

中学校授業のための、新しい空手道情報誌

# あゆみ

《2012年2月号》vol.4 February 2012  
Japan Karatedo Federation Official Magazine  
AYUMI

[実践トピックス]  
熊本県芦北町の取り組み

[シリーズ 空手道とは?]  
受けを覚えよう

[シリーズ Crystal Vision...]  
八雲学園中学校 高校 理事長・校長 **近藤彰郎氏**



心をしずめて  
「礼に始まり礼に終わる」  
凛々しく、空手道



「あゆみ」は宝くじの社会貢献広報事業として作成されたものです。



発行  
財団法人全日本空手道連盟

[実践トピックス]

町内すべての中学校で「空手道」を採用

# 熊本県芦北町の取り組み

芦北町立  
大野中学校 佐敷中学校  
田浦中学校 湯浦中学校

熊本県 葦北郡 芦北町  
人口 19,861人  
(平成24年1月現在)  
町長 竹崎一成氏  
教育長 竹浦裕道氏



全国に先駆けて空手道の採用を決定し、平成23年11月より町内のすべての中学校で空手道の授業を実施している町があります。熊本県南部に位置する人口約2万人の芦北町（竹崎一成町長）です。そこには、学校の特色に合わせて工夫した授業の中で、礼節にふれ、バランスよく身体を動かし、いきいきと空手道を楽しむ生徒たちの姿がありました。

**1. 授業の概要**  
芦北町の中学校——大野、佐敷、田浦、湯浦の各校では、平成23年11月より、1年間に8時間、3年間で計24時間の計画で空手道授業をスタートしています（※1）。体育担当の先生方が研修を

受け、基本技能や形を覚えるなど事前の準備をしたうえ、全校に空手道の実技・指導経験がある外部指導者（教育委員会職員の坂田宏樹さん）が派遣され、ティームティーチングの体制をとっています（※2）。

芦北町訪問時、田浦中学校ではすでに23年度の授業が終了していたため、大野、佐敷、湯浦の3中学校を取材しました。なお佐敷中学校においては1、3年生の授業をそれぞれ見学しました。各校とも基本的に全日本空手道連盟『空手道指導の手引』の学習指導案に沿って授業を進めており、正座・座礼に始まり、体操、基本技能、形、クラスによっては約束組手へと展開していました（5ページ参照）。形は『手引』に掲載されている基本形が指導されています。

■大野中学校  
「なんといいっても安全ー！」

全校生徒35名の大野中学校では、学年ごとに授業を進め、1年生は基本技能（突き、受け、蹴り）の習得、2年生は個人、3年生は団体での基本形の発表を目標にします。学校方針で形のみには標準を絞りました。  
平成22年度までは「柔道」を実施していた大野中学校。2年生は前年度、男女ともに柔道の授業を経験していますが、「空手道のほうが楽しい」という声が多かったそうです。

「教員歴30年で空手道を教えるのは初めて。私自身は高校と大学で剣道の授業を受けましたが、空手道をやってみて、なんといいっても『安全だな』と感じました」と体育担当の田中淳先生。「始めてみて予想外だったのは、身体の硬い子が多かったことと、体育館で裸足で行なうため、定期的に『寒い』という声があがっ

## トップコラム

### —社会的期待—

文部科学省の委託事業で空手道の授業を実施している北海道北広島市立東部中学校の公開授業を見て北広島市の上野正三市長は、「空手道の安全性は高いと考えている」と質問に答えています。また、東部中学校が保護者に対して行ったアンケートでは、武道学習に対して期待することは「礼儀・挨拶」「身を守る」「健康・体力」を上位にあげています。

学校体育の目標は、健康・体力づくり、協調心・団結心を養う、ベストを尽くす、友人をつくる、礼儀正しい行動、社会性を身に付ける、等があげられます。これらは、普遍的価値志向として与えられることができ、指導者が陥りやすいものに「技術偏重指導」があります。これは、早く子供たちを上手に仕上げたいという心理からの

ものであり、指導者の「性」と言ってもいいでしょう。同様に「武道は基本が大事」という思いから、延々と基本練習に時間を費やす指導者もいます。しかしこれでは授業を受ける子供たちは飽きてしまいます。

中学校の武道授業に与えられる時間は、基本的に年間12時間程度です。礼法から始まり、基本・移動基本・基本形と学習して団体の発表やトーナメントに発展させるためには多くのものを端折らなければなりません。安全であること、健康になること、礼儀正しい行動ができること。これらの「社会的期待」を、空手道を手段として体験させるという視点で指導者が中学武道に取り組みられることを期待します。

全日本空手道連盟  
医科学委員 日下修次

## Staff

中学校授業のための  
新しい空手道情報誌

あゆみ vol.4  
2012年2月号



〈発行〉  
財団法人 全日本空手道連盟  
〒135-0053  
東京都江東区辰巳 1-1-20  
日本空手道会館  
TEL：03-5534-1951  
FAX：03-5534-1952

〈編集スタッフ〉  
喜島智香子  
島田博江  
三村由紀  
若井敦子

〈スタッフアドバイザー〉  
日下修次

〈編集制作〉  
株式会社チャンプ  
〒166-0003  
東京都杉並区高円寺南 4-19-3  
総和第二ビル 2階  
TEL：03-3315-5051  
FAX：03-3315-1831

## Contents

トップコラム —社会的期待—	・・・	002
実践トピックス 熊本県芦北町の取り組み	・・・	003
空手道とは？ 受けを覚えよう	・・・	006
ニュース・フラッシュ 平成23年度 中学校武道授業（空手道）指導法研究事業	・・・	008
シリーズ空手道の歴史③ 全日本空手道連盟、結成	・・・	010
Crystal Vision... 八雲学園中学校 高等学校 理事長・校長 近藤 彰郎氏	・・・	011
解説「空手道指導の手引」 大阪府立桜塚高等学校 校長 小山 正辰先生	・・・	012
The Voice 現場の声 熊本県芦北町	・・・	014

※1 平成23年度時点。全日本空手道連盟『空手道指導の手引』では年12時間を想定した学習指導案を掲載している  
※2 体育担当教諭4名が平成23年8月「第2回全国空手道指導者研修会」（東京）に参加し、指導法や空手道技術の研修を修了した

## 田浦中学校

本田栄一校長  
全校生徒 103 名  
空手道授業の実施：1 年生



1 年生 1 クラス 28 名  
(男 15、女 13)  
体育担当：中村真人 先生

2011年12月21日(水) 4時間目(50分) 8/8回目	
11:50	黙想、礼、準備体操
11:55 基本	・内八字立ちで中段突き、上段受け、下段受け、前蹴り
12:05	・基本形 全体練習
12:10	・基本形 グループ練習
12:20	・基本形 団体形発表会
12:40	・まとめ、黙想、礼

