

和歌山市における武道指導（剣道・少林寺拳法）の 実践紹介について

和歌山市教育委員会

和歌山市は、和歌山県の県庁所在地であり、県北部に位置している市である。市内の中心を紀の川が雄大に流れ、北は、和泉山脈（大阪府）・西は紀伊水道に面した温暖な気候に恵まれた地域でもある。和歌山市は、江戸時代から徳川御三家の一つとして栄えた城下町で、昨年は、徳川吉宗公が江戸幕府八代将軍に就任して300年の年であり、様々なイベントが行われた。

スポーツイベントとして、和歌山市を中心に、「国際・第38回全日本マスターズ陸上競技選手権大会（平成29年）」、「第32回全国健康福祉祭「ねんりんピック」（平成31年）」、「関西ワールドマスターズゲームズ2021（平成33年）」が平成29年から2年おきに開催される予定となっている。

今回の実践では、小川泰伸教諭（日進中学校・剣道）、小島潤一教諭（高積中学校・少林寺拳法）の取組について紹介したい。



和歌山城：夜にはライトアップされ、また違う姿を見せる

1 はじめに

和歌山市内には、18校の市立中学校（うち1校は分校）と、市立義務教育学校が1校あり、各校がそれぞれ学校の実態に応じて武道に取り組んでいる。

武道実施の内訳は、剣道14校、柔道1校、相撲3校、少林寺拳法1校となっている。また、部活動も活発に行われ、剣道、相撲、柔道の3種目において、平成28年度の「全国中学校体育大会」に出場している。

今回紹介する日進中学校の小川

2 日進中学校の取組

市の中心部に位置する本校は、普通学級19学級、特別支援学級2学級の計21学級で、全校生徒52名

（平成28年度において）の大規模校である。教育目標として『みがきあい真

剣に生きる』とあり、具体目標として「あいさつをかわす、正しい生活習慣を身につける」等、6項目が掲げられている。また、部活動が盛んで、野球部や卓球部においては、近畿大会や全国大会にも出場した経験をもつ。本校は、4校の小学校から入学生を迎える。スポーツ少年団（特に野球やサッカー等の球技系）の活動が盛んな地域でもあり、小学生の頃から球技を中心としたスポーツに触れる機会が多い。その反面、武道（剣道や柔道等）を経験したことのある生徒は非常に少なく、部活動においても、剣道や柔道の所属部員は少ないというのが現状である。つまり、体育の授業において、初めて武道（剣道）に触れるという生徒が大半を占める。



「和顔愛語」の石碑が日進中学校創立50周年を記念して設立された

剣道に対するイメージを少しでも良くして、「また剣道がしたいな」、「剣道も結構面白いな」という生徒が増えて、剣道人口が少しでも増えることを願っている。

3

日進中学校の授業実践

(1)ねらい

①『礼法、竹刀の扱い方、基本動作（足さばきや素振り）などの剣道の基本的な動きを知る。』

②『剣道に積極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守ろうとする。』

③『剣道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い

方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。』

「剣道では、一本を取ってガッツポーズをしたり、喜びを表現してしまったりすると一本が取り消しになる」と説明すると生徒は驚く。相手がいるから剣道ができるという気持ちをもち、少しでも剣道の基本動作が定着するように工夫させる。

(2)授業の様子

単元最初の授業で剣道着・袴で登場すると、いつもと違う雰囲気を生徒たちは感じ、「先生本気やな」「何かいつもと違う」「僕もそのスカート履きたい」などと反応はさまざまである。

授業では、礼法、竹刀を使った

基本動作、素振り、竹刀で受けての打突の仕方、気剣体一致と残心、というような流れですすめていく。

礼法では、立礼・座礼を中心に道場に対する礼、相手に対する礼などを教えていく。

竹刀を使った基本動作では、竹刀各部の名称を覚え、構えるまでの一連の動作（提刀や帯刀・蹲踞など）を知る。次に構えたときの姿勢や足さばき、竹刀を使った素振りを学習する。さらに竹刀で受けての「面・小手・胴」の正しい打ち方、受け方を体得する。そして最後に気剣体一致と残心がしつかりでなければ、よりよい一本にならないということを徹底する。

(3)成果と課題

剣道は、「礼に始まり、礼に終わる」「剣の理法の修練による人間形成の道」「打って反省、打たれて感謝」といわれるように、勝敗よりも礼儀や精神面を重んじる種目である。この特性が、授業を



気剣体一致を目指して、打ち込み練習に取り組む

している中で、少しだが生徒に伝わったような気がする。

●最初の授業後
・剣道って難しいと思う。
・裸足でものすごく冷たかった。
・剣道のことを知らなかったけれど、たくさん知ることができてよかった。

●最後の授業後
・体育館種目の中で一番楽しかった。
・最初足が冷たかったけれど、取り組んでいくうちに慣れてきた。

・声も出せるようになり、剣道が楽しく感じるようになった。

取り組み前と後の感想、また授業中の表情から、生徒の剣道に対するイメージが変わってきたと感じた。また、具体的な技能面を課題にしたり、「もっと振りかぶれ」とアドバイスを出す生徒ができてきたり、主体的に取り組めたところも成果の一つである。

しかしその一方で、「足が冷たい」「面白くない」というイメージのまま授業を終えた生徒もいる。この課題をクリアするためには、生徒の興味関心を引きつけるような授業の工夫が必要になってくる。「剣道って面白い」と思える生徒が少しでも増えるように、これからも授業改善と授業力の資質向上を意識したい。

