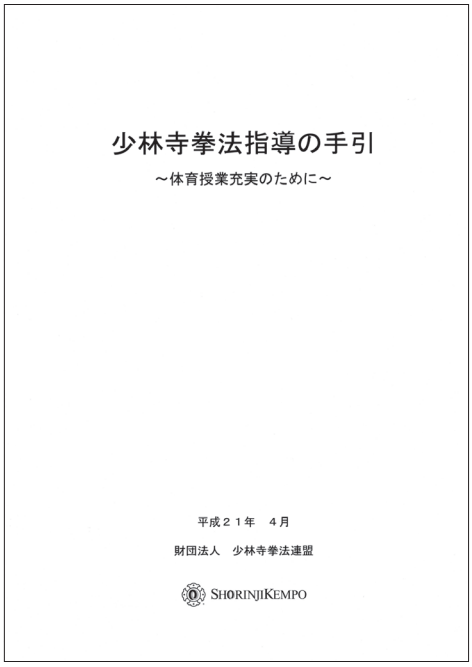
■シリーズ■

中学校武道 ―授業の充実に向けて― ㊷

指導教本のねらいと活用のポイント　少林寺拳法

一般財団法人 少林寺拳法連盟
中学校武道必修化プロジェクト委員会
中島　正樹



少林寺拳法連盟発行
『少林寺拳法指導の手引～体育授業充実のために～』
（Ａ４判、84頁）

中学校保健体育の授業で、生涯にわたり楽しめる武道を学ぶきっかけを作り、武道の学習を通じて我が国固有の伝統や文化に触れることは、豊かな心や健やかな体、生きる力の育成に資することにつながる。

少林寺拳法の授業でも、教師が理解したことを形に表し、さらに生徒がそれを実践することで、これらの育成を図ることが出来る。また、より効果的で、充実した授業を展開するためには、平成21年4月に少林寺拳法連盟が発行した『少林寺拳法指導の手引～体育授業充実のために～』（以下、指導の手引）の活用が必要不可欠であると考える。以下に指導の手引のねらいと活用のポイントを示していく。

1　指導の手引作成の組織的背景

平成20年3月、中学校保健体育科における武道の必修化が学習指導要領に定められた。これを受け、当連盟では授業実施を見据え、「全ての中学生が我が国固有の文化である武道を学ぶことを通じて、相手を尊重する心や礼儀作法、武道が持つ伝統的な考え方などの理解を深めていくこと」の意義を深く受け止め、連盟本部との連携により中学・高校教諭で構成される中学・高校普及委員会を設けた。

少林寺拳法では、そもそも昇級・昇段に関して独自の教育システムがあり、当初、それを基に指導の手引を作成しようと考えた。しかし、数多くの対人的技能の中で実際の授業環境にふさわしい内容を厳選するのは大変困難であること、少林寺拳法有段の資格を持つ保健体育科教諭の数が不足しており、校外指導者によるＴＴ（ティーム・ティーチング）が想定されることなどから、まずは基本的な授業展開の在り方を示す必要があると考えた。つまり、この独自の教育システムはあくまでも道場で修練する環境を前提としており、授業では、あらためて評価を含む授業計画作成につながる具体的な指針が必要とのことから、指導の手引を作成するに至ったのである。

目　次

教育基本法（抜粋）
学習指導要領（抜粋・要約）
学習指導要領解説　保健体育編（抜粋・要約）

第１章　体育学習における武道
　第１節　学習指導要領改訂の経緯
　第２節　少林寺拳法の特徴
　第３節　少林寺拳法の指導のねらい
第２章　少林寺拳法の学習内容
　第１節　学習内容及びその取り扱いに関する考え方
　第２節　学習内容と評価規準
　第３節　中学校
　第４節　高等学校
第３章　指導計画と学習指導・評価
　第１節　指導計画作成上の留意点
　第２節　少林寺拳法の特性に基づく学習計画と評価
　第３節　単元計画例と学習指導の展開例
第４章　技能指導の要点
　第１節　技能指導の要点
　第２節　対人的技能について
第５章　練習法

2　指導の手引作成のねらい

指導の手引作成にあたっての基本方針としては、第1に指導のねらいを明示して、少林寺拳法の理念および教育の効果を明確にすること、第2に実際の授業計画立案に資するよう、学習内容・指導計画上の留意点・評価規準・単元計画例・学習指導展開例を具体的に示すこと、第3に有段者から段位のない者まで、いろいろな指導者が活用することを想定して、技法指導の要点を動作の手順ごとに写真で示したり、練習法について詳述することとした。

