

「武道推進モデル校」事業を活用した 複数種目（柔道・弓道）の実践

富山県富山市立大泉中学校
保健体育科担当 嘉藤ゆきみ

本校は、第1学年47名、第2学年82名、第3学年45名の計174名の小規模校である。富山市の中心部に位置し、学校近くを流れるいち川周辺は、地域住民による環境保全のための手入れがよくなされている。春になると、いち川兩岸の桜並木が美しく、落ち着いた環境である。令和2年度は「みんなが笑顔で幸せな学校を目指して」を合言葉に、新型コロナウイルス感染症の感染防止に努めながら、生徒・教職員全員で工夫を凝らし、学校生活を送ってきた。

保健体育の授業では、さまざまな領域・種目を学習する中で、それぞれの課題に挑戦し、互いに教え合い、協力しながら課題達成を目指す授業を展開している。令和元年度に引き続き、「武道等指導充実・資質向上支援事業」として、柔道と弓道の複数武道種目を取り組むこととした。



校舎全景

1

保健体育授業の実態

本校は、全学年において男女共習での授業形態をとっており、武道も1年次から男女共習で行っている。生徒たちのスポーツに対する関心、技能には大きな差があり、苦手と感じる生徒が半数を占める。また、初めてのことに躊躇（ちゆうちょ）してしまう生徒も多い。しかし、一度取り組み始めると、自分にできる技を中心に授業計画を行った。

令和2年度は前年度に引き続き、外部からの講師を招聘し、全学年で授業を実施した。

1・2年生は、8時間の計画で授業を展開した。1年生は、柔道の礼法や基本所作から始め、受け身、低い姿勢からの投げ技を学習した。2年生は、1年次に固め技を中心に学習している。復習とし

3

柔道の実践

て受け身の練習から入り、低い姿勢からの投げ技をいくつか学習した。3年生は、既習内容を約束練習中心に行った。

安全面に配慮するため、学年に応じて、複数の講師派遣の依頼やチーム・ティーチング形式、スクールサポーターの援助を受けながら授業を進めた。

2

多様な武道等指導充実のねらい

弓道から柔道へとつながる複数種目の武道指導を計画し、礼法などの基本動作の共通点に気付かせたいと考えている。技の指導では、静的な弓道から動的な柔道を学ぶことで、武道の奥深さや心身の充実を図ることをねらいとして



全員で後ろ受け身



低い姿勢からの体落とし

▼生徒の感想

・「横受け身」や「膝車」の練習では、足や手の動きが難しかったですが、先生や友達に教えてもらったことで、少しずつ改善することができました。

・投げ技の練習では、納得いくまで繰り返し、アドバイス合ったりして楽しかったです。ペアやグループで見合いながら学習を進められたので、「できた」という達成感がありました。

・投げ技の練習では、先生方に体さばきや引き手を離さないことなどを聞いて、相手を思いやり、安全に活動できました。

・相手と組んで練習することが多く、3年間の中で一番思いやりを大切に組みました。相手と協力して、きれいに技をかけられたときが嬉しかったです。また、ポイントを押さえながら上達していくのが楽しかったです。

4

弓道の実践

弓道の授業においても、男女共に習得で全学年2時間ずつ実施した。限られた時間内で生徒が達成感を味わうことができるよう、弓道連盟の方に生徒分の弓具を手配していただいたり、複数の指導者を派遣した。指導の工夫を図った。また、安全を確保するため、武道場の畳を立てたり、的への距離を短くし

たりして、安全に取り組める場を設けた。専門性の高い弓道を行う上で、より種目の特性を味わうために、徒手やゴム弓を用いて「射法八節」の基本動作を繰り返し行なった。指導者による演武披露では、凛とした空気感や矢が的中する音を目の当たりにし、弓道に対する興味を引き出すことができた。

▼生徒の感想

・初めてで緊張したけれど、指導者の方が丁寧に教えてくださったので楽しくできました。

・昨年度の授業が楽しかったので、楽しみにしていました。的の真ん中に中てることができたし、先生に褒めてもらったので、やりがいがありました。

・去年よりも動きを覚えられ、的を狙う余裕が出てきました。弓道で感じた武道の凛々しさのようなのは、ずっともっていたと思います。



指導者によるゴム弓での射法八節



指導者の模範演武



的に向かって弓を引く

5

講師の感想と今後の課題

▼柔道派遣講師

学習が進むにつれて、徐々に受け身の仕方を体得したり、膝車や支えつり込み足、体落としの投げ方を身につけたりするなど、積極的に学習する生徒が見られるようになった。「崩し」「作り」「掛け」の一連の動作を、指導者が意図的に、両手や足（脚）の使い方、動かし方について、分解しながら丁寧に指導した結果だと思われる。また、それぞれの技に必要な受け身のポイントを細かく指導したことによって、抵抗なく受け身をできるようにになった。

今後、上手く投げたり、タイミングよく受け身ができたりするなど、生徒の学習の成果を確認し合う場を設けることで、学び合ってさらに意欲的な学習の展開が期待できる。



素引きでの射法八節



投げ方の指導



中腰での後ろ受け身

▼弓道派遣講師

弓道の醍醐味である、矢を離すときの緊張感と矢が的に中るなんとも言えない感動を、全員が体験できたことがよかった。

各クラス2時間と限られた時間の中で、「徒手射法」「ゴム弓」「素引きで射法八節」「とりかけと

手の内」「矢番え」など、実際的に向かって矢を引くまでに多くの内容を指導することが必要であるため、時間配分を計画的に行い、一本でも多くの向かって引くことができるよう工夫しながら授業を進めた。生徒は早く矢を放ち、的に中てたいばかりに、それまでの動作が雑になり、結果だけを求める気持ちになっていったため、一つ一つの動作を丁寧に指導していくことが必要だと改めて感じた。

