

# 複数武道種目授業

# 実践の紹介

## 「武道地域指導者派遣事業」を活用した 複数種目（剣道・少林寺拳法）の実践

岩手県一関市立興田中学校  
校長 山蔭 深思

本校は岩手県の最南端の一関市の北東部に位置する。旧大東町の3分の1以上の面積を占める興田地区は、周囲を山々に囲まれた緑豊かな農業地域であり、校区内には田園風景が広がっている。本校では武道の授業として長年、剣道に取り組んでおり、岩手県教育委員会が実施している中学校武道地域指導者派遣事業を活用して指導者を確保している。

令和3年度には県教育委員会のご紹介をいただき、少林寺拳法の体験授業も実施することとなった。

本稿では、同年度の剣道と少林寺拳法の武道授業の実践を紹介したい。



校舎全景

### 1 学校の概要

本校は全校生徒50名、通常学級各学年1学級の小規模校である。

かつては600人を超える時代もあったが、少子化の進行とともに生徒数が減少しており、本年度いっばいで76年の歴史に幕を下ろし、町

内の大原中、大東中と統合することが決まっている。

生徒は素直で明るく、日々のさまざまな活動に一生懸命に取り組んでいる。生徒会ではあいさつを大切にしており、校舎内では一日中「おはようございます」「こんにちは」とあいさつが交わされている。また、創立以来のモットーとして「今日も悔いなく」という言葉があり、行事の取り組みなど、折に触れて使われ、本校生徒の心の支えとなっている。



「今日も悔いなく」のモットーが刻まれた石碑

### 2 実践内容

本校では武道の授業として、長年にわたって剣道に取り組んできた。近年は保健体育科の教員で剣道経験者がいないため、岩手県教

育委員会が実施している「中学校武道地域指導者派遣事業」を活用し、地域で活動している地元指導者の方に外部講師として指導し

令和3年度 武道授業単元計画

時間	1年生	2年生	3年生
0	外部講師と体育教師の事前打ち合わせ		
1	・オリエンテーション ・竹刀、防具の名称 ・礼法、所作・足さばき	・オリエンテーション ・竹刀、防具の名称 ・礼法、所作・足さばき	・オリエンテーション ・礼法、所作の確認 ・足さばき・素振り
2	・礼法、所作の確認 ・対人の足さばき ・剣道じゃんけん	・足さばき・素振り ・立会の仕方（蹲踞） ・対面で正面打ち	・面打ち ・防具の着脱
3	・正面素振り、上下振り ・新聞ボール打ち	・正面素振り、面打ち ・一本打ちの技 （面、小手、胴）	・一本打ちの技 （面、小手、胴） ・二段打ちの技・応じ技
4	・一本打ちの技 （面、小手、胴）	・一本打ちの技 ・防具の着脱	・防具を着て応じ技 （面抜き胴）
5	最後の授業2時間は全校で行い、全員で動きや技の復習をした後に学年ごとに技の発表を行う。		
6	授業の最後に外部講師・小野先生の居合道の演武を見学する。		
7	少林寺拳法体験授業（全校生徒一斉授業）		

点検できるよう指導した。

また、新型コロナウイルス感染防止対策として、体育館入り口に消毒用アルコールを設置して手指消毒を行わせるとともに、除菌シートや除菌もできる消臭スプレーを用意し、竹刀や防具を使用した後に確実に消毒する手立てを講じた。

▼実践の内容

全学年とも1時間目には礼法、立ち居振る舞いや使用する道具の各部の名称など基礎的な内容について学習した。作法や所作として立礼や座礼、「左座右起」、自然体の姿勢、黙想などを学んだ。2、3年生は前年にも学習しているもので、それを想起しながら取り組ませた。

2時間目から4時間目にかけて、竹刀の持ち方や構え方、足さばき、素振りの練習を行った。さらに、防具の各部の名称や着脱の仕方、2人組で正面打ち、小手打ち、胴打ちなど、前時の振り返りしつつ、新しい技や動きの学習



【剣道】 剣道具を着けての正面打ち



【剣道】 外部講師による指導

を行っていった。また、授業の合間には「剣道じゃんけん」を行い、ゲームの要素を取り入れながら同時に相手の技を予測し反応する練習を行った。

5、6時間目は連続の2時間授業とし、全校一斉の授業を行った。全員で礼法や足さばきの復習、確認を行い、2人組でこれまでに習った技の復習をした後に学年ごとに技の発表を行った。他学年の技を見て知見を広め、上達していくことが実感できた。授業の最後には外部講師の真剣による居合道の演武を見学した。

(2) 少林寺拳法の実践

▼実践の内容

全校一斉で1時間の体験授業を設定した。外部講師の自己紹介の後、最初に所作を指導いただいた。生徒は外部講師による結手、合掌礼、着座、安座、起立の模範を見学し、実践してみた。

