

## 令和6年度福島県（福島市）地域社会少林寺拳法指導者研修会

開催期間：令和6年9月28日（土）～29日（日）

会場：NCV ふくしまアリーナ

派遣講師：小井寿史 大拳士五段、村瀬晃啓 准範士七段

地元講師：小松照義 大拳士五段、佐藤寿行 正拳士四段

参加者：15名



NCV ふくしまアリーナ

中学校武道授業における正課授業固有の知識・技術・指導法の充実を図り、授業を行うのに必要なスキルを習得するとともに、中学校武道授業を実施できる少林寺拳法指導者の養成ならびに指導者の資質向上に資することを目的として開催。

### ■初日（9月28日）

鎮魂行、オリエンテーション後、小井講師による講義「令和の学校教育が目指すもの」が行われた。ここでは第4期教育振興基本計画、令和の日本型学校教育の構築、少林寺拳法の目的などについて説明がなされた。小井講師は『令和の日本型学校教育』『第4期教育振興基本計画』の中に、少林寺拳法の教え、考え方と共通するものが数多くある。少林寺拳法は『人』を大事にしており、『社会に役立つ人づくり、人づくりによる国づくり』を目指している」と述べた。

休憩後、小井講師による「指導者の資質・能力の向上について」の講義が行われた。小井講師は「少林寺拳法を教えるのではなく、少林寺拳法で何を教えていくかが重要」と述べ、少林寺拳法を通じて心や体を磨くことの必要性を説いた。また、教育基本法を説明しながら非認知能力（意欲、自信、自己調整力等、数値として想定できない能力）をいかにして高めていくかについて、参加者に問いかけながらその重要性を説いた。



講義をする小井講師



両講師による鉤手守法の示範

昼食後、村瀬講師による実技指導がなされた。はじめに実技Ⅰ「少林寺拳法のエッセンス」を行った。礼法、呼吸法から始まり、基本の構え、突き、蹴り、受けの練習をした。村瀬講師からは「動作に気持ちを乗せ、体の中心を意識することで崩れにくくなる」とのアドバイスがあった。続いて実技Ⅱ「教材研究」では、二人一組（相対）となり天地拳第一系を互いに呼吸を合わせながら行った。また、鉤手守法、片手寄抜、合掌抜を行った。実技Ⅲでは2班に分かれ、団体での演武を行った。まず班ごとに役割（リーダー、声出し等）を決めて20分間練習し、その後、演武を披露した。両班とも気持ちを一つにして、素晴らしい演武発表ができた。



合掌礼



基本の構え（開足中段）



班ごとに団体演武を披露

## ■ 2日目（9月29日）

鎮魂行の後、小井講師による講義・実技「グループワーク」を行った。はじめに中学校の授業を想定した模擬授業を実施するための授業準備について説明がなされた。技のポイント（評価ポイント）を3～5点程度決め、役割分担（教師役、生徒役、ポイント説明係）をし、4班に分かれて班ごとに練習した。小井講師からは「今回はそれぞれの班で設定した技能ポイント3～5点について評価する。生徒にも技の評価ポイントをしっかり説明する。ゴールを設定し、生徒と共有することで、互いに目的を持って授業に臨むことができる」との説明があった。



班ごとに模擬授業の準備

休憩後、班ごとに模擬授業を行った。小井講師からは「中学生が少林寺拳法の技を初めてやることを想定した授業を心がけるように」とのアドバイスがあった。授業終了後には、技の振り返りや具体的な指導の仕方について質問や意見を出し合い、より良い授業方法について模索した。



模擬授業の様子①



模擬授業の様子②

昼食後、村瀬講師による実技IV「少林寺拳法のエッセンスがいきる授業」が行われた。まず、膝の使い方を意識しての突き方や立ち方、つづいて天地拳第一系、逆小手、送小手の練習をした。その後、小井講師が本研修会全体の振り返りを行い、参加者からの質問に応じた。

閉会式では、久保木義明福島県武道協議会会長が挨拶、小井講師、安田講師がそれぞれ講評を述べ、全日程が終了した。



天地拳第一系を指導する村瀬講師（右）