【授業後のアンケート結果から】
質問①「武道への関心は高まりましたか」

8割以上の生徒が「高まった。やや高まった」と回答した。派遣講師からの丁寧な指導や技を習得するまでに段階的に練習することで、授業前に感じていた恐怖心や苦手意識が薄れてきたことが大きく関係していると考ええる。

質問②「伝統的な考え方や行動の仕方への理解は深まりましたか」

6
まとめ

今回、前年度に引き続き、富山県柔道連盟、富山県弓道連盟から、多くの有段者の方に協力いただき、安全で充実感が得られる授業を実施することができた。指導者の方々には、事前打ち合わせ、実施計画、準備、授業での指導など、多岐にわたって支援いただ

多くの生徒が「深まった・やや深まった」と回答した。弓道の凛とした空気感や矢が的に中つたときの達成感、柔道の相手を思いやりながら取り組むという各種目の特性を十分に理解しながら授業を進めたことが、深まりにつながったと考える。

質問③「これからも多くの武道種目を学習したいですか」

道、合気道など、さまざまな種目に興味・関心をもつ生徒も多い。「武道推進モデル校」事業を2年間継続して行うことで、武道への苦手意識が減り、他の武道種目もやってみたいと感じるようになった。

学校現場において、弓道の授業を実施している学校は少ないと思う。その要因として、指導者不足と弓具や安全な活動場所の確保が困難であることが考えられる。

き、とても感謝している。

これからも、保健体育の授業を展開する中で、多くの領域・種目を学習し、仲間との協働的な学習を通して、生涯にわたってスポーツと関わりあう資質を身に付けさせていきたい。

日本武道館の単行本



死ぬまで弓道 弓道教士七段 小牧佳世 著

四六判・上製・342頁・定価2640円

競技中に急性大動脈解離に倒れた筆者は奇跡的な生還を果たす。その8カ月後に弓道を再開し、わずか2年後に皇后盃で十射皆中、優勝を果たした。本書では激動の自信を記し、弓のあり方や「早気」など弓道家の誰もが陥る課題などを模索する。死の淵を覗き、現在も全身全霊で弓を引き続ける筆者だからこそ記せた弓道伝記かつエッセイ集。



マンガ・日本武道風土記

B5判・248項・定価1100円

全国の「武道ゆかりの地」を実際に訪ねて、ペンとスケッチブックを片手に徹底取材。地元関係者や施設の学芸員とのやりとり、その土地の成り立ちをわかりやすくマンガで紹介。多数の資料をもとに丹念に描いた当時の風景も魅力の一つ。マンガの世界で日本各地をめぐるみては。



学校武道の歴史を辿る 筑波大学名誉教授 藤堂良明 著

四六判・上製・354頁・定価2640円

明治維新を迎え、武術は衰退したが、近代化の過程で武道が「人間形成の道」として学校制度の中に組み込まれ、発展した。太平洋戦争後に武道は全面禁止となるが、それを乗り越え、「格技」として復活。平成24年度には「中学校武道必修化」が実現した。学校武道の歴史を丹念に辿り、今後のあり方を探る。



幸せについて考えよう 元衆議院議員・横樹倉金主 小野哲也 著

四六判・上製・394頁・定価2640円

この混迷の時代・社会において「武道」が果たすべき大きな役割とは、「様々な困難を乗り越え切り開く道具を持って、人生を雄々しく歩いていく」という前向きの人生姿勢を一人ひとりに、そして社会全体に取り戻すことにあるのではないだろうか。



空手道 その歴史と技法 小山正辰・和田光二・嘉手刈徹 著

四六判・上製・548頁・定価2640円

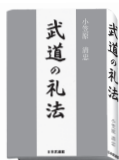
空手は沖縄で発祥し、日本本土に伝承され、今や世界のKARATEとなった。その歴史と技法を、那覇系剛柔流の小山正辰氏、首里系松濤館の和田光二氏、沖縄空手研究の第一人者である嘉手刈徹氏の共同執筆で重層的に紐解く。嘉手刈氏が発見した剛柔流の開祖・宮城長順の最新の事実、小山・和田の両世界チャンピオンのエピソードなども満載。空手の真髄に迫る白眉の一冊。



合気道に生きる 合気道九段 多田 宏 著

四六判・上製・402頁・定価2640円

昭和初期に生れ、戦後の早大生時代に植芝盛平、植芝吉祥丸、船越義珍、中村天風、日野正一の諸先生の教えを受け、合気道の稽古を生涯の道と志す。昭和から平成への激動の時代に、本部道場師範を務め、各大学に合気会を創設、自らの道場も主宰し、さらに欧州各国への普及に尽力。合気道に活きた泰斗の軌跡を余すところなく示す珠玉の一冊。



武道の礼法 弓馬術礼法小笠原教場三十一世宗家 小笠原清忠 著

四六判・上製・282頁・定価2640円

「時、所、相手」に応じた正しい生活態度として現れる礼法。礼法の歴史を伝書をもとに詳述し基本姿勢、動作などを連続写真やイラストとともにわかりやすく解説。小笠原流宗家が直々指南の礼法解説書。

ご注文・お問い合わせ

(公財)日本武道館 月刊「武道」編集部
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3
TEL 03-3216-5147 FAX 03-3216-5158
<https://www.nipponbudokan.or.jp>

