

「武道推進モデル校」事業を活用した 複数種目（剣道・少林寺拳法）の実践

滋賀県甲賀市立城山中学校
教諭 高田康典

甲賀市は滋賀県の最南端に位置し、大阪・名古屋から100^{キロ}圏内にあり、新名神高速道路のインターチェンジが3カ所ある「便利な田舎」である。その甲賀市にある本校は、「さわやかな挨拶と真剣な学び」をスローガンに、全校生徒394名が日々充実した学校生活を送っている。4年前から縦割りによる体育祭を実施しており、行事に活発に取り組むことのできる生徒たちである。

本稿では、スポーツ庁による「武道等指導充実・資質向上支援事業」を活用して実施した令和2年度の剣道・少林寺拳法の実践を紹介する。



本校校舎正面

1 はじめに

本校では、第2・3学年の武道授業で毎年剣道を扱っている。しかし、生徒が剣道に抱いているイメージは、「防具がくさい」「堅苦しい」「準備に時間がかかる」といったマイナスなものばかりであった。なんとか剣道や武道全般に関心を持ち、楽しいと感じてくれないかと考えていた矢先、この武

道等指導充実・資質向上支援事業があることを知った。そして複数の種目の外部指導者を派遣していただくことになった。そこで令和2年度は、剣道に加えて少林寺拳法の指導者の派遣を受け、生徒が武道に対する負のイメージを払拭できないかと考えた。

本校の生徒は、授業に落ち着い

た態度で臨むことができ、学習に対する意欲も高い。そのため、一つのきっかけさえあれば、より積極的に授業に臨んでくれるのではないかと、関心を持つてくれるのではないかと期待した。

私も武道の授業を行うにあたって、頭を悩ませることがある。それは、県で年に1、2回行われる武道の実技研修に参加はしているものの、武道の全体像をイメージしにくいことである。しかし、今回の複数種目の武道の実施によ

り、生徒たちに武道の魅力や面白さをその道の専門家の指導で体験できれば生徒にとっても私にとっても大変有意義であると考えた。

外部講師として、剣道は滋賀県剣道連盟の福山正一氏、少林寺拳法は金剛禅総本山少林寺甲賀甲南道院道院長の若林寿一氏と若手の指導者数名に協力してもらうことができた。剣道は第2・3学年で10月下旬から11月下旬にかけて、少林寺拳法は、第2学年で12月上旬に実施した。

2 実践内容

■実践研究のねらい

- ・毎年度学習している剣道をより深く学ぶために、外部指導者を招き、さらなる技能向上、専門的な知識の習得を目指す。
- ・今まで体験したことのない少林寺拳法を行い、新たなスポーツを体験する楽しさやさまざまな

スポーツに対する興味・関心を引き出す。

- ・2種目の武道の奥深さに触れ、意欲的に取り組む姿勢を養う。

■指導の工夫

1. 効果的に指導するための工夫
- ▽指導内容の精選



少林寺拳法は外部指導者の若林氏の協力で実施した



剣道は外部指導者の福山氏に協力してもらった



少林寺拳法 対人での上受突（2学年）



少林寺拳法 全員で上受蹴（2学年）



剣道 面打ちを行う生徒たち（2学年）



少林寺拳法 上受突の全体練習（2学年）

【剣道】
前年度までに学習していた内容だったため、必要な知識が既に身につけている生徒が多かった。そこに外部指導者の実技指導が加わったことでより技能を深めることができたを見て取れた。しかし、専門知識があるあまり、話す時間が長くなってしまい、体を動かす

3 成果と課題

■生徒の感想

・武道への関心が深まった。専門

対としてペアやグループワークで行った。資料も交えながらの説明で大変わかりやすく、生徒も初めて行う動作に興味を持って意欲的に取り組むことができた。
また、学習する対人技能は二つに絞り、繰り返し取り組むことで、少林寺拳法の特性や楽しさを十分味わえるようにした。

