

# 愛知県弥富市における中学校武道必修化に向けた取組

弥富市教育委員会

平成18年4月、弥富町と十四山村との合併により誕生した弥富市は、面積48・18km<sup>2</sup>、東西9km、南北15kmの細長い地形を有する。金魚の産地としても有名で、木曾川下流に開拓された水郷地帯である。名古屋から20km圏内にあるため、工業や住宅地域として交通も充実している。平成6年に愛知県で開催された第49回国民体育大会では、なぎなたの競技会場地となった。

## 1 はじめに

戦国時代には地域一帯に一向宗が広まっており、『信長公記』に二の江の坊主と記される服部左京進が、市江島の鯛浦を拠点に海西郡一帯を支配していた。一揆殲滅

後、無人となっていたが、1575年(天正3)、服部正友らが入植し、再建した。市内の重要文化財「服部家住宅」は服部正友が天正年間建てたものとされており、

る。

1918年(大正7)、35歳で第28代横綱へ昇進した大錦大五郎は、鯛田村稲元(現・弥富市)出身で、弥富市歴史民俗資料館に大

錦の肖像画と実際に使用していた大うちわが、弥富市稲元の彦九田神社には大錦が寄進した燈籠が現在も残っている。

第49回国民体育大会では、なぎなたの競技会場地となり、町内全(当時は弥富町)の小中学校になぎなた部を作るとともに、なぎなた教室を開催し競技力の向上に努めた。競技会の開催には、町職員、ボランティア団体や婦人会、商工会、保育所、小中学校等の各種機関団体の協力を得るといままさに町をあげての取組となった。

## 2 弥富市の各中学校での取組

弥富市には、小学校8校(児童数約2600人)、中学校3校(生徒数約1300人)がある。規模の大小はあるが、それぞれに特色ある学校をめざしている。中学校での武道必修化に関しては、これまで安全性等の面での是非を問うという報道は少なくなかった。授業では、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している。市内の各中学校では、人的・物的環境を踏まえ、それぞれの学校で種目を選択し、取り組んでいる。現在、柔道・なぎなた・合気道・相撲(複数種目実施校あり)の授業が行われている。

## 3 実践例

### 相撲

相撲は、素手で相手と直接組み合って、基本となる技や得意技を

用いて攻防を展開する運動であり、その際に相手を崩して押し下り、寄ったり、投げたりして勝敗を競い合うスポーツである。ルー

時間	内容
1	・オリエンテーション(相撲の歴史、特性、安全、礼法についての理解) ・まわしの締め方
2~3	・基本姿勢(中腰の構え) ・礼法(蹲踞、塵手水) ・基本動作(四股、腰割り、伸脚、すり足) ・相撲遊び(手押し相撲、引き合い相撲、蹲踞相撲) ・受け身
4~7	・基本の技(押し、寄り) ・投げ技(上手投げ、下手投げ) ・個人戦
8	・団体戦

ルの工夫や基礎的な動きや技を身に付けさせることにより、相撲本来の楽しさを体感させ、意欲的に取り組ませる。また、グループでの話し合い活動を通して、教え合ったり、学び合ったりすることで、互いに高め合える人間関係を築かせる。



引き合い相撲

### 取組

(1) 基礎的な動きや技を身に付けさせるための工夫

- ・相撲遊び  
手押し相撲、引き合い相撲、蹲踞相撲といった、相撲に必要な動きを試合形式にし、2人1組になって行う。相手の動きに応じた駆け引きができるようにさせる。
- ・ムカデすり足  
太鼓の音が鳴っている間は、すり足で自由に移動する。太鼓の音が鳴り止んだら近くの人とじゃんけんをし、負けた人は勝った人の後ろにつく。これを繰り返す。後ろについた人は、前の人のまわし