### ■生徒の声■

・空手道は人を傷つけるために使うのではなく、自分の身を守るために使うと知り、すごくためになりました。(高野涼太郎くん)

・礼儀作法の座り方や立ち方を学び、すごくかっこいいなあと思いました。そのかっこいい礼儀作法を、自分自身がやっていこうと思いました。(竹村彰太くん)

・やり始めの時は、形の動きも全然わからなかったけれど、先生方だけじゃなく友達も教えてくれてとても嬉しかったし、発表の時は、どれだけ息を合わせればいいのか、また、自分勝手に動いてはいけないんだと学びました。(本村すみれさん)

## 大野中学校

山本哲朗校長  
全校生徒 35 名  
空手道授業の実施：全学年



2 年生 1 クラス 11 名  
(男 5、女 6)  
体育担当：田中 淳 先生

2012年1月19日(木) 2時間目(50分) 7/8回目	
9:50	黙想、礼、準備体操
9:55 基本	・内八字立ちで中段突き、上段受け、下段受け、前蹴り
10:05	・基本形 全体練習
10:10	・基本形 グループ練習
10:20	・基本形 グループ発表
10:30	・ミットを突く、蹴る(その場突き、前蹴り)
10:35	・まとめ、黙想、礼

### ■生徒の声■

・殴ったり蹴ったりする印象を持っていただけれど、やってみたら変わりました。礼儀を大切にしていると知りました。(遠山敦希くん)

・みんなと団体形をやるのが楽しい。きれいにきまると気持ちがいいです。(一田寿幸くん)

・保育園から小6まで空手を習っていました。授業ではクラスの人々と空手ができるので楽しいです。団体形の発表では協力して一人ひとり声を出していきたいです。(田代美穂さん/空手道経験者)

## 湯浦中学校

中村和長校長  
全校生徒 121 名  
空手道授業の実施：1 年生



1 年生 1 クラス 38 名  
(男 16、女 22)  
体育担当：緒方裕一 先生

2012年1月19日(木) 6時間目(50分) 7/8回目	
14:50	黙想、礼、準備体操
14:55 基本	・内八字立ちで中段突き、上段受け、下段受け、前蹴り
15:05	・ミットを突く(前屈立ち追い突き)
15:10	・基本形 全体練習
15:20	・基本形 グループ練習
15:30	・基本形 グループ発表
15:40	・まとめ、黙想、礼

### ■生徒の声■

・授業でやるまでは空手と柔道の区別がついていませんでしたが、「形を覚えること」が似ています。団体形の発表では、キレ、かたち、姿勢に気を付けて、チームのみんなで声を大きく出したいです。(釜 紗里佳さん)

・小1から小3まで空手を習っていました。空手には自分を守るイメージがあったし、授業で見た先生の形にキレがあったので楽しいです。団体形の発表では協力して一人ひとり声を出していきたいです。(鳥江大誠くん/空手道経験者)

## 佐敷中学校

浅野一登校長  
全校生徒 180 名  
空手道授業の実施：全学年



1 年生 2 クラス 計 65 名  
(男 32、女 33)  
体育担当：山下智紀 先生

2012年1月20日(金) 3時間目(50分) 3/8回目	
10:50	黙想、礼、準備体操
10:55 基本	・立ち方の確認(閉足立ち、結び立ち、平立立ち、内八字立ち、外八字立ち) ・内八字立ちで中段突き、連突き、上段受け、下段受け
11:10	・前蹴り
11:15	・技の意味を説明
11:20	・基本の復習
11:25	・ミットを突く、蹴る(その場突き、前蹴り)
11:35	・まとめ、黙想、礼

### ■生徒の声■

・「突き」が楽しい。力が入るし、ミットで音が鳴ると嬉しいです。今、難しいのは「上段受け」で、左右の手を入れ替えるとき、構えが逆になってしまうことです。(野口 楓さん)

・空手は「組手でやられそう怖い」と思っていたのですが、やってみて印象が変わりました。今日習った前蹴りがとても楽しく、蹴ったときに「これいいな」と思いました。今のところ、難しいことはないです。(八里大樹くん)



3 年生 2 クラス 計 51 名  
(男 25、女 26)  
体育担当：山下智紀 先生

2012年1月20日(金) 4時間目(50分) 7/8回目	
11:50	黙想、礼、準備体操
11:55 基本	・内八字立ちで中段突き、連突き、上段受け、下段受け、前蹴り、連蹴り
12:10 約束組手	・①上段突きに対して → 上段受け、中段突き ・②前蹴りに対して → 下段受け、中段突き → ①と②を通して行なう
12:25	・ミットを突く、蹴る(前屈立ち追い突き、その場前蹴り)
12:35	・約束組手の復習
12:40	・まとめ、黙想、礼

### ■生徒の声■

・「怖そう」とか「どうやればいいのか分からない」と思っていたけれど、今は楽しいです。突きが力強くきまるのが一番いい。動きがピシッとしているので、柔道より楽しいです。(宮本将悟くん)

・茶道の経験があり、正座や礼に共通点があると思いました。空手は「突き」が力強くやれるので好きです。去年は柔道をしたのですが、空手のほうが楽しいです。(竹永真祐さん)

# 考える力がぐんぐん育つ！ 団体形

たことでした」。前者については準備体操時に行なう四股立ちが下肢の柔軟性・筋力向上に少しずつ効果を発揮し、後者については、天気が良い日は校庭で授業を実施してみたところ、好感触だったそうです。場所を屋外へ変えるという発想はたいへん新鮮でした。

## ■湯浦中学校

### 「団体形で育む」考える力

湯浦中学校では、2、3年生はこれまで実施してきた柔道を続け、1年生38名が「空手道」を学習しています。普段から朝礼や集会で「座礼」を実施しているそう、授業中の正座、座礼も美しく整っていました。

団体形のグループ練習では、はじめは全員同時に演武をしていた生徒たちの中に、互いに形をチェックし合って修正点を指摘したり、円の中心に向かうように隊形を変えて形をやるなど、練



ミットをうまく突けると良い音が(大野中)



柔軟性向上に「四股立ち」でストレッチ(大野中)



体格や運動能力の違いがあってもグループで取り組みやすい団体形。男女共習も可能(湯浦中)



「手引」などを活用し資料を作成(湯浦中)



団体形の時間。互いにチェックする練習方法を考え出したグループ(湯浦中)

## 必ず距離を確認。約束組手は安全に



約束組手の練習では、逐一、攻撃が相手に当たらない距離を必ず確認してから(①)、構えて(②)、攻める側と受ける側が決められた攻防をする(③)(佐敷中3年)



初めて習った「前蹴り」。バランスを取りながら蹴る(佐敷中1年)

## ■佐敷中学校1年生

### 「基本の技を二つずつ」

佐敷中学校には空手道部があり、全国大会やアジア大会優勝者が在籍しています。また、平成21年度までの4年間は「空手道」の授業を実施(22年度は柔道)。体育祭では全学年の男子が行なう組体操の一部に形の動作を取り入れるなど、日頃から生徒たちが空手道に慣れ親しんでいます。