時間が少なくなってしまうことが残念である。事前の打ち合わせを密にし、前年度までの既習事項を明確にしたうえで、外部指導者の指導があるとより効果的だと感じた。毎回来ていただける訳ではないので、教師が授業を行った内容を詳しく伝え、外部指導者の行う内容と重ならないように徹底す

の先生に来てもらったことで、技能が深まったように感じる。他の武道にもチャレンジしたくなった。
・剣道はもう少しやりたかった。去年やったこともあったので、新しいことがやりたかった。
・少林寺拳法は楽しかった。初めてだったので興味を持った。
・2時間では少ない。5時間ぐらいやりたかった。

令和2年度 指導計画「剣道・少林寺拳法」（第2学年）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
種目	剣 道							少林寺拳法	
学習の流れ	オリエンテーション	導入（あいさつ、出欠確認、W-UP、本時の学習の見通し）						オリエンテーション	前時の復習
		基本動作の学習						礼法	
		足さばき	前時の復習						
	礼法（座礼・立礼など）	素振り（跳躍素振りなど）	踏み込んで打ち込み	二段の技（面一面、小手一面など）	実技テスト（踏み込んで面、小手、胴）	引き技	防具への打ち込み	上受突、上受蹴（1人で）	上受突、上受蹴（対人で）
		竹刀への打ち込み							
	素振り	整理（本時の振り返り、次時の連絡、あいさつ）							

50分という授業の中に凝縮できるよう精選した。2種目とも発展的な技よりも基本的な技を中心に行う。
▽資料の充実
特に少林寺拳法は初めて体験する生徒が多いため、スクリーンなどを使って映像を見せたり、資料を配布するなど、イメージしやすくする。また、少しでも体験時間が増えるよう活動をメインにする。
2. 生徒の安全を確保するための工夫
▽オリエンテーションの充実
安全な運動の行い方を理解するため、外部指導者から説明を受ける場面を設ける。
▽コロナ禍における特別な指導
感染が懸念されるため、剣道は防具をつけず、元立ちは全て竹刀で打ち込みを受ける。少林寺拳法は、攻め手は体に触れないことを原則とする。（対人の際の間隔を確保する）

【実践内容】
講師の先生の都合や活動時間数の制限もあり、2学年は単元計画全7時間のうち2～3時間、3学年は1～2時間に来てもらい実施した。内容としては、剣道の考え方・歴史を学び、素振り、足さばきなどの基本動作を丁寧に教えてもらった。踏み込んでの打ち込みでは、講師は防具をつけて生徒一人一人が打ち込んだ。生徒は気持ちよく打ち込めたことで楽しさや魅力を感じていた。
また、素振りでは、基本的な技能を習得することにより、今後の技に活かせるようにした。竹刀を大きく振ったり、正しく振ることで充実感を感じられた。
【少林寺拳法】
時数は2時間で、1時間目に礼法、基本動作の突き、蹴り、受け、内受突、上受蹴など「天地拳第一系」の単演、いわゆる個人の動きを中心に行った。2時間目では内受突、上受蹴を天地拳第一系の相

4

おわりに

武道は、相手がいてこそ成り立つ種目である。相手への敬意は必要不可欠ではあるが、それを闇雲に伝えるだけでは先述した「堅苦しさ」を生徒に感じさせてしまう。導入の段階で武道に対する「壁」を取り除く必要があると考える。楽しさを感じられるような導入の工夫、「できた・わかった」を感じられるような雰囲気づくり

が必要があった。せっかくの機会なので、外部指導者にしか伝えられない内容を指導していただき、より深く武道の楽しさに触れられる内容にしていきたいと考える。
2学級60名で学習したため、外部指導者1人では難しい部分があった。教師との役割分担ももう少し工夫していく必要がある。
【少林寺拳法】
9割近くの生徒が初めての体験

だったため、外部指導者の存在は大変重要であった。今までやったことがない動きばかりだったが、生徒は興味・関心を持って活動していた。また、指導者が1人ではなく、5、6人の複数だったので非常に効果的であった。
授業後の生徒の言葉にもあったが、2時間しか体験できなかったため、もう少し体験させたかった。