続いて、体構えとして、「レの字立ち」、中段構え、一字構えを



【剣道】 正面打ちの指導



【剣道】 2人組での学習

ていただいている。例年、文化祭が終わった後の11月に単元を実施しており、令和3年度は全学年6時間の剣道の授業を実施した。

一方、少林寺拳法の体験授業は3年度、初めての試みであり、剣道の単元が終わった後に全校一斉の授業を1時間設定し、岩手県少林寺拳法連盟のご協力の下、外部講師に指導いただいで体験授業を実施した。

(1) 剣道の実践

▼実践の狙い

武道は長年の歴史の中で礼儀や作法、立ち居振る舞いの様式を磨いてきた。中でも剣道は「礼に始まり礼に終わる」と言われており、生徒が剣道に触れることで伝統的な礼儀作法、立ち居振る舞いの一端を知ることができ、今後の生活に活かすことが期待される。本校では、剣道の技術や稽古の方法を学ぶことも大切であるが、同時に礼儀を学ぶことも重視して実践を行ってきた。

また、生徒は3年間剣道に取り組みむので、前年度の振り返りしつつ、学年の発達段階に応じて段階的に学習内容を発展させていくように授業を進めていただいている。

▼生徒の安全確保の工夫

場の確保（十分に間隔を取らせる）や竹刀の点検（壊れていたものは外部講師に修理していただいた）、床の点検など、施設や用具の安全確認を確実に行うとともに、竹刀については生徒が各自で

また、令和3年度は少林寺拳法の体験授業を実施することによって、武道に共通する礼に対する考え方や所作を学ぶこと、逆に同じ武道であっても異なる点があることを学びをより深めることができることを考え実践を行った。

▼実践の工夫

体育担当教員と外部講師が丁寧に事前打ち合わせを行い、使用する物品の準備や授業の流れについて認識を共有するように努めた。

## 日本武道館の単行本

**剣道の文化誌** 明治大学教授 長尾 進 著  
四六判・上製・480項・定価2,640円

本書では剣道の持つ文化としての多様な面を、時代を追いながら、わかりやすく紹介する。剣道を愛好する方には剣道を改めて見直すきっかけとして、剣道をあまりご存知ない方には剣道という日本文化の成り立ちを知るガイドとして、ぜひ一読を。

**剣道 その歴史と技法** 埼玉大学名誉教授 大保本輝雄 著  
四六判・上製・516項・定価2,640円

本書は戦国末期から江戸時代初期を起点に、今日に至るまでの剣道の歴史的発展の経緯を示した。戦国期以前の剣術の有り様を認識した上で改めて各時代の流れに沿った剣道史を考えてみたいという筆者の思いを実現すべく、連載終了後5年のときを経てついに単行本化。

**合気道 その歴史と技法** 合気道道主 植芝守央 著  
四六判・上製・362項・定価2,640円

世界140の国と地域、国内2,400の道場・団体で愛好される合気道。開祖・植芝盛平翁の生涯、植芝吉祥丸二代道主による普及・振興、さらなる発展に繋げた現道主による取り組み。その歴史の中で培われ伝えられてこられた合気道の理念、それを体現する稽古法、基本的な技法の解説……合気道の全てを網羅した決定版。

**空手道 その歴史と技法** 小山正辰・和田光二・嘉手苅徹 著  
四六判・上製・548項・定価2,640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苅徹氏の共同執筆で体系的に解説。嘉手苅氏が発見した剛柔流の開祖・宮城長順の親筆の事実、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作。

**マンガ・日本武道風土記** 漫画家・別府大学客員教授 田代しんたろう 著  
B5判・248項・定価1,100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旅記。

**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2,640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。本書では激動の自伝を記し、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。

**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項・定価2,640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。

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



【少林寺拳法】外部講師による体構えの指導



【少林寺拳法】全員で合掌礼



【少林寺拳法】2人組になり内受・突きを行った



【少林寺拳法】攻技・防技の学習

### 3 成果と課題

学んだ。攻技、防技の学習として、逆突（上）、逆突（下）、内受、寄足、引足などを教えていただいた。次に2人組になり相対で内受・突きを交互に行った。相対で行う場合、「守主攻従」であることや、

パートナーに対して「敬意」と「感謝」の気持ちで行うことが大切であることを学んだ。最後に学年ごと、これまでに学んだことの仕上げとして発表会を行った。

剣道を学ぶことで、日本の伝統文化として形成され守られてきた礼儀や所作について学ぶことができた。背筋をピンと伸ばす姿勢は、日常生活でも大切なもので、武道の単元で学んだことがその他の場面で活かされる好例である。

