導要領を改訂し、中学校保健体育において武道を必修とすることを決めた。新学習指導要領では、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ができる運動であるとしている。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する運動であると定義している。武道必修は2012年から実施され、人材確保、道場の確保など条件整備が行われている。

しかし、武道必修化は特別支援学校においては選択となっており、必ずしも実施されない。特別支援学校は、障がいのある子ども一人ひとりの教育的ニーズに応じた適切な指導及び必要な支援の実現を目的として、2007年4月学校教育法等の一部改正を行い、従来の盲・ろう・養護学校制度を一体化し障がい種別を超えた学校制度である。武道は日本の伝統文化を体験でき、相手と自分自身の状況を理解しながら競い合い、相手を尊重することなど間接的に学ぶことができる貴重な教育教材である。障がいのある子どもにもこのような多面的な学びを得ることができる武道を特別支援学校においても実施することは意義がある。

そこで本論ではT都S区S特別支援学校で実施されている体育科目である柔道の道場確保、カリキュラム、指導方法を紹介し、同様の科目構想へのモデルを提示したい。

【S校における柔道授業の実施】

T都S区のS特別支援学校は、知的障がい者を対象とした高等部3年で構成されている。重度・重複学級と普通学級の総計生徒数は、128名でありそのうち117名は知的障がいである。S校では、障がいの割合に応じて学級が分類(A、B、C、D類型)されており、柔道科目はその学級に準じ内容が構成されている。(図1)

文科省が定める高等学校学習指導要領では、保健体育の体育領域において選択教科

として体づくり運動、器械運動、陸上競技、水泳、球技、武道、ダンスから入学年次及びその次の年次においては、これらのうちから三つ又は四つを、それ以降の年次においては、二つから四つを選択して履修できるようにすることとしており、S校では武道を選択して10月～12月の約3ヶ月間で履修できる。

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1															
2	D		D	C	A			D	D	A				B	C
3				A		C						B	D		D
4		D			C		D			C	C		B		A
5				B	B						A	A		D	B

1 限目	8 : 45 ~ 9 : 35
2 限目	9 : 45 ~ 10 : 35
3 限目	10 : 45 ~ 11 : 35
4 限目	11 : 40 ~ 12 : 30
5 限目	13 : 30 ~ 14 : 20
6 限目	14 : 30 ~ 15 : 20

A 重度障がい
 B ↑
 C ↓
 D 軽度障がい

図1（平成23年度 保健体育科）

武道場の設置

学校内に武道場はなく、教員が体育館の床に柔道の畳を敷いて授業を実施している。柔道場は体育館の約半分ほどになり、2面の柔道場を使用している。（畳200枚程度）

授業の構成(学級別)

各学年は4学級に編成させている。学級は障害状態に準じてA～D類型に区別されており、A類型は重複障害など重度の障害があり、B類型から順に障害が軽度になっている。各学級に適した授業内容が用意されており、教員によってその内容に工夫がなされ授業展開が実施されている（図2）。授業で全学級に共通しているのは、全生徒が自分自身の柔道着を道場まで持参して、畳の上で柔道着に着替えることである。A・B類型の生徒は、帯を締めることが困難であり時間が掛かる特徴がある。また、生徒は学級ごとに整列して畳に正座する。この際、教員は柔道の心得を遵守して、左座右起（サザウキ）を指導している。授業始めの挨拶では、黙想を行い生徒の情緒を沈め、

集中を高めることも重視している。(サザウキとは、左から座り、右から立つ礼法の基本)

A類型学級では、安全性を確保して体力の向上と維持・情緒の安定を目的としている。補強運動では、四つん這い、高這い、横転、マット倒しなど比較的畳に近いところでの身体を動かす。

受身の習得では、仰向け(頭おこし)後方長座を行い、技の習得はすり足と大外刈りと体落しを集中して行う。授業では教員対生徒で行い技を習得し、競技性を体験するために丸めたマットを相手にして試合を実施している。

B類型学級では、A類型学級に補強運動であるえび蹴り・脇締め、腕立て伏せ、腹筋、背筋を追加している。また、後方長座、蹲踞、立位からの行う受身の実施や横回転を追加し、技は体裁きを取り入れた習得方法を実施している。また、立ち技から寝技への連続性を考慮した指導も行われている。