取材日、1年生は5種類の立ち方を復習してから、突きと受けを号令に合わせて10回ずつ行ないました。その後、初めて学習した「前蹴り」は、動きを3段階に分けて覚えていました。

## ■佐敷中学校3年生

### 「安全に楽しさを味わう約束組手」

佐敷中学校の3年生は、2種類の約束組手を身につけていました。二人一組となり、決められた攻防を行ないます。男女別のペアを作り、必ず「安全対策」として、攻撃が相手に当たらない距離を確認してから始めます。ローテーションで相手を替え、緊張感を保ちながら行なっていました。

\* \* \*

## 2、まとめ

芦北町の場合は、空手道が盛んな地域性を背景に、町の強いリーダーシップのもと、学校ごとに現場のニーズや強み(空手道経験者の生徒が手本を例示できるなど)に応じて「手引」の学習指導案を發展させていました。

一例として、「前蹴り」を1年生から取り入れています。これは「空手道らしくてかっこいい」と生徒に好評のようです。

突きの練習で使用するミットは、先がカスタネットのように分かれていて、中心を力強く突けると良い音がし、成功したことを生徒が体感できます。

佐敷中学校3年生が実施していた約束組手は、相手と対峙し近距離で技を出し合う種目ですが、逐一行なう「安全な間合」の確認によって、安全面をつねに意識させ、同時に技の意味を理解しながら展開できていました。

他武道、他スポーツを経験したことのある生徒も空手道に関心を示し、四肢を使う基本では全身に均等な運動効果を得て、団体形では友達と話し合いながら想像力を育みます。約束組手では緊張感と集中力を持ちながら、武道の醍醐味にふれ、授業の最初と最後には心をしずめて礼をする。生徒が空手道から学ぶ要素の多様さも実感しました。

芦北町の事例は空手道授業の先駆的存在です。いよいよ4月から中学校武道必修化がスタートしますが、空手道の発展性、応用性を感じさせる指導実績が、この町で早くも蓄積されています。

# 空手道とは

第3回 受けを覚えよう



「受け」とは、「突き」「蹴り」といった相手の攻撃から身を守るための技です。さまざまな種類がありますが、授業で行なう「上段受け」と「下段受け」を紹介します。

## 1 上段受け

上段への攻撃に対する防御が「上段受け」です。拳を握り、胸の前で手首を交差させましょう（受ける方の手を外側に）。受けを行なう際は、まずこの「受けの構え」を取ります。受けの構えから、拳を捻りながら上腕をひたいの前まで上げ、同時に反対の手を「引き手」にしましょう。平行立ちで行なう練習と、前屈立ちを取りながら行なう練習を紹介します。

### 受けの構え



受けの構え。両手で拳を握り、胸の前で手首を交差させる。受ける方の手が外側になる。

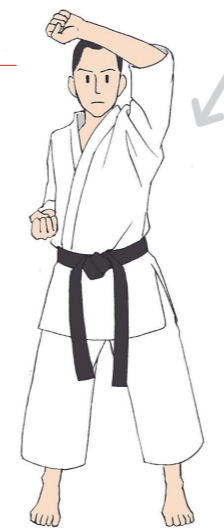
### Point

ポイント  
上段受けと同時に「引き手」をとる。



受ける手（この場合左手）を上げていく。反対の手は身体の脇に引いていき、「引き手」にする。

### じょうだん 上段受け



拳を捻り終えたところ。「極め」(きめ)の状態。

### Point

ポイント  
受ける手が止まる位置は、ひたいの前。おでこから拳一つ分(約10cm)離し、拳に対して肘がやや下になる。

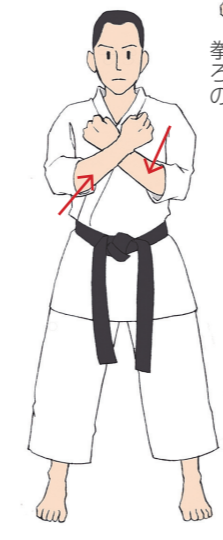


拳を捻りながら手を上げていく。



### 前屈立ち 上段受け

「前屈立ち」で受ける時は、受けの構えから、手の動きと同時に受ける方の脚を前に出す。この動作は「基本形」「約束組手」などで使う。極めの後、前に出した脚を引き、受けの構えに戻る。このとき次に受ける方の手が外側になる。



「極め」の後、受けの構えに戻り、身体をリラックスさせたところ。次は右手を外側にし、右手で受けよう。

## 2 下段受け

「下段受け」は、前蹴りなどを防御する際に使う技です。受けの構えから、肘の曲げ伸ばしを使い、拳を捻りながら手を打ち下ろします。受けと同時に引き手を取りましょう。平行立ちで行なう練習と、前屈立ちを取りながら行なう練習を紹介します。

### 受けの構え

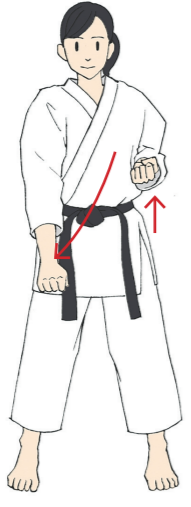


受けの構え。両手で拳を握り、胸の前で手首を交差させる。受ける方の手が外側になる。

### Point

ポイント  
肘の曲げ伸ばしをうまく使い、肘を中心に腕を斜め下に打ち下ろす

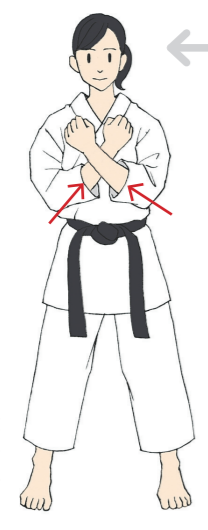
### げだん 下段受け



拳を捻り終えたところ。「極め」(きめ)の状態。

### Point

ポイント  
下段受けの「極め」の際、拳が身体の幅より外側に過ぎないように。

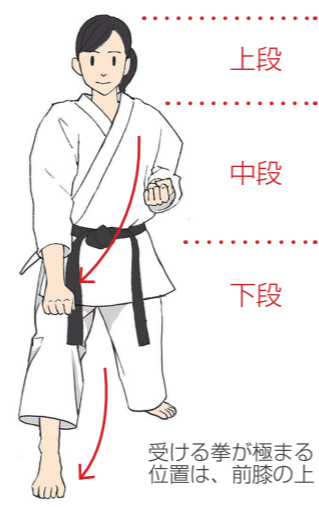


「極め」の直後、受けの構えに戻り、身体をリラックスさせたところ。次は左手を外側にし、左手で受ける。

受ける手（この場合右手）を、拳を捻りながら下げていく。反対の手は身体の脇に引いていき、「引き手」にする。

### 前屈立ち 下段受け

「前屈立ち」で受ける時は、受けの構えから、手の動きと同時に受ける方の脚を前に出す。この動作は「基本形」「約束組手」などで使う。



受ける拳が極まる位置は、前膝の上

## Q 「上段」「中段」「下段」ってなに？

素朴なギモン

A 空手道で使われる「上段」(じょうだん)、「中段」(ちゅうだん)、「下段」(げだん)という言葉は、身体の部位を示しています。「上段」は頭部、「中段」は胸や腹部、「下段」は帯より下の部分ととらえてよいでしょう。たとえば「突き」は、上段をねらって行なう突きなら「上段突き」、中段であれば「中段突き」といった呼び方をします。「突き」や「受け」は、上段、中段、下段のどこをねらっているか・守っているかを考えながら行なうと、正しいフォームが身につきます。