弥富市民憲章  
 「すすんで健康で教養豊かな人となりましょう」  
 「すすんで明るくあたたかい家庭をきずきましょう」  
 「すすんでよい伝統やきまりをまもる市民になりましょう」  
 「力を合わせ美しい自然と清潔なまちをつくりましょう」  
 「力を合わせて文化の香り高い平和な郷土をつくりましょう」



授業の様子（生徒同士の教え合い）



授業の様子（外部講師による指導）

平成6年の国体を契機に、この町（当時は弥富町）を「武道のまち」として広めていき、子どもたちに日本古来の武道に触れ親しむために、町内全ての小中学校になぎなた部を作り、同時になぎなた教室を開催した。国体後も、弥富に根付いたなぎなたの灯を絶やすことなく、子どもたちは稽古に励んでいる。この流れを汲んで、平成25年4月から女子の体育の授業で武道として実践している。なぎなたも合気道と同様、地域の優秀

な外部講師と体育教師が連携して授業を進めることで、武道の指導力を高め、技能の向上を図り、伝統的な武道について理解を深めている。

**取組**

(1)なぎなたの理念に基づく指導  
なぎなたの歴史やなぎなた特有の呼称を知り、日本の文化に触れることにより、関心意欲を高め、基本であるなぎなたの持ち方、扱

技能の向上を図り、伝統的な武道について理解を深めている。

**取組**

(1)「取り」（技をかける人）と「受け」（技をかける人）の決められた動きの稽古  
二人一組の約束組手形式の稽古が中心であり、「取り」と「受け」の役を互いに交代しながら繰り返して行う。取り・受けは平等に回数交代しながら行うので、お互いに一つの技を作り上げる楽しさや喜びを味わわせ、相手を尊重する態度や公正な態度、礼儀などの社

会性を養うことに役立つ。

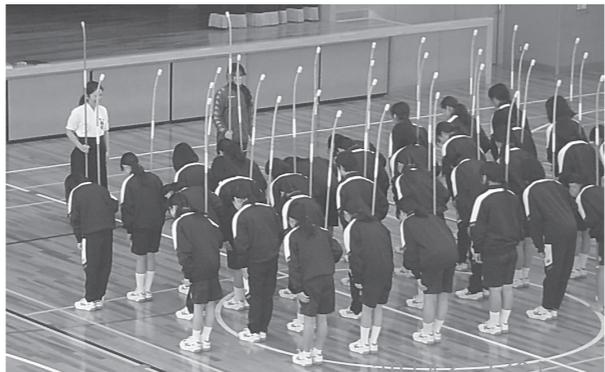
(2)「取り」と「受け」はともに左右で同じ動きをする  
片方が10回投げればもう片方も10回投げる。技は右左と「表」（入身で相手の前が出る）、「裏」（転換で相手の背後に回りこむ）をやはり回数で行う。このことで全体の発達や柔軟性の向上に役立てる。

**成果と今後の課題**

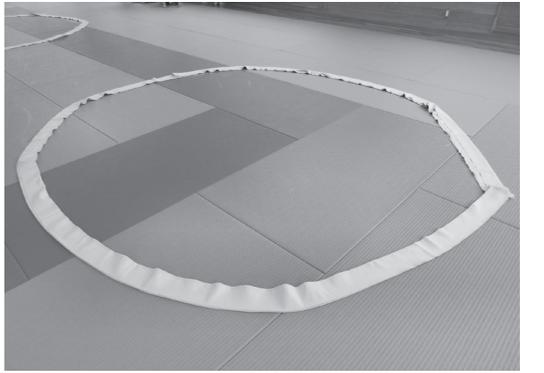
授業後の生徒へのアンケートでは、「自分が強くなれた気がした」「友達と練習をしようまくいった

**なぎなた**

ときは、とてもうれしかった」「同じ技に見えても、ちょっと動作が違うだけで倒し方が違ったりして、色々な技があつておもしろかった」「できると楽しく達成感があつた」のような感想があつた。  
生徒たちは、合気道を通して技だけではなく、「礼儀の大切さ」「相手を敬う気持ち」を学ぶこともできた。