限られた時間の中ではあるが、授業では様々な単元計画、そして学習指導展開が可能であるが、指導の手引にはおよそ想定されるすべての学習内容を記載しており、授業担当者が授業数や生徒の状況を考慮し、記載内容を抽出して学習内容を具体化できるように作成している。

3　指導の手引活用のポイント

(1)単元計画作成に当たっての留意点

単元計画作成に当たっての留意点として、対人的技能を指導する前に、以下に示す指導の目

標の確認が必要である。

①基本動作や対人的技能を身につけ、楽しさや喜びを味わって少林寺拳法に親しむ資質や能力を培うこと

②伝統的な行動の仕方を重んじる態度、相手を尊重して練習を行う態度を育てること

③練習の仕方を工夫するなどの少林寺拳法の学び方を学ぶこと

これらを踏まえて学習指導の中で具体化していかなければならないと考える。

そして単元計画作成においては、

①運動の特性を明確にする

②単元のねらいを明らかにする

③学習内容を具体化する

④学習課程を工夫する

⑤学習指導を展開する

というように、段階的に指導することが有効である。

単元のねらいは、単に学習の方向性を示すだけではなく、効果的な展開に役立つものでなければならない。また、評価の規準を具体的に示すことが出来るよう、指導の手引から学習内容を抽出し、明確にしていかなければならない。

学習内容には、礼法・基本動作・対人的技能・知識があるが、単元のねらいや授業時数に即して何をどの程度学習させるかを明らかにする。そして、技能の学習とあわせ、態度については、相手を尊重し、健康・安全に留意して練習すること、行動の仕方、規則、礼法など具体的な内容を示し、指導をしていくことが重要である。

学習課程の工夫は授業の進度によるところが大きいが、学校現場では、少林寺拳法を楽しみ、深めていけるような学習指導の発展を工夫していくことが求められる。学習課程は「今持っている力を十分生かして特性に触れる」段階と、「新しい創意・工夫を加えて特性を深める」段階の二つで構成されることが多い。少林寺拳法の授業では、達成型の段階で理解した特性をもとに、競争型の段階において、自分の言葉で考え、相手と協力していこうとする主体的な姿勢を持たせる学習の道筋を考えることが大切である。

(2)評価の方法

評価の観点には、

①運動や健康・安全への関心・意欲・態度

②運動や健康・安全についての思考・判断

③運動の技能

④運動や健康・安全についての知識・理解

がある。

まず、関心・意欲・態度の観点については、出席率、忘れ物、特に女子は髪の毛や爪などのチェック、道着の着方、挨拶での評価が可能である。

次に思考・判断の観点については、技法練習や演武組成の過程において、相手と協力し合えたか、無駄に時間を過ごしていなかったか、他の者の動作を真似せず、自分たちで考えた動作や工夫をしていたかでの評価が可能である。

技能の観点については、各技能で基準点を定め、その到達度により加点または減点することでの評価が可能である。

そして最後に、知識・理解については、少林寺拳法の理念（創始の動機と目的）や、少林寺拳法の特徴である「拳禅一如」「力

自分たちで考えた演武を披露する中学生
（中学校武道授業〔少林寺拳法〕指導法研究事業より）

愛不二」「守主攻従」「不殺活人」「剛柔一体」「組手主体」などを指導の過程で展開したり、あらかじめ学習プリント等の副教材を活用し、知識を身に付けたかどうかを筆記による試験で確認することで、評価が可能である。

4 授業のすすめ方

(1)中学生に学んでほしい学習内容

少林寺拳法は「第1章第3節少林寺拳法の指導のねらい」にあるように、常に二人一組で練習を実施していくために、相手の気持ちを理解できるような技の構成がなされている。したがって、自然のうちに相手とのコミュニケーションを図り、相手の気持ちを思いやることが出来るように、基本練習や技法練習の中でお互いに方策を考えていく努力をさせていくことが重要である。

少林寺拳法に限らず、武道の授業は相手と直接的に攻防することがあり、その特性を活かし、学習の中でコミュニケーション能力や論理的思考力の育成を図ることが出来る。また、相手との関わりを通じて社会の形成への参画につなげることも可能である。これらのことから、対人的技能のみに指導の重点を置かないことが大切である。