※このシリーズは、(財)全日本空手道連盟『空手道指導の手引』を参考にしています。

# ニュース・フラッシュ

## 「平成23年度 中学校武道授業(空手道) 指導法研究事業」

2年前、模索から始まり...

この研究事業は、2年前にも同会場で開催されたものです。前回は学習指導要領の改訂をうけて中学校武道必修化が決定した時期で、空手道経験のある学校指導者が集まり、経験やアイデアを出し合いながら、一つひとつ授業モデルを作り上げ、空手道授業の基盤を模索していききました。指導マニュアル作成の必要性を認識し、同年8月に『空手道指導の手引』が発行され、2011年8月には全国の指導者を対象に「全国空手道指導者研修会」を開き、指導法の普及を図りました。

そして、中学校武道必修化スタートを間近に控えた今回は、前回以降の取り組みの報告と「安全な組手の指導」が重要なテーマとなったのです。

### 実践校による報告と「組手」テーマに

初日は、14時より開講式を行ない、さっそく研究協議に入りました。平成22・23年度に文部科学省の研究指定校として空手道授業を実施してきた北広島市立東部中学校(「あゆみ」第2号で紹介)と、平成23年度に空手道授業をスタートし、24年度からの実施も決まっている熊本県芦北町の佐敷中学校(本誌で紹介)から実践報告があり、授業で行なった練習方法や指導体制、生徒の反応といった情報に参加者間で共有しました。

2日目は勝浦市立豊浜小学校、千葉県立勝浦若潮高校の生徒に協力してもらい、授業形式の実践研究が行なわれました(中学生に依頼予定でしたが、日程の関係上、小学生・高校生に依頼)。午前中、小学生に体験してもらった基本の授業では、ボールを突いて「突き」の感覚を実感したり、タオルを用いた「受け」の練習などを楽しんでもらえたようです。

その後、高校生を招いての授業では、礼法、突き、受けに始まり、「約束組手」を学習し、3時間の授業を想定した研究時間で、最終的には約束組手による「競技会」(試合)まで展開しました。勝敗が決まる競技会では、間違えずに行なう緊張感や、達成感、勝つ喜びなどを感じられたことが授業後のアンケートからうかがえます。

### 組手の面白さと安全性をいかに両立するか?

空手道は、非接触種目である「形」だけでなく、学習指導要領で求められる項目に十分に心えられる...と研究者は手応えを感じています。しかし他方では、空手道の面白さ、特性を知るためにも組手を経験してもらいたい、対人練習においては相手との関係の中で、自分の心身をコントロールし、武道性に触れてもらいたいとの声もあります。

組手を実施する際、もつとも問われるのは、いかに安全に行なうかということ



〈写真の説明〉  
 ①②開講式には全空連の有竹隆佐専務理事(①)、日本武道館の三藤芳生理事・事務局長(②)が駆けつけた  
 ③河野匡宏 全空連常任理事、北広島市立東部中学校長が研究者を代表して挨拶  
 ④開講式で挨拶する小山正辰 大阪府立桜塚高校校長  
 ⑤27日、実践校の報告後には活発な質疑応答が  
 ⑥28日、地元小学生・高校生の協力のもと授業形式の実践研究。高校生は約束組手の「競技会」まで展開した  
 ⑦29日、安全性に関する協議では「間合」「攻撃目標」「号令」がキーワードに。約束組手の指導法を提案し合う

2012年1月27日から29日まで、2泊3日の研究事業が実施され、空手道経験者の中学校教諭ら、全日本空手道連盟から推薦を受けた11名が出席。中学校授業における空手道の指導法について研究協議を行ないました。



- 〈参加研究者〉河野 匡宏 ((財)全日本空手道連盟常任理事、北海道 北広島市立東部中学校校長)  
 小山 正辰 (大阪府 大阪府立桜塚高等学校校長)  
 岩城 公二 (富山県 上市町立上市中学校教頭)  
 中村 武志 (群馬県 太田市立毛里田中学校教諭)  
 野中 史子 (高知県 高知市立青柳中学校教諭)  
 千葉佳永子 (大阪府 金光八尾中学校教諭)  
 松田 健 (沖縄県 沖縄市立山内中学校教諭)  
 榮 葉子 (沖縄県 沖縄市立山内中学校教諭)  
 豊嶋 建広 (麗澤大学教授)  
 山下 智紀 (熊本県 芦北町立佐敷中学校教諭)  
 坂田 宏樹 (オブザーバー参加 芦北町教育委員会)

平成23年度 中学校武道授業(空手道) 指導法研究事業  
 日時/2012年1月27日(金)~29日(日)  
 会場/日本武道館研修センター  
 主催/(財)日本武道館 (財)全日本空手道連盟 日本武道協議会  
 後援/文部科学省

- 〈研究事業の流れ〉
- 1日目 1月27日(金)
    - 開講式および記念撮影
    - 研究事業①実践発表と研究協議
    - 研究事業②実践研究の準備
  - 2日目 1月28日(土)
    - 実践研究①指導案による基本の指導
    - 実践研究②指導案による組手の指導
    - 研究事業③指導法研究協議
  - 3日目 1月29日(日)
    - 研究事業④安全指導について
    - 閉講式

です。この点に照準を当て、3日目は組手の安全性をテーマに協議が行なわれました。2日目の実践研究においても、力の強弱やスピードに対する生徒の主観は個人差があり、正確な技を身につけ安全面で万全を期すには、技の説明時に工夫が必要であることを実感。また、協議の中で「初心者の教諭にはケガが起こりうる状況の予想が難しい」「毎時間、外部指導者に来てもらえるなど条件が揃ったからこそ組手を実施できた」という報告もありました。

3日間の研究を通して、「上段突きの目標をこれまでの『喉』ではなく『額付近』にする」、「号令と返事のパターンを作って約束組手の進行をコントロールする」など、より良い指導案も生まれ、今後の実践と改善を重ねて、空手道初心者の教諭にも安全に指導でき、空手道の特性にふれられる組手の学習方法が確立されていきそうです。

