

白石市おぼら小原地区は、宮城県南の白石市中心部より西に位置し、清流白石川沿いの「小原温泉」がある自然豊かな山間の地区である。同地区では、江戸時代から地域の人たちの間で弓矢の稽古が行われ、現在でも四つの神社で「百矢納め」が継承されている。白石市立小原中学校では、その地域の歴史と伝統を学ぶと共に、弓道の技術や礼儀作法を学ぶため、武道の授業に「弓道」を取り入れている。



小原百矢納め保存会の皆さん



大雷神社「百矢納め」



熊野神社「百矢納め」

地域の伝統を継承するとともに、技術と礼儀作法を学ぶ授業実践

白石市教育委員会

武道授業

実践の概要紹介

【マニュアル及び指導資料の作成】
授業における安全確認項目や事故対応方法を記載



【外部指導者による実践指導】
外部指導者と教員が組んで実践指導



【柔道授業についての事前・事後アンケートより（対象：1年生）】

○ 【柔道に対するイメージと実際】

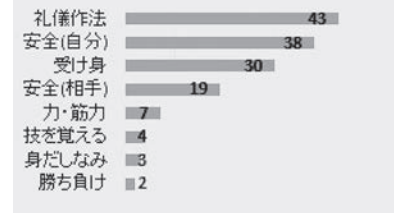
「事前」

- ・痛そう
- ・ケガしそう
- ・柔道着が恥ずかしい
- ・投げられるが嫌だ
- ・どうしてやるのかわからない

「事後」

- ・思ったより痛くない
- ・受け身が結構楽しい
- ・礼儀の大切さがわかった
- ・もっと試合がしたい
- ・受け身をしてもやっぱり痛かった
- ・先生の説明がわかりやすかった

○ 【柔道の授業で大切だと感じたこと】



【平成 28 年度武道等指導充実・資質向上支援事業の成果を生かして】
より安全で充実した柔道授業を目指して～外部指導者の活用の有効性から～

- ・高い専門性をもつ外部指導者と連携を図り、生徒の技能に応じた段階的な指導を行うことにより、安全を確保した上で、基礎的な技術を習得することができた。
- ・事前に千歳市教育委員会と柔道連盟が打合せを持ち、授業の進め方や授業前の安全確認項目、事故発生時の対応方法等を掲載したマニュアルを作成することで、安全に配慮した指導方法等について、外部指導者と体育科教員の共通認識をもつことができた。
- ・外部指導者からの助言を生かし、武道場の安全管理や有効活用について一層の充実を図っていく必要がある。

1 はじめに

(1)地域の伝統の継承と修養のために

本地区には「百矢納め」（白石市指定民俗文化財）という伝統行事がある。太平となった江戸時代に武芸の練達を競い合うために各神社で行われていたもので、現在でも、五穀豊穡、家内安全等を願い、春と夏の年2回、四つの神社



小原百矢納め保存会 会長の小室正男氏



指導者の清水玄太氏

で継承されている。

「小原百矢納め保存会」会長の小室正男氏は、「地元」に伝わる神事を生徒が体験することで、地域に愛着をもつとともに、百矢納めを継承する人材として育ててほしい」と望み、保存会を挙げて指導していただいている。

- また、中心的に指導していただいている清水玄太氏は、弓道を学ぶことで、
- ① 弓道特有の基本動作（技術）を学ぶだけでなく、日本古来の文化や礼儀作法を学ぶことができる。
 - ② 精神を集中して、ねらうことを通して、集中力を鍛えることができる。
 - ③ 自分も動的も動かない

2 授業の実際

④小原地区の礎を築いた先人の思いに触れることができる。

という、生徒が弓道を学ぶ効果を挙げ、指導していただいている。

(2)小規模校における武道の授業として

本校は、小中併設の小規模校で、年々児童生徒数が減少し、武道の授業に柔道・剣道といった対戦する競技が難しくなってきた。

そこで、既に平成22年度から、3年生の総合的な学習の時間の中に位置づけられて行っていた弓道を、平成28年度から全校生徒合同で体育の武道の時間に行うこととした。

場所も、すぐ近くの小原公民館に常設された弓道場があり、練習するにも便利であった。道具は、保存会の保有している弓矢等を借

用して使っていたが、平成29年度に全日本弓道連盟から弓具一式が

寄贈され、さらに練習しやすい環境となった。

道具を活用した練習、そして弓矢での練習と、段階を経た指導を行う。

(1)ねらい

【技能】
・正しい射法八節の動作を身につけることができる。

【態度】
・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守りながら、積極的に取り組むことができる。

【知識】 【思考・判断】

・武道に関する技術の名称や行いや伝統的な考え方を学び、課題に応じた運動への取り組み方を工夫することができる。
・「小原百矢納め」等、地域の歴史と伝統について理解することができる。

