

※普及形Ⅰ・普及形Ⅱについて
Ⅰは昭和16年、沖縄県内の学校体育で使える形を長嶺将真氏が基本的な突き、受けを組み合わせて作成、Ⅱは宮城長順氏が普及形Ⅰに蹴りなどを加え、発展させた形。

まず、私自身が空手道経験者であり、柔道や剣道よりも取り扱いやすい武道であったということが、一番の理由である。

また、沖縄は空手道発祥の地ということもあり、沖縄特有の文化を生徒に広めていけるよい機会と考えたのも、理由の一つである。そして、「礼に始まり、礼に終わる」という近年希薄化

されつつある「礼儀」についても学ぶことができ、相手を敬う心や思いやりの心など武道の特性と素晴らしさを体験してほしいという思いも、また、空手道を取り入れた理由の一つである。

空手道における「突き・蹴り」

3 空手道授業の もたらす効果

■ シリーズ ■

中学校武道

授業の充実に向けて

23

空手道授業の実践報告と必修化の課題



沖縄県沖縄市立山内中学校教諭
松田 健

新学習指導要領において、平成24年度から武道が必修化されることに基づき、本校でも、年間指導計画の見直しや、どの時期にどのような種目をどのような形で習得させていくのかを検討しているところである。

今回、私自身が平成24年度の必修化に向けて、これまで行ってきた武道（空手道）授業の中から、今年度（平成21年度）実践した内容を紹介することで、今後、授業を行う際、少しでも参考にしていただけるなら幸いである。



である。

また、体育館内で行える実技であり、道具を使わず、接触も少ないという点で安全面に関する心配が少ない。それから、着衣に関してであるが、本校では、体育着を着用して行っている（写真は、県・市教委主催の研究授業時のもので、このときだけ、他校から道衣を借りて授業を行った）。

本校における 空手道授業の形態

昨年度の形態は、運動会で披露することをねらいとし、基礎基本を学ばせ、最終的には形（※普及形Ⅰ・普及形Ⅱ）を習得させるという授業形態であった。

私は今年度、本校に赴任してきたが、昨年度とは違い運動会の計画がない年度である。そのことも踏まえながら、空手道授業をさらに発展させることをねらいとした授業形態を模索しているところである。

幸い、空手道は、柔道や剣道のように畳を準備したり、道具や用具を用意する必要がないため、授業に取り入れやすい種目

2 空手道を取り入れた理由

まず、私自身が空手道経験者であり、柔道や剣道よりも取り扱いやすい武道であったということが、一番の理由である。

また、**沖縄は空手道発祥の地**

（資料１）授業計画〔２年生〕

時 間	授 業 内 容	学習のねらい	評 価
1	オリエンテーション	・空手道の特性と歴史を知る。 ・学習のねらいと進め方を知る。	・興味、関心 ・知識、理解
2	礼法について考えよう	・礼法についての意味と行い方について学ぶ。 ・団体戦３名のグループを決める。	・興味、関心 ・知識、理解
3～4	基本練習 形の復習	・形動作の意味を理解する。 （形の分解） 普及型Ⅱ	・興味、関心 ・思考、判断
5	体力作り、基本動作 形練習及び形競技	・グループでの協力 ・基本動作を学ぶ ・形を楽しむ	・興味、関心 ・思考、判断 ・知識、理解 ・技能
6	形試合団体戦	・形競技と審判に分かれて実技を楽しむ。	・技能
7	自己評価	・伝統文化に楽しく触れることができたか。	・知識、理解

展開が可能である。つまり、自分自身が形の順序を覚えることにより、達成感を味わうことができ、約束組手などの相対動作により、競い合うことの楽しさを知ることができる。

今年はその中から、「形Ⅱ達成型」、そしてそこに競技の要素を加え、競争型へと内容が発展して行く授業を行った。

形は相手を想定しながら、決まった手順で行うため、ややもすると生徒が飽きてしまったり、だらけてしまったりするのではないかと心配していた。しかし、英語教諭（榮葉子先生）のTTとしての協力もあり、生徒たちは楽しそうに、英語と併用して空手の技を覚えようと積極的に、そして、好奇心を持ちながら授業に取り組んでいる。

英語を授業の中に取り入れたことにより、生徒たちは授業を新鮮に感じ、これまで以上に興味を持ったのだと思う。

さて、ここから、今年度行った授業の基本的な流れを紹介さ

せていただくことにする。

（１）礼 法

他の武道においても同様と思うが、空手道の授業は、正座から始める。授業開始時は、全員が整列・正座をし、正面に向かって「礼」を行う。次に、教師・生徒が、お互いに向かいあって「礼」を行う。