### 「全国空手道指導者研修会」へ

最後に、3日間の成果を2012年8月に実施予定の「全国空手道指導者研修会」へつなげること、また、次年度も研究事業を実施する方針を確認しました。

2年前に模索から始まった一連の研究事業は、着実に歩を進め、一校また一校と空手道授業を実施し、実績を残す学校が増えていきます。まさに、発展的な模索段階に入ったと感じます。この流れに加え、平成24年4月以降、空手道授業実施校での成果も鑑み、指導法のブラッシュアップが図られていくでしょう。

## 間合、号令、目標... 安全な組手の指導とは? 発展的な模索へ

# 「武道教育を活きたものに」

八雲学園中学校 高等学校  
理事長・校長 **近藤 彰郎**氏



このコーナーでは、子供の頃や学生時代に空手を習い始めて、社会で活躍している方を紹介いたします。今回は、学校法人八雲学園理事長・校長であり、全国高体連空手道部長、近藤彰郎氏にお話をうかがいました。

●巻き藁を突く姿に：  
私はもともと野球少年で、高校でも野球部に入ろうと考えていました。ところが高校入学後のある日、日吉校舎の空手道場の近くを歩いていると、上半身裸で腰に黒帯を巻いた大学生が、延々と巻き藁を突いています。しばらく立ち止まって見ていると、目と目が合っていました。「もし良かったら見ていきなさい」と誘われたのです。その人は当時の空手部副主将、奈藏宣久氏で、弟の稔久氏

が私の同級生で空手部員でもありましたので、入部することになりました。今思えば巻き藁を突く奈藏氏の力強さと、集中力の中から醸し出される精神性に惹きつけられたのだと思います。大学4年の時に学生連盟の試合に出場しました。当時の慶應義塾体育会空手部は、大学生と高校生が合同で厳しい稽古を積んでいましたからその中で「相手と対峙して闘う」という姿勢が出来ていたのでしょう。平常心で闘うことができました。相手の技を見切って返すのが得意で、団体戦の次鋒を任せられ、「負けない空手」を自分の役割として考えていました。

●企業に勤めた9年間  
大学卒業後、日本アビオトロクス株式会社にて9年間、営業マンとして務めました。利益を追求する企業では、さまざまなプレッシャーにさらされることもありますが、空手をやっていておかげか、動くことはありませんでした。組手の稽古では、初めは怖さがあるものの、それを乗り越えて試合に向かいます。しかし、自分が勝ったらガッツポーズをして喜ぶかといえはそうではなく、負けて寂しい思いをしている人への配慮を忘れない。学生時代、武道としての空手を学ん

- Profile—  
1947年 (昭和22年) 1月28日生まれ  
1969年 慶應義塾大学法学部卒業  
1969年 日本アビオトロクス株式会社入社  
1978年 八雲学園高等学校教諭  
1995年 学校法人八雲学園理事長、八雲学園高等学校校長(※)  
1996年 八雲学園中学校校長(※)  
1996年 東京私立中学高等学校協会会長(※)  
2004年 日本私立中学高等学校連盟空手道部長(※)  
2008年 東京都私立学校審議会会長(※)  
2008年 全国私立学校審議会連合会会長(※)

- Personal Karate History—  
1962年 慶應義塾体育会空手部 入部  
1969年 同部コーチ就任(～1975年)  
1982年 同部コーチ就任  
1984年 同部助監督就任(～1986年)  
2000年 (財)全国高等学校体育連盟空手道部長(※)  
2003年 (財)全日本空手道連盟 常任理事(※)  
2008年 三田空手会副会長(※)



だことよって、企業において冷静な判断につながりました。

●高校生たちの試合を見て  
平成12年から高体連空手道部部長に就任し、以来、空手に打ち込む高校生たちを見ています。選手たちはみな、苦しいことを乗り越えたり、人と協調してやっけていく、そういう素養を持ち、空手を通して実践的訓練をしています。彼らの姿を見ると、「この子たちが将来、日本のために役立つ人材として育っていくのでは」という楽しみな気持ちになるものです。

●教育者としてのビジョン  
日本の教育において、私立学校の果たす役割は非常に重要だと思っています。いろいろな価値観が認められる現代、時代の要請に柔軟に答えられるのが私立学校だと考えます。

本誌「あゆみ」第3号で、八雲学園中学校での空手道授業を取り上げました。教育における空手道の力を実感し、実践する近藤氏のバックボーンには、学生時代に稽古の中で培った「相手と対峙する力」いわゆる生き抜く力があるのだと、取材を通して感じています。

子どもたちは学ぶ時代を選べません。だからこそ学校や教員の使命は重大で、お預かりした子どもたちのため、学ぶ環境をどれだけ整えられるか。中学校武道も「必修になったから実施する」のではなく、武道を学ぶことで本当に子どもたちの役に立つように、教育と結びつけなければいけません。本校でも中学校の武道種目に「空手道」を採用いたしました。が、武道教育を「活きたもの」にしたいと思っています。

\* \* \* \* \*

## シリーズ③ 空手道の歴史 (1901年～1964年)

### 全日本空手道連盟、結成

**唐手の公開 (明治時代から大正時代へ)**  
1901年4月、沖繩の首里尋常小学校(現在の城南小学校)で糸洲安恒が唐手の指導を始めました。1902年には松清館流の開祖、富名腰義珍(のちに船越義珍と改名)が『琉球新報』に「唐手の歴史」を掲載。これが日本最古の記事とされています。1904年に糸洲安恒は「平安の形」を創作し、沖縄県立第一中学校で指導を始めました。今まで秘密裏に稽古されていた唐手が、沖繩の教育の場で行われるようになりまし。そして、1922年5月、文部省(当時)主催の第1回体育博覧会が東京で行われ、そこで唐手が披露されました。その後、富名腰義珍はそのまま東京にとどまり、柔道家として有名な嘉納治五郎から招待を受け、講道館道場においても沖繩唐手術の形や約束組手の演武を行いました。また、柔道着にヒントを得て空手着が考えられたのもこの頃と言われています。

**大学を中心に唐手が発展 (大正時代から昭和時代へ)**  
東京で初めて紹介された唐手は、その2年後の1924年、慶應義塾大学に「唐手研究会」が設立され、次いで1925年には東京帝国大学(現在の東京大学)にも発足しました。その後、次々と大学に唐手部が誕生していきました。船越義珍は般若心経の「空」の考えから、これまでの「唐手」を「空手」と改めたと言われています。時代は大正から昭和になり、1933年(昭和8年)、空手は大日本武徳会\*から日本の武道として承認され、その時ほかの武道同様に「道」の文字をつけ、「空手道」に改められました。1939年5月5日、関東空手道学生連盟が結成され、1941年には関東、関西から14の大学が参加して「全日本学生空手演武大会」が開かれました。1950年に「日本学生空手道連盟」が結成されましたが、1957年に「全日本学生空手道連盟」と改名し、その年、第1回全日本学生空手