C類型学級は、B類型学級に類似しているが主な違いは受身に前周り受身の習得が取り入れられる。また、寝技の袈裟固めが指導される。

D類型学級は、C類型の全ての要素を含みつつも、相手との組み手を考えたコミュニケーション力が必要となる。また、前周り受身の習得や立ち技から寝技への連続性を考慮した授業となっている。

授業の流れ(内容)参考

	A類型	B類型	C類型	D類型
ねらい	安全(怪我防止) 情緒の安定 体力の向上、維持(身体操作)			対人(コミュニケーション)
補強	四つ這い、高這い、横転 (マット倒し、転がし)		腕立て伏せ、腹筋、背筋 エビ、ウニ	ブリッジ、足のばし、足まわし
挨拶(作法)	正座(座り方、立ち方) 席巻、座礼、立礼			
受身	仰向け(頭おこし)後方長座		後方長座、蹲踞、立位 横転	前転 前回り
技	すり足 大外刈り(落とし)		体さばき 体落とし 横四方	袈裟固め
組み手	対教員	対教員	対生徒	
試合	マット倒し		個人戦	
習替え			一人で出来る	

授業の流れ(内容)参考

	・年間時数、2単位20(ABC類型)～3単位30時間(D類型)を実施。 ・内容は毎年同様。 ・技、掛け方は限定(受身のとり方など生徒の対応が難しいため)→右投げ、左受け。 ・挨拶、精進、受身は毎時間継続して20～25分程度行う。	実施
ねらい	安全(怪我防止) 情緒の安定 体力の向上、維持(身体操作)、対人(コミュニケーション)	
措置	四つ這い、高這い、横転(マット倒し、転がし) 腕立て伏せ、腹筋、背筋 エビ、ワニ、ブリッジ(ダウン症注意)、足のばし、足まわし	毎時間 継続
挨拶(作法)	正座(座り方、立ち方) 整然 座礼、立礼	毎時間 継続
受身	仰向け(腹おこし)、後方、長座 膝崩し、立位 横回り、前転、前回り 指す	毎時間 継続
技	すり足、体さばき 大外刈り(落とし)、体落とし 横四方固め、袈裟固め	毎時間 継続
組み手	対教員 対生徒	
試合	マット倒し 個人戦	
替替え	一人で出来る	

図2 授業の流れ(内容)参考

【授業おける取り組み】

S校では柔道を体育選択科目として採用するために様々な工夫を行っている。一つは、組み手を限定していることである。柔道には右組みと左組みといった組み手があり、柔道競技において勝敗にも関わり重要である。しかし、授業において最も重要なことは安全性の確保にある。そこで、授業において組み手は右組みだけとしている。これにより、受身が限定され安全性が確保されている。2つ目には、習得する技を限定している点である。柔道には、投げ技67本、固め技29本があり多様な技が存在する。技を受けるためには受身の習得が不可欠であるが、S校では前周り受身の習得が難しい。そこで、技を掛けられて前回り受身が必要となる技を禁止することで安全性の確保に努めている。現在、立ち技は体落としと大外刈りのみである。技の習得方法は口頭での技の説明、見て学習し、技を小刻みに切り分けて部分的に学習し技を習得できるように指導している。これにより、生徒の理解度を確かめながら授業を進行でき技の習得に効果的である。

また、授業では武道の礼法を重んじている。武道の心得である「礼に始まり、礼に終わる」を実施しており授業開始には、座礼をして黙想し精神を落ち着かせています。そして、授業中でも組み合う相手に対し、礼を払い挨拶を欠かさない。また、観戦する時は正座など礼法を徹底して実践している。この取り組みによって生徒は、日本特有の武道文化に触れている。

各学級の指導内容は、各教員によって工夫がなされている。学級によって生徒の障害度が違い、生徒個性特に、口頭での指導とは別に視覚的に情報提示を行い、体感させることを重視している。

【柔道納め】

柔道の授業は年末に行われる柔道納めをもって終了となる。各学生は個人レベルに合わせて個人戦、団体戦、集団演習(各種の受身)などに参加して授業の集大成を披露する(図3～6)。また、柔道納めには、家族、知人、関係者などが出席し学生の柔道教育における学びを発表する場となっている。個人戦・団体戦では勝ち負けを戦い、授業で練習した技を相手に掛けたり、掛かったりして切磋琢磨し、勝敗が決まる。集団演習では他人との協調性や各学級の一体感を表現し、授業を通じて分かち合ったものを個々に表現している。