オリエンテーションにおいて、立礼・座礼の違いを指導した後、空手道（武道）の授業においては、座礼を基本とすることも説明している。

（２）ウォーミングアップ

準備体操は英語で号令をかけて行っている。それに続き英語カードを利用して、カードゲームの体力作りを行う。

具体的には、教師が「Push-up 20」（腕立て伏せ20回）、「Sit-up 20」（腹筋20回）、「Jumping 20」（ジャンプ20回）などと書いたカードを用意し、班の代表者に文字を伏せて、それぞれ1枚ずつ

は、授業のウォーミングアップに取り入れることができ、また、基本動作や形においては、左右対称のバランス（調整力）など心身の調和的な発育や発達を促すことができる。それから、呼吸法では、心肺機能や自己の精神的な安定も高めることができる。そして、礼儀作法においては、相手を敬う心や謙虚さ、きちんとした挨拶ができるようになるなど、期待できることが多い。

4
沖縄県独自の
事業として

学校体育授業における武道（空手道）の充実に資することを目的として取り組んでいる。これらも、沖縄特有の特徴といえる。

また、事業に伴い、武道授業の充実を図るため、武道指導者の資質や指導力の向上を求めており、中学校および高等学校における体育教師を対象に、年二回、武道各種の実技研修も行われている。その実技研修においては、武道の段位取得を促進し、学校における武道指導の充実を図っている。また、本県を発祥の地とする空手道の継承・発展を促進する目的で、県教委が（空手道の）実技研修会を設置しているのも、沖縄特有の取り組みの一つといえる。

5
授業内容について

進校の指定を受け、3年目になる。ちなみにイマージョン教育とは、英語の授業以外にも、学校生活の中で英語を使用する教育体制である。

指定を受け2年間は総合的な学習の時間、特別活動に力を入れてきた。そこで、3年目の今年は、各教科において、さらにイマージョン教育を深め、発展充実させるための取り組みが各教科において行われている。その一つとして、体育の授業では、英語科教諭および体育科教諭によるTT（ティームティーチング）方式を取り入れている。

平成24年度の必修化に向け、昨年度より試験的に取り入れた空手道の授業であるが、本年度は、2年男子（2クラス合同、40名）に限定して実施した。空手道の授業は、昨年から継続であり、そこにイマージョン教育（英語）を取り入れてみたが、予想以上にスムーズに展開することができた。

また、時間配分については、

昨年から取り組みで基礎基本が身につけてきていることもあり、7時間の計画で行った（授業計画は〈資料1〉参照）。

生徒の大半は空手道（武道）を学習するのが初めてということもあり、それゆえに空手道の授業に対して、生徒の興味・関心も多種多様である。そのことから、学習内容を検討する際、「空手道の機能的特性を味わわせること」を中心的な内容として重視し、生徒たちの興味・関心をうまく引き出すためにゲーム形式的要素を取り入れながら、指導を行っている。

また、空手道の大きな特性である「形」及び「組手」は、「形」と古武道（沖縄特有の型で、六尺棒、權^{かり}などを使う）Ⅱ達成型」と「組手Ⅱ競争型」という学習



英語科教諭とのTTで、イマージョン教育を取り入れた

「日本教育新聞」購読者特典

QA 教育を応援するコミュニケーションサイト

先生解決ネット

*日本教育新聞社の運営サイトです。

N 日本教育新聞社

“先生方をもっと応援していこう!”
を合言葉に、昨年オープンした
ホームページが「先生解決ネット」。

Communication
教育専門 Q&A

先生方が日頃抱えている疑問や課題を、
全国の「同僚」と共有し、知恵を出し合いながら
答えが導けるように、応援するための
教育専門 Q&A サイトです。

先生解決ネット (tesio)

今日の生徒の言葉……
生徒指導で最近悩んじゃうなあ。

Archive & Search
教育専門 ニュース

新聞を通じて得た情報を、必要なときに引き出し、
より日常的に活用できるように、
応援するための教育専門 ニュースサイトです。

先生解決ネット (tesio)