(3)成果

②相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、攻撃したり守ったりするなどの攻防を展開することができる。

・専門的な指導者による模範演武は、力強く俊敏で、とても迫力があった。生徒たちは少林寺拳法に興味を持ち、積極的に取り組めた。

・「組手」の練習の際には、アドバイスや教え合いをしながらお互いが向上し合い、達成感を感じた生徒が多かった。

4

高積中学校の取組・授業実践

(1)少林寺拳法を導入した理由

中学校の武道必修化に伴い、本校の生徒指導補助員として勤務していた中村四郎さん（校区

内に在任する少林寺拳法指導者）からの打診もあり、少林寺拳法の授業に取り組んでいくこととなった。

(2)単元目標

①少林寺拳法に積極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守り、健康・安全に気を配ることができるようにする。

・体育館のフロアで、体操服でも行える。柔道や剣道と比べると準備や更衣の時間は短く、生徒が実際に活動する時間を多くとることができた。（本校には武道場はないので、柔道をするには畳を敷き、柔道着を用意する必要はある。剣道では防具を着用し、個人の面タオルなども必要である。）



「組手主体」の技術を披露する（講師と女子生徒）



3年生は「鎮魂行」を3年間体験することになり、その姿はさすがである



少林寺拳法の授業風景



授業では教え合いをしながら、お互いが向上し合う

わず広く利用されている。しかし、人の息遣いや顔の見えない機器を通じてのコミュニケーションは、人と人の本来の深いつながりや喜怒哀楽が欠如していく不安もある。生身の人と人が接することにより、お互いを認め合え、違いも受け入れて助け合える。そのような豊かな結びつきをもたらす育むことができるのが、「組手主体」

である。高積中学校では、はじめに「鎮魂行」を行い、その後、基本突きや蹴り、受けを全員で練習してから、すぐに2人1組になって相対練習を行う。内容は男子、女子とも同じものである。今まで武道に馴染みがなく、最初は不安を抱いていた生徒も「次回が楽しみです」との感想を寄せてくれるのは嬉しい。

少林寺拳法は、

- ① 既存の施設で実施できる。(体育館や教室、グラウンドでの実施も可能)
- ② 新たな備品が必要ない。(備品を使用した、より高度な授業を展開することも可能)
- ③ 技の数や練習法が多岐にわたるため、幅広い授業展開が可能。
- ④ ケガや事故も極めて少ない。(高積中学校では過去5年間ゼロ)

しかし、歴史も浅く、他の武道と比較してあまり知られていない

6 おわりに

ことや、指導者不足などもあり、2012年度以降の少林寺拳法授業実施校は全国で30校(2015年6月現在)である。もつと多くの中学校で少林寺拳法を学んでいただければと願う。

和歌山市では、県指導のもと、「安全第一」を掲げ、様々な研修会等で先生方に指導を促している。また、本市では、「運動部活動外部指導者派遣事業」として、外部からの派遣者を活用することで運動部活動の充実を図っている。

平成28年度、武道への派遣者は9名と多く、その専門性を活用したい学校側の需要は高い。今後とも学校と教育委員会、そして地域人材の活用を促しながら、武道の充実を図っていききたいと考えている。



外部指導者が見本を示す

・怪我や事故は5年間で1度もなかった。
 ・少林寺拳法は、「護身術」という側面も持つため、生徒たちは柔道や剣道よりも身近に感じることができ、挑戦してみようという気持ちをもてた。
 ・基本動作の指導はもちろんですが、柔道や剣道と違い初心者でもすぐに組手の練習にも入ることができ、技を身につけようと

意欲的に取り組めた。教員以外にも複数の外部指導者が来てくれる場合があり、丁寧な指導をすることができた。地域の道場で少林寺拳法を習っていた生徒も多く、生徒間の学び合いなどを円滑に行うことができた。

(4) 課題

- ・外部指導者に頼りきりで、教員の指導力が不十分であり、研修等が必要である。
- ・外部指導者の方のスケジュールに合わせて、実施時期や指導回数などの打ち合わせを十分に行う必要がある。

(5) 生徒の感想

- ・大きな声を出せてスッキリした。
- ・もつといろいろな技をやってみたい。
- ・どうしたらかっこよく攻撃や守りができるか知りたい。
- ・最初は恥ずかしかったけれど、

次第に恥ずかしさもなくなってきた。その他にも、「楽しい」や「まあ」

5 少林寺拳法を通して

高積中学校で外部指導者として、少林寺拳法の授業をしていた中村四郎さんに、少林寺拳法の特性や授業に対する思いについて語ってもらった。

今日、スマートフォン等の通信機器が、その利便さから年齢を問

を会得するには欠かせない。そして互いの欠点を克服し、長所を伸ばし合い協力して技術を高めながら、人として大切なものを学んでいくのである。

私は、少林寺拳法の魅力は、まさにこの「組手主体」に尽きるところ。手と手を握り、お互いに助け合いながら会話を楽しみ、技術を磨いていく。そして、できなかったことをできた喜びとともに分かち合う練習の場は、生徒同士あるいは生徒と講師、生徒と教師が笑顔溢れる交流の場となる。授業後の感想文にも、このことを書いている生徒が多い。