が重要である。今後の授業づくりを活かしていきたい。
また、今回の複数種目による武道の授業実践は、専門的な知識を持った指導者から多様な学びを得られたと確信している。このことを大きな経験として、生徒たちが将来に向けて大きく成長することを期待したい。

日本武道館の単行本



死ぬまで弓道 弓道教士七段 小牧佳世 著
四六判・上製・342頁・定価2640円

競技中に急性大動脈解離に倒れた筆者は奇跡的な生還を果たす。その8か月後に弓道を再開し、わずか2年後に皇后盃で十射皆中、優勝を果たした。本書では激動の自伝を記し、弓のあり方や「早気」など弓道家の誰もが陥る課題などを検索する。死の淵を覗き、現在も全身全霊で弓を引き続ける筆者だからこそ記した弓道伝記かつエッセイ集。



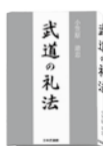
学校武道の歴史を辿る 筑波大学名誉教授 藤堂良明 著
四六判・上製・354頁・定価2640円

明治維新を迎え、武術は衰退したが、近代化の過程で武道が「人間形成の道」として学校制度の中に組み込まれ、発展した。太平洋戦争後に武道は全面禁止となるが、それを乗り越え、「格技」として復活。平成24年度には「中学校武道必修化」が実現した。学校武道の歴史を丹念に辿り、今後のあり方を探る。



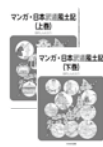
空手道 その歴史と技法 小山正辰・和田光二・嘉手苅徹 著
四六判・上製・548頁・定価2640円

空手は沖縄で発祥し、日本本土に伝承され、今や世界のKARATEとなった。その歴史と技法を、那覇系剛柔流の小山正辰氏、首里系松濤流の和田光二氏、沖縄空手研究の第一人者である嘉手苅徹氏の共同執筆で重層的に紐解く。嘉手苅氏が発見した剛柔流の開祖・宮城長雄の最新の事実、小山・和田の両世界チャンピオンのエピソードなども満載。空手の真髄に迫る白眉の一冊。



武道の礼法 弓馬術礼法小笠原教場三十一世宗家 小笠原清忠 著
四六判・上製・282頁・定価2640円

「時、所、相手」に応じた正しい生活態度として現れる礼法。礼法の歴史を伝書をもとに詳述し基本姿勢、動作などを連続写真やイラストとともにわかりやすく解説。小笠原流宗家が直々指南の礼法解説書。



マンガ・日本武道風土記 漫画家・別府大学客員教授 田代しんたろう 著
B5判・248頁・定価1100円

全国の「武道ゆかりの地」を実際に訪ねて、ペンとスケッチブックを片手に徹底取材。地元関係者や施設の学芸員とのやりとり、その土地の成り立ちをわかりやすくマンガで紹介。多数の資料をもとに丹念に描いた当時の風景も魅力の一つ。マンガの世界で日本各地をめぐるってみては。



幸せについて考えよう 元衆議院議員・櫻樹会会主 小野晋也 著
四六判・上製・394頁・定価2640円

この混迷の時代・社会において「武道」が果たすべき大きな役割とは、「様々な困難を乗り越え切り開く道具を持って、人生を雄たく歩んでいく」という前向きな人生姿勢を一人ひとりに、そして社会全体に取り戻すことにあるのではないだろうか。



合気道に生きる 合気道九段 多田 宏 著
四六判・上製・402頁・定価2640円

昭和初期に生れ、戦後の早大生時代に植芝盛平、植芝吉祥丸、船越義珍、中村天風、日野正一の諸先生の教えを受け、合気道の稽古を生業の道と志す。昭和から平成への激動の時代に、本部道場師範を務め、各大学に合気会を創設、自らの道場も主宰し、さらに欧州各国への普及に尽力。合気道に活きた泰斗の軌跡を余すところなく示す珠玉の一冊。

ご注文・お問い合わせ

(公財)日本武道館 月刊「武道」編集部
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3
TEL 03-3216-5147 FAX 03-3216-5158
<https://www.nipponbudokan.or.jp>