授業の様子



まわしを利用した土俵

を持って腰が上がりないように意識をさせる。

(2)ルールの工夫  
土俵の広さを狭くし、直径4mのまわし内を土俵とし、練習や試合を行う。個人戦や団体戦では、授業で取り扱う技（押し・寄り・上手投げ・下手投げ）のみとし、技の制限を加える。本授業は、けがを防ぐために柔道場で行い、取り組みやすい場の設定をする。  
(3)より良い人間関係を築くための工夫  
練習や試合の中で「アドバイス



取組（個人戦）



授業の様子（外部講師による指導）

シート」を用いて、グループ内で見える箇所（手の使い方・足の動き方、体のさばき方など）を決め、アドバイスを送り合い、次時への練習に生かすことで意欲を高めさせる。

**成果と今後の課題**

できる限り実際に近い形で行うことで相撲本来の楽しさを体感させ、ルールの工夫によって相撲がとりやすくなり、意欲的に取り組ませることができた。体格が優れている生徒に対しても積極的にぶつかっていく姿が多く見られた。アドバイスシートを利用した仲間

のアドバイスから、自分では気付かなかったことに気付くことができた。自分たちで課題を見付け、自主的に話し合うことができたりしてより良い人間関係を築くことができるようになってきたと考える。

**合気道**

平成21年度、選択教科の体育の時間に生徒たちの防犯に役立てるために合気道を導入した。平成24年4月からの中学校武道必修化で、体の大きさに関係なく、勝ち

時間	内容（座技呼吸法は毎時間行う）
1	オリエンテーション（外部講師の紹介・合気道とは）
2～7	外部講師による授業 ・正面打ちの一教 ・後ろ取り入り身投げ ・後ろ取り一教 ・横面打ち ・座技正面打ち一教 ・突きの一教 ・もろ手取り小手返し ・三教 ・二教 ・片手取り交差 ・正面打ち入り身投げ ・両手取り天地投げ ・正面打ち小手返し
8	実技テストにむけて復習
9	実技テスト（課題の技を発表して生徒が「受け」と「取り」で交代して行う。）

負けにこだわらず、互いに技術を高め合うことができる、安全で手軽にできる種目として、女子の体育の授業で武道として実践している。また、地域の優秀な外部講師と体育教師が連携して授業を進めることで、武道の指導力を高め、

時間	内容
1	オリエンテーション (歴史・特性・授業の進め方) 正座・自然体・中段の構え・体さばき・振り上げ・振り下ろし・面打ち
2~6	振り上げて面・面の横(柄)受け・八相の構え・八相面打ち(側面)【前進・後退】 すね打ち(八相すね)【前進・後退】・号令により(面打ち・側面打ち・すね打ち) 二段技を打つ 面・側面 / 面・すね / 側面・すね / すね・側面 二段技を受ける 面・側面 / 面・すね / 側面・すね / すね・側面 打ち返し【前進・後退】 打ち返しの受け方
7~8	相対(二人組)となり、号令により打ち返し【前進・後退】 相対(二人組)となり、号令により打ち返し【前進・後退】 練習
9	評価 打ち返し



外部講師による模範生徒の指導

向上させる。自分の身を危険から回避することや、けが等への対処の仕方の上向上に努めさせる。

**成果と今後の課題**

なぎなたについては、平成25年度からの取組であり、現在、授業が実践されている最中である。市内各中学校になぎなた部があり、なぎなた教室で学んだ生徒もいる。授業では外部講師はもちろん、なぎなたの経験のある生徒がよい手本となつて、授業が展開されている。日本の伝統的な行動様



授業の様子(生徒同士の教え合い)

式に触れることで「静」と「動」のけじめある身のこなしを体得させ、基本的な約束事の体得を通して相手を尊重する態度を表現することを学び、日常生活の中で生かせる習慣をつけていきたい。