**全日本空手道連盟、結成**  
沖繩から伝わった空手が大学を中心に広まりましたが、空手道全体の発展と普及のためには流派にかかわらず、ひとつの武道として空手道を統一する団体の必要であるということから、1964年に全日本空手道連盟(J.N. Japan Karateo Federation)が結成されました。1969年に、文部省から財団法人として認められ、この年、日本武道館において記念すべき第1回全日本空手道選手権大会が開催されました。その後、空手道が日本全国、そして世界に広まっていきました。

\*大日本武徳会・1895年(明治28年)設立。武道の奨励を目的として設立された団体。第二次大戦後に解散。  
参考文献：  
「空手道教範」財団法人全日本空手道連盟発行 1996年  
「空手道歴史年表」外間哲弘著 2001年  
「基本をきわめる！空手道」シリーズ1(歴史と発展) 監修・全日本空手道連盟 2011年

年代	おもな出来事
1800年	<b>シリーズ①</b> ・1429年 琉球王国の誕生 ＜一度目の禁武政策＞ ・1609年 島津藩が琉球を征服 ＜二度目の禁武政策＞ ・「唐手」から「空手」へ
1800年代 1900年代	<b>シリーズ②</b> ＜四大流派の開祖 出生 ※＞ ・1868年 富名腰義珍 出生 (後に船越と改姓、松清館流) ・1888年 宮城長順 出生 (剛柔流) ・1889年 摩文仁賢和 出生 (糸東流) ・1892年 大塚博紀 出生 (和道流)
1901年 1964年	<b>シリーズ③</b> ・1916～17年 富名腰義珍が空手を本土初公開 ・1922年 文部省第1回体育博覧会にて富名腰義珍が演武 ・1939年 関東空手道学生連盟結成 ・1950年 日本学生空手道連盟結成 ・1964年 全日本空手道連盟結成
1965年 1981年	<b>シリーズ④</b> ・1969年 全空連、財団法人認可 全日本大会開催 ・1970年 世界空手連合結成 (WUKO) ・1981年 東京で世界大会 ・1981年 空手道が国体正式種目に
1982年 2000年	<b>シリーズ⑤</b> ・1985年 WUKOがIOC公認団体に ・1993年 WUKOがWKFに名称変更 ・1994年 アジア競技大会に空手道が正式競技として参加
2001年 現在	<b>シリーズ⑥</b> ・2001年 全日本少年少女大会開催 ・2008年 日本スポーツマスターズ開催 ・2009年 東京で世界大会開催 ・2009年 日本空手道会館落成

※四大流派…全日本空手道連盟が定めた空手道の4つのおもな流派。松清館流、剛柔流、糸東流、和道流。

# 手引のてびき

## Part4

「空手道の教育力」著者  
大阪府立椋塚高等学校  
校長 小山正辰先生



3回にわたった「手引のてびき」も今回を一心の区切りとします。これまで皆さんの質問に答える形でまいりましたが、編集の方から「これだけは言いたい」ということがあれば書いてください」というお話がありましたので、今一番アピールしたいことを記します。

最近、『月刊武道』2月号に「中学校武道必修化における空手道授業のすすめ」というタイトルで文章を執筆し、「日本武道学会」のページをお借りして空手道のアピールを行いました。

その後、1月22日の朝日新聞「社説」1月25日、読売新聞「社会面」に「柔道種目への危惧」の記事が掲載されました。実施直前の



す、この「線」を護らなければならぬ」ということを示します。眉間・のど・みぞおち・水月・男女ともに大事な箇所…。これら、真ん中の線をしつかり意識して護ることが大事と強調します。それらの箇所を自分で触れさせてみます。軽く、自分で打たせても良いでしょう。ゲームやTVで見る頭部や脚部への蹴りだけが「かわい」でなく、急所に何かがぶつかれば、痛みや大きな怪我につながる。とこのことが容易に想像できるのです。

次に、「このように護るか」です。空手道の上段、中段、下段の各種受けはこの部位を護る技術であり、相手の攻撃をしつかり「観て」、受け技を行います。正中線を防御した体勢から、相手の「突き」を、体の外へはじきだす動きを基本で学びます。

基本的な動きができれば、約束組手などで実際に相手との練習を行います。

「観る」という行為は、心が、生きていなければ、観るべきものが観えません。体が動く前に、「表情」が動いたり、突き手が動く前に「肩」が動いたり。約束された組手の中で、それらを感じる体験をしてもらいたい、と思っています。

「護る」という行為は、消極的な行いではなく、「観察する」という積極的な姿勢だ、と理解して

記事の影響がどこまであるのか、分かりませんが、空手道が種目としていかに安全であるか、時代になつていくかということとを先の文で強調しました。全文を掲載することはかたがたありませんが、再編し「あゆみ」読者の皆さんにその主旨をお伝えしたいと思えます。私の思いも含めて書いてあります。

1月27～29日に出席した「平成23年度中学校武道授業（空手道）指導法研究事業」（於：日本武道館研修センター）の開講式を前に、日本武道館三藤芳生事務局長から「護身と危機管理の方向性は大事だ」と思つたと言つていただきました。著書や以下の文章で訴えていますので、まずは読んでいただきたい（青字が原文）

### 実施科目としての適性

「武道が必修」である、ということ、武道種目は男女を問わず、「字はなければならぬ科目」としての価値を持つていなければならぬということ、です。教わる側の中学生が「武道を学習するこ

らいたいのです。危険に対処する「ムウツ」と体の体験学習をおぼして、生徒たちのこのように、危険回避能力という灯をつけることができればと思えます。

自分が傷つけられた場合を想定することが出来る生徒は、自分が相手を傷つけた場合を想像することが出来ます。ゲームの世界での格闘しか知らない子どもには、「絶対必要」なことを考えています。安全に、「学習する」と、安全を「学習すること」を同時に学習させるのが空手道の時間であると思えます。

そのうえで、日本武道館からも評価いただいた次の内容を記しました。

### 内なる力を養い、身を護る武道、空手道

加えて、ぜひ多くの中学校指導者にご理解いただき、空手道を採用していただきたいと私が考えているのは、「護身」という概念です。空手道という武道の本質は護身であり、学校教育活動のなかで「身を護る」概念や実技を習得するのとこのことは、さまざまに意味で、教育的である、と私は考えられています。学習指導要領の目的を達して、中学生の皆さんに習得していただきたい概念です。

空手という言葉は、徒手空拳という言葉を連想させます。この言

は（自分にとって）必要なことでありと感じてくれることが大切であり、そのためには教える側の教師が「武道を経験させることが生徒のためになる」ということを十分に認識した上で、授業を行うことが重要となります。そこでなければ、武道必修化の目的を達成することはできません。

