

【空手道・形の授業展開の一例】（中学部・高等部合同体育授業）

1 単元の目標

- 空手道における伝統的な考えを理解し、基本動作を身に付ける。（知識および運動）
- 技の名称や稽古の仕方など、マナーを守り、健康・安全を確保しながら活動することができる。（思考力・判断力・表現力など）
- 礼法や基本動作の練習で、仲間と分担した役割に応じた協力の仕方を見つけて取り組むことができる。（学びに向かう力、人間性など）

2 指導計画

| 授業時間 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
|--------------------|------------------------|-------------------------|---|---|---|--------------------------|---|---|--|
| 種目 | 空手道（形） | | | | | | | | |
| 学習の流れ | 空手道の歴史や特性 オリエンテーション | 導入（あいさつ、健康観察、本時の学習の見直し） | | | | | | | |
| | | 準備運動 | | | | | | | |
| | | 〈実技1〉礼法と立ち方 | | | | | | | |
| | | 〈実技2〉基本技（動作）と立ち方 | | | | | | | |
| | | 〈実技3〉基本形（平安初段） | | | | | | | |
| | | 整理運動 | | | | 〈実技4〉ゲーム（旗上げ） | | | |
| 本時の振り返り、次時の連絡、あいさつ | | | | | | 整理運動、本時の振り返り、学習のまとめ、あいさつ | | | |



柔道着をたたむことに挑戦する生徒たち

害がある本校生徒の前に大きく立ちはだかりました。生徒たちの障害の程度は「見えにくい（弱視）」、「見えない（全盲）」とさまざままで、活動が制限されやすく体験が少なくなりがちです。そのため、見守りやサポートを受けずに生徒自ら運動に取り組む機会はさらに少なくなりました。さらに、衝突や衝撃が即、網膜剥離につながるなど、残っている視力を奪う可能性の高い生徒も含まれ、武道の授業において、それらの怪我のリスクを避けながら

シリーズ 中学校武道

授業の充実に向けて

つまづきをどう克服したか ④6 (視覚支援学校での空手道授業)

宮崎県立明星視覚支援学校教諭 原田 優子

創立111周年という歴史ある本校は、幼児から成人の方まで連続性のある多様な学びを展開する宮崎県内唯一の視覚支援学校です。視覚障害と一口に言っても、見え方やその状態はそれぞれ異なり、見えにくかったり、見えなかったりします。

今年度で本校勤務6年目になる私は、小学部、中学部、高等部普通科、高等部専攻科で体育を担当しています。本校に着任して初めて視覚障害者スポーツに携わり、在籍する「17歳の弱視の空手家」の存在がきっかけとなり、空手道の授業が実現しました。本稿では、空手道は未経験であり、武道指導経験も乏しい私が、どのように空手道の授業を展開していったのかを振り返ります。

1 視覚障害者と武道

本校では武道が年間指導計画に位置づけられ、これまでも柔道・剣道を隔年で実施してきました。着任1年目は柔道実施の年で、当時、本校職員に柔道のパラリンピック出場経験者がいたため、ゲストティーチャーとして授業に入ってもらうこともありました。

授業は、柔道着を着てみたり、礼儀作法、組み方や受け身、実施

可能な生徒のみでの投げ技などを体験したりという内容でした。生徒たちは初めて着る柔道着や帯の締め方、たまたみ方に苦戦しつつも、いつもと違うことに挑戦できる喜びを感想として述べていました。

剣道も同様に、面や胴を着け、竹刀を握る新鮮な感覚を楽しんでいました。道着の重さや、裸足から伝わる畳や床の感覚など、たくさん発見がありました。一方で、武道には相対する2人が勝敗を争い、直接組み合って攻防するもの、武器を使って攻防するものがあります。この「攻防」が、障



外部指導者のサポートにより安全に授業を実施することができた



17歳の弱視の空手家（手前中央）による空手の実践



新聞紙破りゲーム

展開していくことが極めて重要な課題でした。

これまで、本校における柔道の授業では、組み合う経験はできましたが、思わぬ転倒や衝突のリスクがあり、十分にその種目を楽しめ、試合形式などを存分に体験できたと感じさせられるほどの展開ができていたとは到底思えませんでした。

