

シリーズ

中学校武道

授業の充実に向けて

156

つまずきをどう克服したか④9
(空手道授業への挑戦〜コロナ禍での授業づくり〜)

長野県大町市立第一中学校教諭 矢口 直樹

本校は、新型コロナウイルス感染拡大のため、武道の授業で、毎年行っていた剣道を令和2年度から用具の共有や接触の心配のない空手道(形)に変更しました。
コロナ禍の中、指導経験のない空手道授業をどのように実践したかについて、令和2年度の取り組みを紹介します。

1
学校の特徴

本校は、雄大な北アルプスの山並みに抱かれた大町市の中心部に位置し、今年で開校61年目を迎えました。教育目標は「自立した学び手となる」です。基本理念「聴く学校」を合言葉に、平成27年度から「協働の学び」を軸とした授業を全教科で取り組んでいます。授業を通して、論理的思考力を高め、自立した学び手を育成することを目指しています。

2
空手道への挑戦

コロナ禍において、接触や防具の共有が多くなる武道の実施をどうするか、どの学校でも懸念されたことと推測します。本校も例年剣道を実施していますが、「剣道は実施可能か?」「防具は共有できないのではないか」「武道の授業はどうする?」という課題に直面しました。
3密を避けるという配慮からたどりついた最適解は、空手道の形

空手道授業の単元構成 (1〜3年生)

9	8	7	6	5	4	3	2	1	時間 学年
まとめ	演武発表会			練り上げ・呼吸合わせ			平安初段形通し	オリエンテーション 平安初段 練習開始	1年
まとめ	演武発表会			練り上げ・呼吸合わせ	外部講師による技術指導		平安二段形通し	オリエンテーション 平安二段 練習開始	2年
まとめ	演武発表会			練り上げ・呼吸合わせ			平安二段形通し	オリエンテーション 平安二段 練習開始	3年

3
授業の実際

を教材とした授業づくりでした。空手道の実施に踏み切った大きな理由は二つです。一つ目は、このピンチを、自分自身が学びを広げるチャンスと捉えたこと。二つ目は、生徒にとって、親の次に長く接している身近な大人であろう私たち教師が、コロナ禍のような未知なる状況に出合ったときに、どのように対応するのか、最適解を求めようとする姿を生徒に示したいと願ったことです。
覚悟は決めました。しかし、空手道に関しては全く経験や知識がなく、どのようにしていけばいいか見通すことができない状況でした。そうしたときに知ったのが、スポーツ庁の「武道等指導充実・資質向上支援事業」です。講師の選定を長野県教育委員会スポーツ課が担ってくださるということで、活用することを決めました。

令和2年度は空手道授業を全学



外部講師の授業で今まで学習してきた平安の形をより洗練する



この期間、外部講師の授業に備えて、質問したいことを集めました。「空手道について」では、楽しさ、魅力、大切にしていることなど、本質的なことを聴きたいと

(1)単元前半（平安の形を通す）
3段階に分けた単元の前半です。ここでは、外部講師による授業に向けて、形を一通り行えることを目標としました。生徒たちは、見本動画を頼りに形を覚え、再現するための動きに集中していました。少し難しい課題であるため、生徒の思考や対話、動きは活性化していました。動画を見ながら、何度も独特な動きを覚えていきます。「この動きは？」「動きの意味は？」と生徒は問いを持ちながら形を熱心に覚えていきます。日常にない動きに生徒の興味・関心が高まっていくのを感じました。

4 生徒の学び・ 深まり・高まり

考えている生徒が多くなりました。単元の核心にもある「キレについて」は、キレのある動きとは何か、コツは何かというものが多くありました。「動き方・技」は、突き、蹴り、回転のコツについて質問が集中しました。外部講師に事前に質問を送り、回答をいただきました。体育館に掲示したところ、生徒たちは、授業の前後にそれを見ながら対話する姿がありました。

(2)単元中盤（外部講師による授業）
各クラス1時間ずつ外部講師による授業を行いました。講師は長野県教育委員会スポーツ課から紹介いただいた、長野県空手道連盟強化部長の中村宣之先生です。一通り形を覚え、動きについて問いを持った生徒に対して、一斉指導の中で解説しながら丁寧に指導していただきました。特に、平安の形は、立ち方が大変難しく、空手道を志す方でも習得には何年もかかるということでした。また、形には相手があつて成り立っているという大切なポイントを指導していただきました。画面上では後ろ向きに映る動きは、体の前面が見え

ビデオ① 毎時間ドリル用



中段突き
中段横受け
上段受け
中段前蹴り
左前屈逆突き
右前屈逆突き
前進中段突き
前進前蹴り

空手道経験のある生徒をモデルにして作成したドリル用動画



各グループのタブレットに保存
＜見本動画＞
①そのまま
②ミラー
③ミラースロー

全日本空手道連盟 youtube 公式チャンネルより

ユーチューブの全日本空手道連盟公式チャンネルの動画



生徒たちは動画を見ながら形を一通りできるように練習した

年で9時間実施しました（1学年2クラス、2学年3クラス、3学年3クラスで全226人）。

(1)単元の核心
空手道の授業の目的は、①礼法や仲間を尊重する態度などに表れる日本の伝統的な考え方を学ぶこと、②理にかなったキレのある動きを追究し、合理的な体の使い方を学ぶこと、としました。

そして、「単元の核心」を理にかなったキレのある動きとしました。「単元の核心」とは、知識や

技能ではなく、教師がその単元で生徒に養いたい教科固有の見方・考え方を指します。

本校は、生徒自身が主体的に授業をつくる「協働の学び」を軸とした授業を全教科・全授業で行っています。この単元の学習に貫かれる中心概念を「単元の核心」としています。生徒がこの「単元の核心」に対して、対話活動をしながらかつていくとき、協働の学びの質は高まると考えています。