②学習計画の工夫

（前頁「弓道」学習計画参照）

○弓道と小原百矢納めの歴史を学ぶことも、大きなねらいの一つ

であることから、第1時間目には座学による学習を入れていく。

○矢を扱う競技のため、安全に配慮した計画が求められる。従って、基本動作、ゴム弓等の練習

③礼に始まり礼に終わる

授業の始まりと終わりは、道場をまつる神棚に手を合わせ、正座をして互いに礼を行った。本地区は、三世代そろった家が多い地域ではあるが、日常の生活の中で正座して話を聞くこと、礼をするこ

と、神棚や仏壇に手を合わせることも等が少ない生徒にとって、日本の良き習慣を体験することは、とても大切なことであると思われる。その瞬間、とても神聖な空気が、生徒達を包み込んでいた。

④地域の伝統行事

「小原百矢納め」を学ぶ

第1時間目には、弓道の歴史と「小原百矢納め」について学ぶ時間を位置づけている。特に「小原百矢納め」について学ぶことは、

自分たちの住む小原地区の江戸時代から現代に至るまでの歴史その

時間	1	2	3	4	5
導入 10分	1. 整列・挨拶 2. 準備、本時のめあて・学習内容の確認				
展開 80分	3. 弓道を学ぼう ・弓道の歴史 ・礼儀作法 ・小原百矢納め ・基本動作練習	3. 射法八節を学ぼう ・弓具の扱い方 ・基本動作練習	3. 正しい射法八節で弓を引こう (縦横十文字) ・基本体型練習 ・矢を放つ練習	3. 正しい射法八節で弓を引こう (課題解決学習) ・自分の課題に向けて練習 ・矢を放つ練習	3. 今まで学んだことを生かして納射しよう ・大的へ納射
まとめ 10分	4. 振り返り ・本時のまとめ、後片付け				



大的に向けて矢を放つ生徒



巻藁に向けて弓を引く生徒

4 終わりに

学習を終えた生徒の感想を見ると、日本の伝統文化に触れ、体験することで、日本の文化を大切にしようとする気持ちや、小原の伝統行事を誇りに思い、引き継いでいこうとする気持ちが芽生えてきている。

また、「自分自身と戦うことができた」と、精神の修養にもつながっていることが分かった。

今後も、地域と学校が一体となった教育活動とともに創っていきたい。

弓を引くのは難しいけれど、的に当たると達成感がありました。小原の伝統行事を誇りに思い、引き継いでいきたいと思えます。

弓道の歴史や、礼儀作法、道着を着ることなど、この授業でしか学ぶことのできないことがあり、とてもうれしかったです。またどこかで弓道ができることを願っています。

弓道を経験することで、他の人と競わずに、自分自身と戦うことができました。集中して矢を放つことができました。

はじめは、弓と矢を扱うことが怖い気持ちでしたが、「弓矢は安全に使うと、日本伝統の武道になる。」ということが分かってから、とても楽しくできるようになりました。これからも日本の文化を大事にしていきたいと思えます。

【生徒の感想】



最後の授業を終えて指導者と共に（3年生）



大的に向けて矢を放つ生徒

⑤射法八節
射法八節とは、弓道における射法の基本的な一連の動作で、弓を引くための八つの基本動作である。弓道を上達させる上で最も重要な一連の動きではあるものの、それぞれの動作のポイントをしっかりとおさえていく必要がある。そこで、まずその流れを繰り返して行うことで、身体にしみこませていく練習を行う。

⑥矢を放つ
5時間目からは、本格的に的に向かって矢を放つ練習を段階的に

(1)成果
○日本古来の武道を体験することで、日本伝統の素晴らしさを感じることができた。

○郷土に残る文化財「小原百矢納め」の意義を学び、体験することで、郷土に関心を持ち、目を向ける気持ちを培うことができた。

○射法八節を意識して矢を放つ力を身につけることができた。

○担当の体育教師が、愛好会の練習会に参加するなど、学校と保存会とのつながりをつくること

(2)課題
○本学習により身につけた力を、文化祭、地域の弓道大会等、地域行事等で披露するなど、地域の方々との触れあいの場を工夫していきたい。

ものであるため、郷土を知り、郷土を愛する心を培うことのできるものとして、良い学習であると考えられる。

この学びの後、改めて地域の神社を詣でることで、地域の文化や先人の知恵を感じることにつながると思われる。将来、地域を担う若者として、この継承に関わる人間に成長してほしいと考える。

3 成果と課題

行っていく。巻藁まきわらに向かったの練習、的に近づいて放つ練習、大的に向かって放つ練習と、段階的に行うことで、的に当たる気持ちよさや楽しさを感じることができるようになっていく。

特に3年生は、自分の課題に基

づいて練習を行うよう意識付けさせていく。また最終日には、道着を身につけさせ、本格的に行うことで、本単元のまとめをするともに、弓道の素晴らしさを感じさせて終了させた。

ができた。



射法八節の練習



練習前の挨拶