また、武道に限らず、スポーツの経験や視覚情報の少ない生徒たちは、種目名を耳にしても、それだけでどんなスポーツかをイメージすることは難しく、何のかわからずにやり過ぎている姿が、これまでも多く見受けられました。イメージしにくく、よくわからないので、やってみたいのか、やりたくないのか、意思表示もはっきりし兼ねるのです。

本校の幼児・児童・生徒の学びの特徴は、「触察（触って観察・学習する）」と「言葉」です。見えにくさのある生徒たちには空間認知が大事ですが、空中をほとんど音もせずに動くものを言葉で伝え、捉えさせるのは困難を極めま

す。見えにくさのある生徒たちには武道の楽しさを伝えるには「できる活動で構成されているか」「安全に取り組める工夫が可能なか」「生徒自身が武道をしている自分をイメージできるか」といった課題を克服しなければなりません。運動のきっかけ、入り口まで導くことが体育科教員の大きな役目だと感じました。

2 課題克服の中で見つけた空手道授業

▼解決策① 経験者に尋ねる
視覚障害者にとって「空手道・形」とはどのようなものなのか。経験者に尋ねると、以下の回答が返ってきました。

- ・「空手道・形」は、
- ・身体接触がなく安全である。
- ・畳1枚のスペースがあれば、体を動かすことができる。
- ・視覚障害者の生命線ともいえる「正中線・体幹」を鍛えることができる。
- ・左右対称の動きが多いので覚え

やすく、体力をバランス良く高めていける効果が期待できる。

- ・集団で声を出し、動きをそろえることを通して、他者を意識しながら動くことも身につく。
- ・個人で取り組むことができ、自身の努力が結果に結びつきやすい。

視覚障害者にとって取り組みやすい武道といえる。

私の中で「空手道」といえば、「瓦割り」や「組手」のイメージがあり、視覚障害者には縁遠いもののように感じていました。

しかし、実際に空手道をしている視覚障害者の話を聞いたことから、「空手道・形」は、①衝撃や衝突を避けられ、②直線的な移動で空間認知しやすく、③現在のコロナ禍において、距離を確保して行うことができ、④男女共習の武道として取り組みやすいものである、ことがわかりました。息づかいや道着の擦れる音、気合いの声、体幹や重心の位置を意識して取り組める内容に、本校の生徒に身につけさせたい力がそこにあると強く感じました。

存在の先輩から発せられる空手に関する言葉は、教員から聞くよりも、生徒たちには受け入れやすいものでした。

また、「自分も障害者の空手人口を増やすことに役立ちたい」と語るその生徒にとっても、魅力を直に伝えられる、大切な機会となりました。

▼解決策③ 専門家から学ぶ
空手道に魅力を感じたものの、武道経験の乏しい私には十分な指導ができません。そこで、空手道の指導体制を整える必要があります。

その頃、宮崎県体育実技サポート派遣事業の案内がありました。これは、体育指導において専門家の協力を仰ぐことができる制度です。これにより、地域の空手道指導者による専門的な実技模範とチームティーチングの実践が可能になりました。外部指導者として約50年の競技指導経験を有する田岡正和氏（宮崎県空手道連盟副会長）が来ていただけることになり、令和元年度から空手道の授業がスタートしました。

▼解決策② 空手道の経験のある生徒から学ぶ

本校は、幼稚部から高等部までの在籍者が24名と少ないため、他者の存在を感じながらの活動や、集団活動を設定しにくい状況があります。集団での学びの場を確保し、教育効果を上げるための工夫として、中学部と高等部普通科の合同体育授業を週1回実施しています。

集団といっても、授業の対象である中学部と高等部は10人に満たないのですが、その中に「17歳の弱視の空手家」がいました。高等部3年に在籍するその生徒は、小学3年生から「空手道・形」を続けており、その生徒が演武する音や息づかいを間近に感じとったことで、私は「空手道・形」に興味・関心を持つことができたのです。

それがきっかけとなり、武道の授業で「空手道・形」をやってみようということになりました。実際の授業では、その生徒が道着の着方や礼儀作法、声の出し方を教えたり、足さばきや手の動きを指導してくれました。兄のような