また、1年生は毎年、ほとんどの生徒が初めて剣道に触れるが、3年間取り組む中で上達していき、3年生になるとそれなりに形になっていることを体験できている。先輩に対する尊敬や憧れの思いの醸成、継続することの大切さを実感するなど、多くを学ぶ機会となっている。

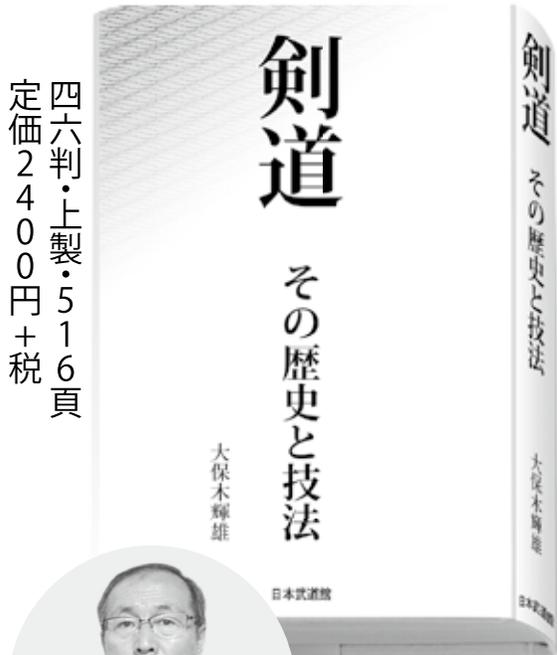
課題としては、剣道が6時間、少林寺拳法が1時間と、いずれも十分な時間を確保できなかったことである。

二つの武道の授業を行うことで、生徒にとっては貴重な機会となり、より深い学びにつなげることができた。

最新刊 2022年3月下旬刊行 大保木輝雄 著

# 剣道 その歴史と技法

剣道の技法は個人の力量だけを問題にするのではなく、相手と自分の「間」を軸とした剣術（剣の理法への気づき）へと展開した。本書は戦国末期から江戸時代初期を起点に、今日に至るまでの剣道の歴史的發展の経緯を示した。戦国期以前の剣術の在り様を認識したうえで改めて各時代の流れに沿った剣道史を考えてみたいという筆者の思いを実現すべく、連載終了後5年のときを経てついに単行本化。



大保木輝雄 (おおぼぎ てるお)

昭和24年(1949)、岐阜県生まれ。51年、東京教育大学大学院体育学研究科修了。現在、埼玉大学名誉教授。日本武道学会会長、全日本剣道連盟社会体育指導員養成講座講師。単著に『きそスポーツ(剣道・フェンシング)』(岩崎書店)、『武の素描—気を中心とした体験的武道論』(日本武道館)。共著に『剣道の歴史』(全日本剣道連盟)、『教育剣道の科学』(大修館書店)、『剣道を知る事典』(東京堂出版)、『これならできる剣道』(スキージャーナル)、『日本武道の武術性とは何か』(青弓社)など。

#### 目次

まえがき

第一章 戦国武術から近世武芸へ

第一節 剣道前史

第二節 殺人刀・活人剣 — 技術を支える思想

第二章 型文化を読む

第一節 組太刀に託された世界

第二節 「型」(組太刀)とは何か

第三章 武芸心法論の展開

第一節 熊沢蕃山の剣術心法論 — 体験知から理論知へ

第二節 天狗芸術論 — 剣術の心法から心法論へ

第四章 型剣術から試合剣術へ

第一節 試合剣術(撃剣)がもたらしたものの効用と問題点

第二節 浮上する撃剣 — 身分を超えた剣士の交流

第三節 近代剣道のルーツ・「剣術六十八手」と千葉周作

第五章 撃剣から撃剣大会へ

第一節 講武所の開設と剣術

第二節 撃剣興行と春風館 — 山岡鉄舟の剣術理念

第三節 撃剣再興論と警視庁の剣術奨励 — 専門家の復活

第六章 撃剣から剣道へ

第一節 内藤高治と武道専門学校

第二節 正課編入運動によってもたらされたもの

第三節 高野佐三郎と東京高等師範学校

第七章 激動の時代(戦前戦中・戦後)を生きた剣士達

第四節 富永堅吾と学生剣道

第一節 佐藤卯吉と戦後剣道

第二節 戦前の剣道と戦中の剣道

第三節 日本の伝統スポーツとしての剣道

第四節 剣道の復活を図った人々

第八章 現代剣道の出発点と「剣道の理念」

第一節 スポーツの理念と学校剣道

第二節 「剣道の理念」を制定

第三節 現代剣道を再考する

あとがき

編集・発行 公益財団法人 日本武道館  
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3  
ホームページ <https://www.nipponbudokan.or.jp>

お問い合わせ・ご注文は  
日本武道館出版広報課までどうぞ！  
TEL03(3216)5147  
FAX03(3216)5158

