

2011年12月23日

中学校武道必修化に伴う少林寺拳法授業実践報告

一般財団法人 少林寺拳法連盟

荒井章士

谷 聡士

少林寺拳法連盟では、平成24年度より完全実施となる武道必修化の取組みの1つとして、平成23年度に多度津中学校の1学年・2学年の保健体育の授業において少林寺拳法の授業を実施した。その概要等は以下のとおりである。

I. 授業全体の概要

1. 実施回数：1学年 計10回、 2学年 計8回
2. 各回の展開
初回：少林寺拳法の説明、礼法の学習
2回～6回（8回）：基本動作、技法の学習（基本単独演武、剛法、柔法 各1～2技）
7回（9回）：テストに向けての総復習
8回（10回）：テスト
3. 授業（50分）の流れ
 - ①導入（5分）
 - ・集合、整列、挨拶
 - ・授業内容の告知
 - ②展開（40分）
 - ・準備運動
 - ・礼法、基本、技法練習
 - ・グループワーク型練習（4人一組）⇒5分
 - ③まとめ（5分）
 - ・まとめ
 - ・瞑目（調息）
 - ・挨拶
4. 授業内容で工夫した内容
 - (1) バリエーションに富んだ準備運動、基本練習の実施
 - ・スキップなど武道のイメージと違う運動をする
 - (2) クラスにいる部員や一般生徒による示範
 - ・生徒が行うことで親近感を持たせる
 - (3) 礼儀作法の徹底
 - (4) グループワークでの展開の導入
 - ・4人一組で5分間実施
 - ・その日学習した内容を生徒同士で復習する
 - ・体育教諭に各組を回ってもらう
 - ・終了後、生徒から立候補を募り、クラスメートの前で技法披露

Ⅱ. 授業の効果として

(1) 礼法指導

- ・日常生活に活かすことができた
例) 授業を受ける態度の改善、人の話を聞く姿勢の改善

(2) 対人関係の改善

- ・相対練習を導入し、対人関係の改善が見られた
- ・相手への思いやりの心が見られた
- ・コミュニケーションの取り方に変化があった

(3) グループワーク型の導入

- ・複数で練習することで、お互いを尊重することが出来てきた
- ・他人を注意指導する力、他人の注意を聞く力を養うことができた
- ・自分で考える力を養う

(4) 瞑目

- ・気持ちを落ち着け、自分を見つめ直すことで平常心を養うことができた

今後の体育授業で少林寺拳法を教える意義と効果

- ・礼法指導による礼儀作法、生活態度の改善
- ・相対練習、グループワークを実施することで対人関係の改善が見込める
- ・身体が触れ合うことでコミュニケーション力が向上される

今後の課題と対策

(1) 指導者の養成

- ・少林寺拳法経験者の体育教員の調査を行う
- ・未経験者の体育教員の研修会等の受講による指導者資格の発行
- ・外部指導員の活用法の検討

(2) 安全管理

- ・授業中の安全管理についての徹底

授業風景

