

令和元年度福島県（福島市）地域社会少林寺拳法指導者研修会

開催期間 令和元年10月5日（土）～6日（日）
会 場 公益社団法人福島県トラック協会 レクリエーション施設
派遣講師 中島正樹 正範士七段（中学武道必修化プロジェクト委員会 委員長）
高坂正治 准範士六段（中学武道必修化プロジェクト委員会 委員）
参加者 36名
研修内容

【1日目】

はじめに、中島正樹講師による講義が行われた。中学校で武道が必修化された経緯を説明し、スポーツ庁、日本武道館、少林寺拳法連盟の必修化対策事業について説明した。続いて既に中学校体育授業にて少林寺拳法が採択されている中学校を例に挙げ、学校関係者と少林寺拳法関係者の繋がりから採択に繋がったケースが多いとし、様々な場面でのネットワーク作りが大切であると説明した。実技では、少林寺拳法に繋がる動きであることを説明、声かけしながら、ウォーミングアップと体幹トレーニングを行った。技の練習に入ると「次期学習指導要領の考え方では、まず生徒に発問し、考えさせる。そしてその考えをまとめ、身につけさせる。技能として落とし込むのは最後でいい」と説明し、各種の技を指導した。各種の技は、「号礼法」「リズム法」を活用し、深められた。

午後の研修は、高坂正治講師の講義から入った。「少林寺拳法の特性を活かして、素材である少林寺拳法をどう教材化するか」を授業づくりの観点とした。また授業における場づくりとして、「作務」、「合掌礼」、「態度・行動・言葉」、「調息法」が重要であると説いた。実技では、中段構から上段逆突・上段順突・中段逆突・中段順突・中段逆蹴・中段順蹴・内受・外受を練習し、その後、ペアとグループで「天地拳第一^{てんちけんだいいち}」を練習した。最後に、7グループ（1グループ4～5名で構成）に分かれ、翌日に行う模擬授業の発表内容を話し合った。

【2日目】

はじめに、グループごとに模擬授業の発表内容の最終確認を行い、指導案を作成した。発表は、1グループ15分で行われた。発表では、授業の導入で武器に見立て棒状にした新聞紙を用いたり、前日に履修した「号令法」を独自に改良したり、工夫の凝らした授業が展開された。発表後は、1グループごとに、講師から安全に配慮した注意点や、50分授業への転用方法等が指南された。

【参加者の声（初心者・女性）】

2日間丁寧に指導していただいて感謝しています。研修会を受講し、少林寺拳法が中学校体育授業に導入されるメリットが良く分かりました。