**4 おわりに**

中学校で行われる授業である以上、何を教えるかも大切であるが、それと同様に、どう教えるかも大切である。スポーツ選手が体幹を鍛えるように、指導者は人として心にゆとりと柔軟性を持ち、子どもと向き合いながら心のバランスづくりをすることが大切である。心にしつかりとした軸ができれば、子どもはどんな困難にも立ち向かっていける強い心を育てる一助となると考えられる。子どもが人生の途上で良き指導者や尊敬できる人に出会うということは、今後の人生の中で必ずプラスになると思われる。

**最新刊**

脳生理学者・医師  
東邦大学名誉教授

**有田 秀穂 著**

**脳を活性化させる**

**武道とセロトニン**

人間の心身を安定させ、「無心」の状態を作るセロトニン神経—その研究の第一人者が、丹田呼吸法を手懸かりに、武道や禅、日本文化を題材として、誰もができる脳を活性化する方法をわかりやすく解説。

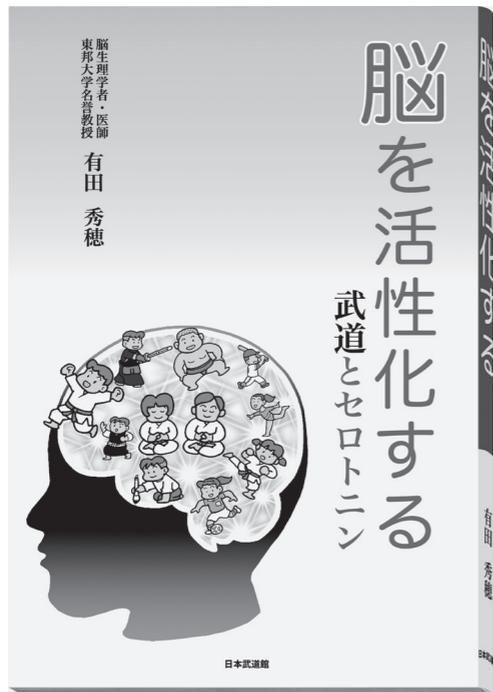
**主な内容**

**第1部 脳の活性化とは**

- 坐禅とセロトニン
- ストレスとしごき
- 空海はセロトニン活性の達人
- 『弓と禅』に学ぶ身体トレーニング
- 沢庵の「不動智」とワーキングメモリー
- 不動明王と心の三原色
- 『弓と禅』に学ぶ無意識の自己意識
- 悪夢を消すには?
- 精進料理とセロトニン合成
- 「茶の湯」とセロトニンの生活
- 「自然に体が動いた」を脳科学で解く
- 勝海舟の「明鏡止水の心」を脳科学する
- 「武道の礼法」は社会脳を育む
- 相撲の「四股」は品性を育む
- 書道も心技体の人間修行
- アンドロゲンと闘争心
- 日本の祭にはセロトニンがたっぷり
- スキップとオキシトシン
- 空手の稽古は坐禅修行に通じる
- 脳は「丹田呼吸法」をどう操るか
- 試合における最適な覚醒状態
- サイエンスは「気」をどこまで解明したか
- 仙人術を脳科学する

**第2部 対談「武道で脳を活性化しよう」**

- 日本武道館会長 松永 光
- 東邦大学名誉教授 有田 秀穂



A5判・並製・346頁・1600円+税



**有田 秀穂**  
(ありた・ひでほ)

昭和23年(1948)東京都生まれ。東京大学医学部卒業。東海大学医学部助手、筑波大学基礎医学系講師、東邦大学医学部教授を経て、現在、東邦大学名誉教授。脳生理学者、医師。セロトニン道場代表。

編集・発行 日本武道館  
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3  
ホームページhttp://www.nipponbudokan.or.jp

お問い合わせ・ご注文は  
日本武道館出版広報課  
までどうぞ!  
TEL03(3216)5147  
FAX03(3216)5158