小・中の特別支援学級 電子メール講座

イラストレーション: 石ノ森章太郎

アクセスはこちらから
www.kyoiku-press.com

合い、注意し合う。その後、学級毎に決められたリーダー（一人）が、号令係になり、号令をかけながら、全員の動きを合わせるよう練習をする。全員の動きがバラバラの時は、教師が声をかけ、直す必要のあるところを指摘・指導し、練習に取り組みさせる。

競技は、2班同時に普及型を始め、教師が気合いがよくでているか、元気があるか、順番を正しく覚えているか、などを基準として判定を決めている。

その結果、形競技を学級全員で行うことにより、力強さや声

の大きさなどが普段の倍以上にもなり、大いに興味・関心が湧くようである。

また、学級対抗で形競技を行うことにより、学級の和や協調性、そして声の出し方など、自分たちで工夫し、勝つための作戦（思考）を立てることができた。それにより、自主的・自発的な活動が自然に培われていると思う。



今回の、形を中心とした授業内容としたが、その指導目標、教師の習熟度により、①形中心、②形・組手両方、③組手中心とした授業展開が考えられる。

次頁の資料2に沖縄県教育委員会作成の学校体育指導資料「学校体育における空手道指導の手引」（抜粋）を紹介するので、参考にしていきたい。

生徒たちの様子

6

空手道（武道）の授業にあたり、オリエンテーションで、空手の歴史（沖縄が空手発祥の地であること）の講話や、プレゼンテーション用のパソコンソフト（パワーポイント）を活用し、英語によりクイズ形式で空手の技の名称を言い合わせたりした。班ごとに考えて答えを出したりと、英語と空手を関連づけながら、空手道の授業に關連づけたいという興味・関心を持たせていった。

生徒は、体育の授業で英語を使うことに、最初の授業では戸惑っていた。しかし、これまでの他の教科でも英語を使っていたので、二、三時間目からは、戸惑いもなく英語を使って話し合ったり、授業の最後に英語で感

渡す。その後、教師の合図で一斉にカードを裏返し、そこに英語で記された動作を班で行うなどである。

ゲームを通して、班の中で生徒同士が声をかけたり、相手を思いやるなど、協調性が育まれることを期待して取り組んでいる。

（3）基本

空手の「突き・受け・蹴り」は、基本技であり、組手及び形においても重要視される基本的動作の一つである。そのため、授業では基本の習熟を図るためには欠かせないものであると考えている。

基本動作の内容は次のようなものである。

① 平行立ちによる突き
② 内受け・外受け（中段）
③ 上・中・下段受け
④ 前蹴り

などである。そして、この基本動作の数を数える際にも英語を活用しているから、生徒は楽



普及形Ⅱの練習風景

しそうに基本練習に取り組んでいる。

また、基本練習は、単調になりやすいので、一時間毎の練習を工夫し、興味を失わせないよう心がけている。それに、基本動作は形（普及形Ⅰ・Ⅱ）への導入部でもあるので、しっかりと身につけるよう指導している。

（4）形練習・全体

形の練習においては、全体練習を行った後に、班練習を行っている。最初の全体練習では、

技の確認を入れながら、ゆつくり手順通り行う。その際、力強く、リズム（緩急）を考えながら行うことに注意している。

また、教師は前方および後方に立ち、指導を行っている。そして、手順通り行うときは、英語で番号を言い、英語で技の意味を確認しながら行っている。

（5）形練習・班

全体練習を終え、自分の苦手なところや、分からないところについて、それぞれの班におい

てビデオ（VTR）や掲示物などで確認し合う。それにより、班練習では、お互いが練習していく過程において、注意し合ったり、間違っているところを確認し合ったりすることで、班の協調性が芽生え、自主的・意欲的に学習することが期待できる。

また、班で練習するという点により、上達の楽しみや、完成の喜びを味わわせることも期待できる。

形の指導を行う上での注意点は、

- ① 手順をしっかりと覚える
 - ② 緩急を考える
 - ③ 目線に気をつける
 - ④ 気合い（かけ声）をかける
 - ⑤ 極めをしっかりとる
 - ⑥ 残心をしっかりとる
- で、これらのことに気をつけながら、行うようにする。

（6）形競技

形競技（試合）においてはまず、競技に入る前に、班（3名）で練習したことをお互いに見せ

必修化への課題

7

県内におけるほとんどの学校が、二クラス合同で男女別に行っているが、今回、本校では男子だけでの取り組みであった。そこで、体力や筋力の差がある女子への導入の仕方や授業内容について課題が残ることとなった。また、女子は男子以上に空