（中略）

「空手道指導の手引」は、「武道特有の技ができる楽しみ」と「勝敗を競いあつ楽しさや喜び」を味わつていく（学習指導要領の）二つの目的を満たす内容となつており、しかも、流派を超える内容として構成されています。作成委員として携わる中、二つの技術についての真摯な話し合い、一つにまとめる努力を実体験しました。空手道に触れたことのない先生方にも理解いただき、授業で生徒に指導可能な内容として出来上がつていきます。

この「適性」については本誌「あゆみ」が十分に訴えてくれていま

葉は、自らを鼓舞するときなどに使います。

手には何も持っていないけれど、何かに立ち向かつていく。気概と勇気を想起させる言葉です。

私たちは、まさに「身に寸鉄を帯びず」生活しています。武器を持たない私たちは、何かあった時「自らを護る」感受性や対応法を準備しておくべきだと思います。いわば「内なる力（武器）」を持たねばならないと思つたのです。

21世紀に必要なとされる、語学の力、「コミュニケーション」の力、人と協調しつ自ら信じるころを主張できる力は、幼稚園から大学まで、人が成長する過程で、その人の「実力」人間力「内なる武器」ともなります。同時に、有形力として行使できる「内なる力（武器）」も併せ持つておくのが21世紀の教養だと、私は考えられています。世界どこかで生きていく日本人、世界の人とどこかで共に生活し、時には危険回避も自らの力で判断しなければならぬ日本人には、必須の教養となると思えます。

（中略）  
「空手道の稽古（練習）には、たたみも必要ありません。竹刀も用いせん。丸い土俵も不要です。球技の『ボール』も、大きなグラウンドも必要ではありません。プールも、マットも、不要です。

私たちが、学校で予算化する必要のある「備品」「消耗品」を、まったく必要と致しません。

す。また、学校現場では方が「一も」事故がおこらぬよう」そして「しっかりと目的をもった」授業案を練らなければなりませんので、安全面への配慮と効果について以下のように記しました。

### 安全に、安全を、学習する武道、空手道

空手道の基本運動、形の習得で対人接触はなく、多くのスポーツ場面で見られる身体接触による怪我はまず考えられません。全空連作成『手引』では、実際の攻防をシミュレートする、いわば護身シミュレーションともいえる約束組手も教材となっています。

「攻防練習において攻撃側は、防御側の身体からこぶしと個分（約20g）離れたところを目標とさせ、こぶしが相手に触れない距離まで離れさせ、その距離をたもたせる」と、さらに安全に配慮した記述をし、その他組手練習で拳にタオルを巻かせたり、先生の「号令」によって生徒の緊張感を維持し、集中度を高めて怪我をふせぐ

必要なのは、学ぶ生徒、教える先生、のみです。道着もなくてもいいのです。

何もなければ、何が生み出せる、のでは、

何もなければ、知恵を振り絞る。何もなければ、人の力を必要とし、人を大事にするのだとおもいます。」

（空手道の教育力」90ページ）

そして最後に以下のようにまとめました。

拙著（『空手道の教育力』）あとがきにも記したことが、平成13年6月8日、大阪教育大学付属池田小学校で起こった事件は、生徒を預かる教育者として学校の危機管理を根底から考え直さねばならない出来事であっただけでなく、空手道という武道に携わる者として、武道が、空手道が、社会に向かつてなすことができることは何なのか、考えさせられた事件でもありました。いわば「空手道が護身の概念を体現する先駆武道とならねばならない」という私の思いの出発点となった出来事でした。

昨年9月、当時大阪教育大学付属池田小学校教諭で現在は校長である佐々木靖先生に本校で教職員向けに講演をしていただきました。当日の先生や生徒の動き、そして、現在の池田小の危機管理体制や訓練についても聞かせていた

工夫を行っています。空手道をはじめ指導する体育科の先生にも、習得が容易です。特に、号令のかけ方や、タイミングなど、緊張感を持たせる授業になれている体育科の先生には、「安全に授業を遂行させる能力」が備わっています。体育科の先生の指導のもと、安全に授業が進行し、安全に空手道を学ぶのは、そう難しいことではないのです。生徒が安心してより安全に練習できるのが空手道です。

もつてこの「安全」を、学習するつて、「にも触れておきまじつ。

「護身」が空手道の要諦である、ということは何度も申し上げました。護身シミュレーションと表現した約束組手だけが「安全を学ぶ教材」ではありません。空手道では、身体の「を」を護るべきか、このように「護るかを基本運動を通じて学びます。

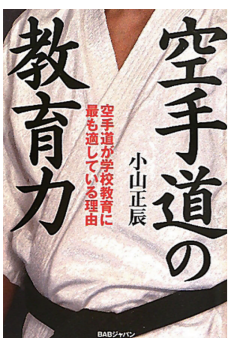
たとえば、「を」を護るか。「正中線」というテーマで、ま

できました。私たち「教員が子供を護らねばならない」と、私たち「大人が子供たちを護らねばならない」ことがあらためて胸に沁みました。

中学校武道必修化は、いずれ大人になる子供たちに「自らの身を自ら護る」概念を芽生えさせる絶好の機会である、と私は考えています。そして、その概念の発展形は、社会人としての「危機管理意識」なのだとお考えしています。

学習指導要領の目的をかなえ、なおかつ身を護る、という意識を子供たちの中に育て、日本社会に危機管理の概念を根付かせなければと思います。中学校には、武道種目に空手道を採用していただけ、大学には、指導者養成のため空手道講座を開設していただければ、切に願っています。

これからも、中学校の現場の先生方に理解・採用してもらえるよう空手界全体で努力していただくではありませんか。最初は小さい灯りがやがて燎原の火のように全国各地に広がる日を共に築いてまいりましょう！