(2)単元構成、教材・教具、環境
単元展開を3段階で考えました。単元の前半は、「平安」の形を見本動画を頼りに一通り再現します。単元の中盤で、各クラス1時間、外部講師に指導いただき、動きの意味やポイントを理解します。そして、単元の後半は、意味の理解を深めた動きを自分たちの動きにしていき、演武発表会へとつなげます。

扱う教材は、「松濤館流平安」とし、1年生は初段、2・3年生は二段としました。教材とする動画は生徒用タブレット端末にデータを保ち、いつでも見られる

ようにしました。ビデオ①は、毎時間、冒頭3分で行うドリル用動画、ビデオ②は、松濤館流平安初段（1年）と二段（2・3年）です。松濤館流の形は、全日本空手道連盟のユーチューブ公式チャンネルを活用しました。反転（ミラー）やスローも作成し、生徒が必要に応じて活用できるようにしました。服装はジャージに帯を締め、靴の着脱は生徒に判断させました。帯は、体格に応じて3種類を準備しました。壁に貼り出す資料として、基本的な技や、礼儀に関すること、外部講師の授業後は、教えていただいたことの要点を掲示したり、外部講師の動画を見られるような環境を作ったりしました。

毎時間使用するドリル用動画は本校で唯一、空手道を習っている生徒にモデルとなってもらいました。基本的な突き、受け、蹴りをつくりました。

生徒たちは、学びの進度や学びの過程で生まれた疑問に応じて、自律的に学びを深めていきました。

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カ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模索する。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せた弓道伝記かつエッセイ集。

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、首里系松濤館の和田光二氏、沖縄空手研究の第一人者である嘉手苅氏の共同執筆で体系的に紐解く。嘉手苅氏が発見した剛柔流の源流、宮城長順の最新の事実、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。

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ってみては。

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>

特別授業の感想

中村先生の授業を通して、僕は初めはどのような想定でこの型が「きつて」いるのか、まったく分かりませんでした。先生が相手の突きや蹴りを演じているところも分かりやすく、なにより返しの動きが理解することができました。また、突きや蹴りの細かいポイントにも意味があると分かったの「ここから意識してできるようにしていきたい」と思いました。特に、後ろの立ちや前の立ちの立ち方の区別があることを知ったので、足裏のついていない地面と敵が思えるように演武していきます。



演武発表会（3年生による「平安二段」）

ないため、生徒の理解が進みませんでした。したが、画面上では捉えることができなかった動きも丁寧に指導していただきました。

生徒が書いた授業の感想を読むと、生徒が問いを持つて追究してきたことが理解できて、今後の活動意欲が湧いてきていることがわかります。特に、突きや手刀、立ち方については、意味を理解したことで、活動の見通しを持てたようでした。また、実際の演武を見せていただき、キレについて追究していききたいという意欲を持った生徒も多くいました。

(3) 単元後半（演武発表会に向けて）
単元後半は、演武発表会に向けて、キレについて追究し、練り上げることを目標としました。生徒は、キレのある動きにはどんな要素があるのか、キレを出すためにはどうしたら良いかという問いを持つて取り組みました。生徒たちは発表会に向けて、さらなるキレを出すこと、外部講師の演武動画と比較し、客観的にとらえながら練り上げていきました。生徒の学びの深まりは、学習カードの記述内容から捉えることができます。「立ち方の区別」「腰の位置」「一回一回流さずに止めること」「スライカを切るようなイメージでキレを出す」

5 空手道の授業を通じて 今考えていること

「一つ一つの動きの力強さ」「相手がいるように」と、相手がいるという意識を高めながら、キレのある動きに目を向けながら学びを深めているようでした。いよいよ演武発表会が近づくと、ステージ上で動きのタイミングを合わせるように何回もリハーサルをしたり、覇気のある声が体育館に響いたりする様子がありました。

演武発表会では、互いの学習成果を認め合い、あたたかい拍手や声援、評価コメントがありました。

キレある演武の要素を追究しながら、演武発表会に向けて練り上げていく生徒たちの様子から、空手道の授業づくりには、次のような利点があると考えました。

空手道の形を扱った授業は、日本古来の伝統を学びながら、学び合いを創り出すことの可能性を捉えることが可能です。また、ケガがないことも空手道の形を学ぶこと

との大きな利点だと感じました。授業者としては、教師の指導で生徒をリードするのではなく、単元をコーディネートする方向で授業づくりを行い、学びの深まりの起点となる場面では、外部指導者に指導していただき、その後の追究が深まるような展開を考えていけば良さそうです。

生徒が、形の動きを再現して、動きの意味やキレについて追究していくとき、自然に学び合いが生まれ、学び合いの中で生まれる問いを追究していく中で、生徒たちが自らが自律的に学びを深めていくことができました。その学びの連続の先にあるものが教育目標「自立した学び手」の姿であると信じています。今回の授業を通じて、空手道の形を教材とした授業づくり、学びを深めることのできる可能性を大いに感じました。

令和3年度も同様の授業を実施しました。平安二段を既習している3年生は、平安三段を教材として実施しました。令和4年度も空手道を実施していこうと考えています。

わたしたちのキレを出すためのポイント

単元の核心
理にかなった
キレのある動き

2 年 3 組 / 班

対話したことを文字化、共有して、意識し続けよう！

- ☐ 前屈立ち、後屈立ちの区別
- ☐ 立ち幅を広げること
- ☐ 動作と動作の間
- ☐ 両手受け（おしの動きと前の動き）
- ☐ 始まりの動作 ← 手の向き 体重のかけ方
- ☐ 手刀と握り手の区別
- ☐ 腕の出し方（速く）

生徒が書いた空手道授業の感想（上）と学習カード（下）