図2 柔道納め



図3 男子個人戦



図4 女子個人戦



図5 マット倒し

【考察と課題】

特別支援学校のS校における柔道教育は体育教育の一環として実施されており、他には類はなく稀なことであり、学ぶべきものが多くある。その一つには学生が日本古来の武道文化を体験できることにある。文部科学省が武道必須化を決定したことを考えるとS校の柔道教育は意義があると考えられる。また、柔道教育を実施するための工夫として、柔道場が上げられる。

S校で実施している柔道教育は、障害者が抱える低い身体活動量や運動不足を解消することが可能となる。柔道は、畳を敷き詰めた道場で実施されることから安全性が確保できる。これにより、障害の度合いに準じて最大の運動が柔道の授業を通じて可能となる。重度学級では、柔道技の実施が難しいが柔道と類似した動作を採択して授業を行っている。例えば、マットを丸めて縛り立てて置き、学生が全力で体当たりしてマットを倒すことである。このような動作は体育館の床では安全性の問題から実施が難しい。また、四つばいの状態で柔道に類似した身体動作を畳があることで可能にしている。柔道を体育授業として選択することにより学生の運動不足を解消する一助になると考えられる。

また、柔道において安全性を確保する一つには受身の習得である。受身は、技を受けて道場に倒れる際に体に伝わる衝撃を抑える役割を果たしている。柔道は技の種類によって相手を倒す方向が変化する。特に、投げ技は技を掛けられたものが前転するため前回り受身の習得は必須である。しかし、前周り受身に習得は、様々なことを一瞬の内にすることが求められる。例えば、あごを引き、腕は伸展させた状態で道場には着けないなどが上げられる。前回り受け身の習得は学級に区別して行われており、学生の安全面、学習状況、個人の適応度など様々な面から判断されている。前回り受け身を学習することで柔道技を更に深く学ぶことができ、楽しさが増すことは間違いない。しかし、安全面や個人差が第一であることを考えると慎重に採択の判断がなされることが望ましい。

【おわりに】

S校では、体育教科で柔道を選択することにより各生徒の障害に応じた授業展開を実施している。これにより、全生徒は武道を通じて伝統文化に触れ、礼を学び、相手を敬うこと、また技を掛け合う中で自己の認識し、体力を向上させるなど様々な体験が可能となっている。武道教育は、日本の伝統文化をからだで感じ、自分自身を成長させる要素を含んでいる。このような教育は、障害の有無に関係なく特別支援学校でも実施されることが重要であると考えられる。2012年から柔道は中等教育において必須化されるが、特別支援学校では必須化されない。全国の特別支援学校において柔道を選択できるようにするためには、既に柔道を選択しているS校がモデルとなり、柔道でしか学ぶことのできない貴重な体験を普及・啓発することが必要であると考えられる。

《 参考資料 》

1. 文部科学省：中学校学習指導要領解説保健体育編 平成20年7月 (http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2011/01/21/1234912_009.pdf)：(2012年2月9日アクセス)、2008.
2. 東京都立青鳥特別支援学校：<http://www.seicho-sh.metro.tokyo.jp/cms/html/top/main/index.html>：(2012年2月28日アクセス)、2012.
3. 佐々木武人：柔道指導による障害者への運動療法について ―重複の知的障害者及び精神障害者を対象― 福島大学教育学部論集 第75号(教育・心理部門)抜刷：2003.
4. 佐々木武人：「知的障害者の柔道教育について」講道館柔道科学研究会紀要 第八輯：123-138、1999.
5. 松井完太郎、蒔田実、柏崎克彦、高見令英、木村寿一、阿部哲史、井下佳織：海外における障害者武道普及の可能性(第1報) 武道・スポーツ科学研究所年報・第9号：95-106、2003.
6. 松井完太郎、蒔田実、柏崎克彦、高見令英、木村寿一、阿部哲史、井下佳織：海外における障害者武道普及の可能性(第2報) 武道・スポーツ科学研究所年報・第10号：103-112、2004.
7. 松井完太郎、蒔田実、柏崎克彦、高見令英、木村寿一、阿部哲史、井下佳織：海外における障害者武道普及の可能性(第3報) 武道・スポーツ科学研究所年報・第11号：91-100、2005.
8. 松井完太郎、高見令英、丸橋利夫、木村寿一、矢崎利加、井下佳織、アレクサンダー・ベネット、阿部哲史、マイク・ウォール、ポントス・ジョハンソン：障害者への武道指導法確立のための事例調査研究 武道・スポーツ科学研究所年報・第12号：121-126、2006.