

# 中学校武道授業における少林寺拳法の実態調査

星野大輝（群馬大学）

## 1. 目的

自分自身の実践から少林寺拳法の効果を体験してきたが、礼儀や感謝の心が身についた、人と関わる楽しさを感じることができた、自己の成長から自分に自信を持つことができたなど精神的に成長できたと感じる部分は大きい。また、中島(2016)により、少林寺拳法の期待できる教育効果も明らかになっているため、少林寺拳法は人間形成に役立つものであると考える。また、中学校武道必修化が実施されたことや、平成29年学習指導要領の内容の取扱いに少林寺拳法等が明記され、中学校体育実技における武道の教材の多様性が明示された。このようなことから、今後の中学校体育実技における武道授業充実の一部を少林寺拳法の普及が担っていると考えられる。しかし、中学校武道授業で少林寺拳法を取り入れている学校は28校(平成30年9月時点)と少ない。そこで本研究では、中学校体育実技における少林寺拳法の実施に関する実態調査を行い、少林寺拳法の体育実技への導入に関する課題について検討を行った。

## 2. 方法および結果

文献調査で以下のことを明らかにした。

### (1) 歴史と現状

少林寺拳法は人づくりの手段として創始されたこと、そしてその本質は相手とともに技の上達を楽しむながら、己を磨くことにあるということ、また、それを実現するための「人づくりのための教え」と「技法」と「教育システム」が整えられているということが明らかになった。このようなことから、少林寺拳法の教材的価値は高く、第二次反抗期や思春期を迎え精神的に不安定になりやすい中学校段階で少林寺拳法を経験することは、「豊かな心」を育むために有効であると考えられる。

### (2) 授業特性

「心の強さ」「組手主体」「学習の目的」「技術特性」「剛柔一体」「守主攻従」という6つの項目について明らかにした。これらの特性の中でも特に「剛柔一体」「守主攻従」「組手主体」の3つに着目していく。

「剛柔一体」は、剛法と柔法の組み合わせという他武道にはない少林寺拳法だけの強みである。これにより力の弱い者が力の強い者を制することができる。このような護身術としての特性が老若男女誰もが親しみやすい武道を実現しており、男女混合で授業を行う際にもとても取り入れやすいと考える。

「守主攻従」は、決して自分から攻撃しないという原則である。ここから少林寺拳法はむやみに人を傷つけるための技術ではないということを学び、相手を思いやる心を育むことにつながる。このような特性は道徳教育にも役立つと考える。「組手主体」

は、多くの人たちと組んで皆で成長していくことを大切にするという特性である。これは、協調性や思いやり、人との関わり方や表現力の育成に役立つと考える。

### (3) 中学校武道授業での実践事例

少林寺拳法を取り入れた理由、実践方法、成果と課題を明らかにした。剣道8時間と少林寺拳法4時間の2種目実施を行った事例では、武道の良さに対して多角的に触れることができ、少ない時間から少林寺拳法を取り入れることができるという成果が観られた。しかし、礼法が混ざってしまうという意見がでたため、種目ごとに期間を開けて実施する等の検討は必要となる。TT指導では、専門的で丁寧な指導を行うことができたという成果、連絡を密にし、年度当初に指導計画を調整していく必要があるという課題が明らかとなった。ICTや指導用教材の活用、講習会の受講をした事例では、未経験者の教員のみで授業を行うことができていた。また、毎時間5分間の「教え」(礼法)の指導を行った事例では、礼儀を重んじるようになり、授業態度の改善につながり、その結果、怪我や事故が5年間一度も起きなかったという大きな成果の記述も見られた。その他にも技の種類が多いため幅広い授業展開が可能、通常の体育着でも行えるため、柔道や剣道と比べて準備や更衣の時間が短く活動時間を多く確保できるなどの長所を見ることができた。また、既存の施設(体育館等)で実施できるため費用面からも授業に取り入れやすいことも明らかとなった。

少林寺拳法授業のデメリットとして考えられる「専門性の高さ」や「指導教員不足」は、外部指導者との連携、ICT等の活用により補うことができることが明らかとなった。

## 3. 考察

少林寺拳法についての情報は保健体育担当教諭の間では十分浸透していない現状がある。少林寺拳法の良さを多くの人に知ってもらい、体育実技に取り入れてもらうためには、教員に対する研修の機会を増やし、その研修への参加をよびかけることが重要であると考えられる。また、新しいことを始めるには大きな労力を要するため、少しでも取り入れやすい環境づくりは必要不可欠であると考えられる。そのため、インターネット上に公開されている「少林寺拳法関連の情報」についての活用法の開発や、保健体育担当教諭と少林寺拳法関係者とのつながりを広げ、学校と都道府県の少林寺拳法連盟の協力関係を築いていくことなどが重要な課題であると考えられる。

## 4. 引用参考文献

中島正樹「少林寺拳法による思考の変化」(日本武道学会本部企画資料、2016年、p15)他