(2)基礎知識を身につけるには

基礎知識を身につけるには、少林寺拳法の技法とともに、前述の特徴をよく理解させることが重要である。言うまでもなく武道の学習は、体力の向上等、保健体育が目指す内容とともに、学習指導要領にある「伝統的な考え方」を理解させ、「自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫」しなければならず、単なる「運動の合理的な実践」のみに終わらせてはならないことが肝要である。

少林寺拳法の特徴や目標（理念）を理解することは、授業以外の場で覚えた技をいたずらに使用させないのはもちろんのこと、安全な授業を展開するためにも必要不可欠である。単に禁止事項を約束させるのではなく、少林寺拳法の特徴や目標を、運動の実践を通じて理解させることは、理論と運動をバランス良く伝え、生涯にわたって運動に

さまざまな人びとが書き綴った、知られざる激動の近代史！

日記に読む近代日本 全5巻

刊行開始！ 隔月に一冊ずつ刊行予定 各3045円 『内容案内』送呈

④昭和前期 土田宏成編

昭和恐慌から戦争へ…。木戸幸一・林芙美子、学徒兵らの日記を紹介。さまざまな生き方が綴られた日記から、激動の昭和前期を描き出す。（第1回配本）

【続刊】❶幕末・明治前期…井上 勲編 ❷明治後期……千葉 功編 ❸大 正……山口輝臣編 ❺アジアと日本…武内房司編

蚕（かいこ）にみる明治維新

渋沢栄一と養蚕教師

鈴木芳行著 「かいこ」が紡いだ新しい時代…。こうして、黎明期日本の根幹産業がつくられた。1890円

歴史文化ライブラリー

329〈新〉弥生時代

五〇〇年早かった水田稲作

藤尾慎一郎著 「炭素14年代測定法」による衝撃の測定結果で、500年遡る日本列島の全体像を描く。1890円

330植民地建築紀行

満洲・朝鮮・台湾を歩く

西澤泰彦著 負の遺産から文化財へ―。植民地建築の現在を見ながら、その歴史的意味を考える。1995円

幻の稀覯書が、いまよみがえる！

華族画報 全2冊

杉 謙二編 大正2年に少部数配布されたのみの稀覯書、華族の「紳士録」を復刻。（分売不可）63000円

吉川弘文館 価格税込

東京都文京区本郷7-2-8・TEL03-3813-9151

PR雑誌『本郷』見本誌送呈

親しむ資質と能力の育成につなげる上で重要である。

(3)伝統的な行動の仕方を学ぶには

基本動作・礼法・技法はそれぞれに効果的な指導を行うための要点や注意点があり、一様に説明は出来ないが、形から入り、興味と関心を持たせ、学ぶ意義を理解させることが必要である。特に礼法や基本動作の練習は、対人的技能に比して単調になりやすいので、興味を失わせないような工夫が必要である。

武道学習における伝統的な考え方は、技術の練習を通じて、人格の形成を目指すことにある。特に礼法においては、単なる挨拶ではなく、心を形に表すものである。ここでいう心とは、相手を尊重する気持ちや感謝する気持ちを意味する。