本校生徒の学びの特徴から、1日1コマの授業では十分な指導が難しいと考え、1日に2コマ連続での授業を計画し、外部指導者が全8コマ（計4日間）を指導しました。私を含めた保健体育科教師2名が外部指導者を補助する形で加わりました。生徒同士の接触や衝突を避けるために、体育科以外の教師をサポート役に配置することで、安全管理も工夫しました。

令和2年度は中学部4人と高等部5人が空手道を学びました。

3 ゴールは「平安初段」

「空手道・形」の授業のゴールを、基本形「平安初段」に定め、全8コマの授業を組み立てました。生徒たちは初め、あまり前向きではありませんでした。しかし、基本動作だけでなく、「新聞紙破りゲーム」で突きを練習したり、「空手道・形」に必要な瞬発力を高めるための「旗上げゲーム」を行ったり、生徒が楽しめる



体育館の床にタコ糸を張り、その上からラインテープを貼って生徒が方向確認をできるようにした

アップローチを工夫したことで、平安初段の21拳動を最後まで覚えることができました。

授業を進めていく中で、全盲の生徒は途中で方向が分からなくなることがありました。私もアイマスクを着けて、21拳動を演武してみたところ、方向が分からなくなり、途端にふらつきました。

そこで、球技のゴールボールのコートをヒントに、体育館の床にタコ糸を張り、その上からラインテープを貼りました。これで生徒は足の裏で凹凸を感じ取り、方向確認、空間認知ができるようになりました。言葉かけも、より具体的に動きや方向を理解できるように、時計盤の数字の位置を基に方向を認識する「クロックポジション

ン」などを使い、授業を進めました。

最後は学習内容の成果発表として、集団で声を出し、動きをそろえることに注意して、「平安初段」を演武しました。他者を意識しながら動くという、これまでに経験したことのない活動になりました。生徒からは次のような感想が聞かれました。

〈生徒の感想〉

「空手がどういふものかわからず初めは苦手だった。回を重ねるとに楽しく、面白くなった。ダンスよりも取り組みやすかった。機会があれば続けていきたい」
(中3男子・全盲)

「初めは全然覚えられなくて苦手だった。最後は先生に褒められ、またやってみたくと思った」
(中1女子・弱視)



視覚障害者に対する体育指導の難かしさは、はつきりと見たこと

のない運動姿勢や動きを、言葉による情報と生徒本人の主観に基づいて実践していく点です。そのため、まずは本人の挑戦しようという意欲が重要となります。今回の指導実践では、経験者に尋ねること

で、「空手道・形」が視覚障害者にも取り組める動きで構成されていることが分かりました。また、同じ障害がある先輩に学ぶことで、生徒自身が武道をしている自分をより強くイメージできるようになりました。「本物」に学ぶことで、安全に取り組める工夫も配慮できました。生徒たちの意欲や挑戦につなげることができました。

今回の武道の授業実践を終えて、「空手道・形」は視覚障害を有する生徒たちに有効であることがわかりました。さらに、「空手道・形」はその特徴から、あらゆる年代、障害の有無にかかわらず取り組める武道であると感じました。本校では今後も、武道「空手道・形」を実践していきたいと考えています。そのためにも、専門性の向上は不可欠です。2年間続

いた体育実技サポーター事業は、残念ながら本年度は該当せず、外部指導者の招聘はできません。

しかし、今回の取り組みを機に、私も外部指導者の下で空手道を習い始め、初段を取得しました。生徒たちに基礎・基本を指導できるようにしていきたいと前に進んでいます。

空手道の魅力を障害者にも伝えるため、2019年6月に、本校が事務局となり「宮崎県障がい者空手道協会」が設立されました。身体接触の少ない空手道(形)が障害者スポーツとして有効であることの理解・啓発・普及を図っていきます。

さらに本校は、2020東京オリンピックで正式種目となった空手の参加国であるカナダの選手団に応援VTRを届けました。「一人でもできた。またやってみよう。これからの人生に必ず生きた経験になった」と、凛とした表情に変わった子どもたち。これからも「やってみたい、またやりたい」という要望に応えられるように、共に精進していきます。