想を言えるようにさえなってきた。また、授業前に行ったアンケートの結果では、空手の印象として「怖い」「痛い」等、負の印象の回答が確認された。しかし、英語を取り入れた授業を行ったことにより、生徒からは「楽しい」「ワクワクする」「もっとやりたい」など、数多くの好印象の意見があり、それとともに、空手道の授業に関心を持つ生徒が増えてきた。

おわりに

8

武道必修化に伴い、新学習指導要領の「武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする……（以下省略）」を踏まえ、これからの保健体育科教諭は、「知・徳・体」、特に礼儀作法や心身の調和的な発達、「素直さ・思いやり・謙虚さ」など精神面を育てていき、技術習得のみならず、心の教育のあり方にも工夫を凝らして授業を行う必要がある。

そして、武道必修化に備え、私自身も今後の授業のあり方について、さらなる工夫、改善に努めていきたいと考えている。

快適で安全な都市空間の創造をめざす ……東洋実業グループ

- ビルディング・トータル・マネジメント
- 清掃等建築物の環境衛生管理
- 空調、電気、水系統等諸設備の運用、管理
- 警備、保安、駐車場管理
- 原子力セキュリティ及び施設メンテナンス
- 工場、ダム等のセキュリティ
- 案内、受付他料金徴集業務
- 公園等のグリーンメンテナンス
- ビルメンテナンス用ソフトの開発販売
- バイオ研究開発
- その他建築物の運用、管理に係る一切の業務



株式会社 東洋実業

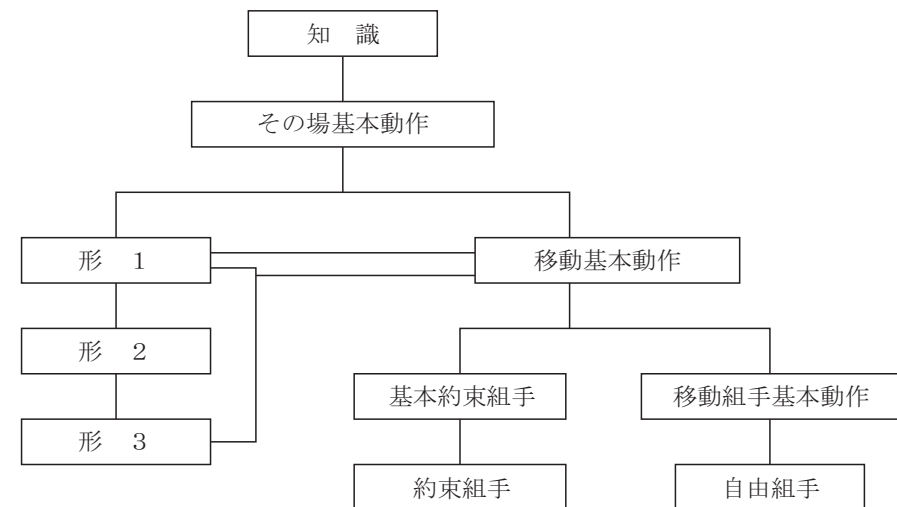
代表取締役 横田 正弘

札幌本社／札幌市中央区北六条西22丁目250番14東実ビル TEL(011)612-1911(代)
 東京本社／東京都新宿区西新宿1丁目26番2号新宿野村ビル TEL(03)3345-0531
 営業所／函館・室蘭・苫小牧・千歳・恵庭・小樽・余市・岩内・石狩・岩見沢・旭川
 士別・富良野・占冠・帯広・北見・釧路・日高・遠別・深川・埼玉
 海外事業／株式会社東洋実業マレーシア／東洋実業シンガポール PTE. LTD./東洋
 セキュリティ&ビルディング・マネジメント（香港）LTD./

（資料2）学習指導の基本的な流れ

※沖縄県教育委員会作成の学校体育指導資料「学校体育における空手道指導の手引」より抜粋

（1）学習指導の構想図

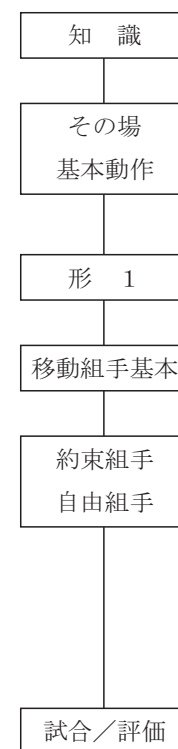


（2）学習指導の流れ

①形中心の授業形態



②形・組手の授業形態



③組手中心の授業形態