したがって礼法が学習の第一歩であり、授業の始めと終わりには必ず相手や指導者に対して心のこもった礼を行うことが大切である。

(4)技能を伝えるにあたってのポイント

少林寺拳法の技法の特性を考慮すると、次のような留意点が挙げられる。

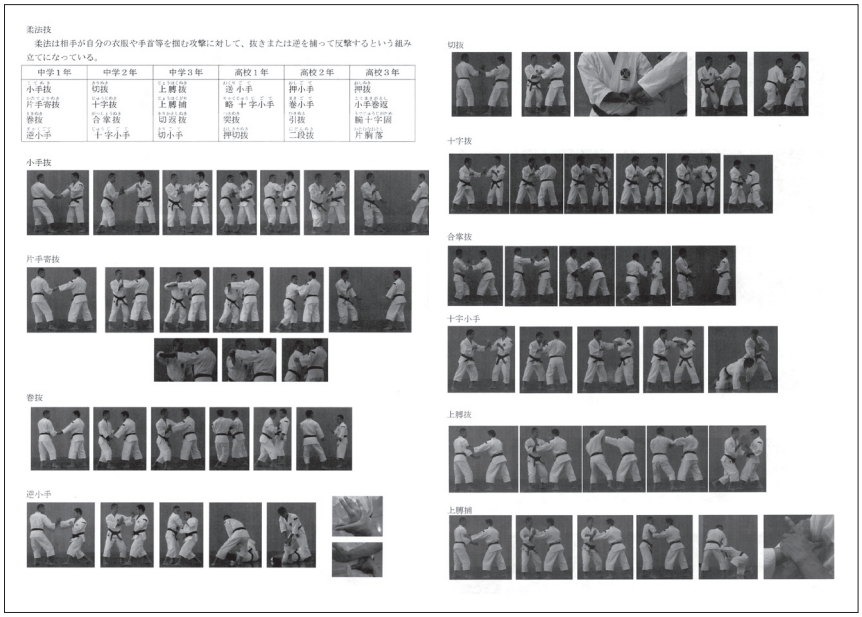
①指導目的の確立
②指導の順序
③基本動作の習得
④理(ことわり)を知ること
⑤数をかけること
⑥体力に応じて行うこと

指導の方法は二人一組で学ぶことが原則となる。その原則のもとで個別指導、グループ別指導、習熟度別指導、資料や映像の活用、課題研究などの方法をもって様々に工夫できる。

技能については、基本動作の習得から始める。次に二人一組による相対での対人技能の学習に進むが、ここでは形だけではなく、相手の動きに応じて動くことが出来ること、間合いの取り方、攻防の機会をつかむ、という指導が大切である。

さらに発展的な展開としては、攻撃を限定した運用法を行い、基本動作や対人的技能が身に付いているかどうかの確認をする。ここでは、相手を倒すことや勝つことばかりにこだわるようにさせないことが必要で、自分の心の乱れを抑え、相手を尊重する気持ち、人とのかかわり合いの大切さの理解や調和の姿勢を養うことが非常に重要である。

指導の最終段階が組演武である。動作をこなすのではなく、技と技との連絡・変化に重点を置き、無理なく動作を連携させるためにも重要なポイントである。動作が出来るだけでは、授業への興味・関心は継続しにくい。したがって、連絡・変化すなわち他者との調和の姿勢を養



技能については、基本動作の習得から始め、二人一組による相対での対人的技能の学習に進む
(指導の手引「第4章第2節対人的技能について」より)

うことが大変重要で、技能の試験として演武を取り入れることも可能である。

指導にあたっては、技の形を伝えるということにとらわれては効果が得にくい。毎時の到達目標を示し、状況によっては生徒に発問することも大事である。形を理解したら生徒同士で評価したり、全体の前で示範を促し、意見交換をさせたりしながら学ぶポイントの共有をはかる。それにより、考えさせる機会を与え、主体的に取り組む姿勢を養うことにつなげる。特に、自分の考えや理解した内容を表現する学習の機会は、中学生に精神的な発達を促すものである。

5 指導の手引の入手方法及び頒布状況

指導の手引は、少林寺拳法連盟本部にて無料で頒布している。これまでには、地域指導者並びに関係諸団体・教育機関をはじめ、毎年夏に連盟本部で開催される学校実技指導者講習会でも、受講者全員に頒布している。個人で入用の節は、連盟の振興普及部へご連絡ください。

■お問い合わせ先
一般財団法人　少林寺拳法連盟
振興普及部
〒764―8511
香川県仲多度郡多度津町本通3―1―59
電話0877―33―2020
FAX0877―56―6022

6 おわりに

武道必修化は「生きる力」を養うという面で、必ずや現代社会の要請に応えられるものと確信する。武道の技能を身につけるには、相手を尊重し自分自身が創意工夫をする姿勢が求められ、授業における競争型の段階に至っては、他者を負かしたり否定するのではなく、他者を活かし自分も上達しようとする態度を養うことに帰結するからである。

授業が進むうちに生徒たちが自然に礼法を行うようになる。その姿が清々しく凛とした雰囲気を醸した時こそが、武道必修化の意義を実感できる時であると言える。

「日本教育新聞」購読者特典
Q&A 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。
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、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
先生方が日頃抱い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。

Archive & Searc
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、
より日常的にご活用できるように、
応援するための教育専門 ニュースサイトです。

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