小山正辰著  
『空手道の教育力』  
（BAB ジャパン刊）

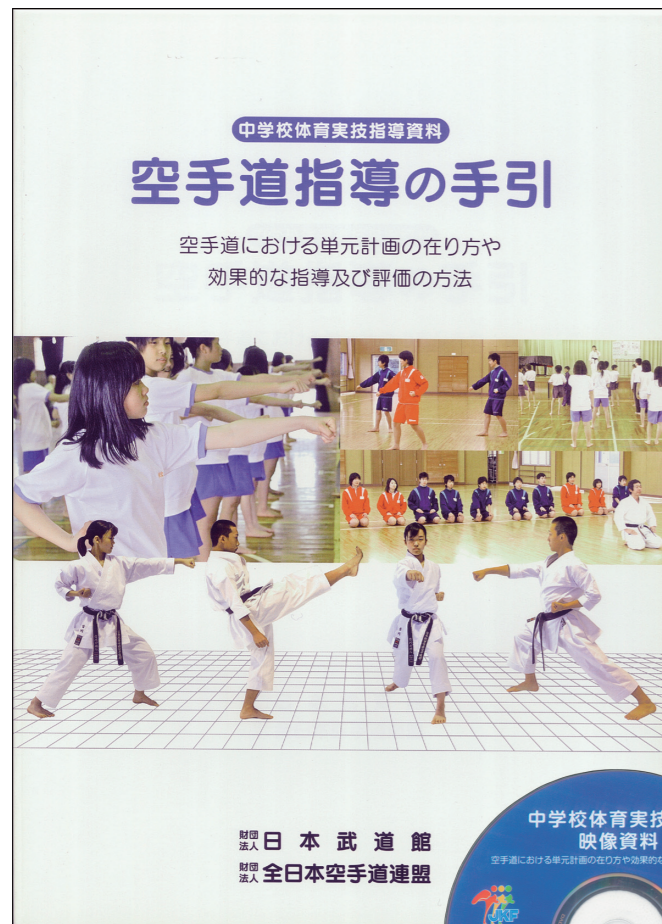
追記：「平成23年度中学校武道授業（空手道）指導法研究事業」（1月27～29日、日本武道館研修センター）において、「手引」中の「約束組手」の表現で、攻撃側が目標とする上段の部位を「のどの付近」と表現しているところを、安全面への配慮から「額（ひたい）付近」に改めるということを確認しました。皆様にお知らせしておきます。

# INFORMATION

## 「空手道指導の手引」をご活用ください

平成24年度から始まる中学校武道必修化に向けて、教育現場における空手道の指導方法、単元計画、評価の在り方をまとめた資料が、この「空手道指導の手引」です。(財)日本武道館と(財)全日本空手道連盟により、学校指導者に役立ててもらいたいと、平成22年8月に初版が発行されました。

(財)全日本空手道連盟ではこの「手引」を、学校関係者、空手道の指導的立場にある方々に提供・販売しています。武道教育の場面で広く役立てていただきたいと思っております。ぜひご活用ください。



■書籍 (A4版 84ページ) …無償提供  
 ■DVD…1,000円  
 ※書籍は無償提供できるものがなくなり次第有料となります。  
 ※別途、DVDの送料・ご入金にかかる手数料はお客様負担となります。



## 中学校体育実技指導資料「空手道指導の手引」

### 目次

- I 空手道の特性とねらい
  - 1 武道・スポーツとしての空手道
  - 2 空手道の特性
- II 空手道の指導計画
  - 1 指導計画作成上の留意点
  - 2 空手道の特性に触れさせる指導の充実
  - 3 単元計画作成上の留意点
  - 4 各学年の単元計画
  - 5 評価基準と単元計画例
  - 6 学習場面における学びの姿
  - 7 学習技能一覧
  - 8 指導と評価の計画
- III 空手道の学習指導の展開
  - 1 第1学年及び第2学年 (必修) 学習指導案
  - 2 第3学年 学習指導案
- IV 礼法・基本技術とその練習法
  - 1 礼法とその練習法
  - 2 基本技術とその練習法
  - 3 中学生指導のための基本形

資料(抜粋)  
 教育基本法/中学校学習指導要領/中学校学習指導要領解説/武道の理念・武道憲章



詳しくは (財)全日本空手道連盟までお問い合わせください。

〒135-0053 東京都江東区辰巳1-1-20 日本空手道会館

電話 03 (5534) 1951 FAX 03 (5534) 1952

ホームページ <http://www.karatedo.co.jp/jkaf/>

## The Voice 現場の声



(写真) 左から竹崎町長、全空連の栗原副会長、有竹専務理事。豊かな山と海、そして温泉に恵まれた芦北町は武道やスポーツが盛んな土地。町長自身も還暦を過ぎて空手道を始め、昨年公認二段を取得した。町立中学校すべてで武道種目に空手道を採用した理由としては、①地域に優秀な空手道場があり指導者がいる②施設、用具など初期投資が少ない③安全に行なえるといった点を挙げている。全国に先駆け平成23年11月から空手道の授業をスタートさせ、現在にいたる。

昨年12月、全日本空手道連盟を訪問した芦北町の竹崎一成町長と、全空連・栗原茂夫副会長、有竹隆佐専務理事が対談。教育と空手道について語り合った。空手道授業を実践する町の声は。  
 (「実践トピックス」参照)

## 次代をになう子どもたちに、空手道を

—平成23年11月から開始

**竹崎町長** 4校の町立中学校で、昨年11月から正式に空手道の授業が始まりました。8月に全国空手道指導者研修会に参加してから、各校独自に計画をしてきましたが、理念を立て共有するためにも、事前に地元道場と熊本県空手道連盟の先生方とともに合同事業を実施しました。

全国から視察が来ることも予想されます。その際、「さすが」と言われる芦北町を目指します。

**栗原副会長** 全日本空手道連盟としましても、必要なことがあれば対応、協力いたします。空手道を導入したいという学校が少しずつ増え、今は一つひとつの「点」ですが、これが「線」となるように努力していきたいと思っております。

**竹崎町長** 町内の中学校では、当面の中間目標として、体育祭で空手道授業の成果を見せたらどうか、とも思っています。

**栗原副会長** 昭和30年代から40年代にかけては、空手道を習うのは大人ばかりでしたが、今はご両親が進んでお子さんを道場に預けてくれます。これには隔世の感を禁じ得ません。竹崎町長が全校で空手道を採用してくださったことはたいへんありがたく、感謝しております。

—空手道・論語・国際交流

**竹崎町長** 芦北町では小学4年生から中学2年生を対象に「論語」の研修を取り入れ、空手道と論語をあわせた教育をしています。国際交流にも力を入れておりまして、13くらいの国と交流があります。たとえば、子どもたちが募金活動などで少しずつ貯めたお金で、カンボジアの学校建設に協力する運動をしています。

ねらいは子どもたちの育成です。世界に視野を広げ、そして健全な愛国心を持った子どもに育てほしい。

町政のスローガンは「21世紀、すべては子どもたちのために」で

す。すべて次の時代をになう子どもたちのため、有形、無形の何を残せるかだと思っております。

**栗原副会長** その教育の中で、空手道に期待することは何でしょうか。

**竹崎町長** 子どもたちが徒手空拳で身を守り、礼儀・礼節を重んじ、強さの中に優しい心を持った人間になるための一助になればと考えています。

人生における究極の目的は自己の完成にあると言われる。

私もまだまだ修行の身です。芦北海王塾での空手稽古を続けながら、日々の復習と筋トレを欠かさず、週1回、町営プールで100メートル泳ぐなど、これからも自己鍛錬に励みたいと思っております。

**栗原副会長** ぜひ「スポーツマスターズ」にも挑戦していただきたいですし、今後も生涯武道として続けてください。本日はお越しいただき、誠にありがとうございました。



宝くじは、  
地方自治体の公共事業等に  
幅広く使われています。

NEW!

ワクワク、  
続々。



宝くじの収益金は、  
病院や検診車、図書館や動物園、  
災害に強い街づくり、  
緑あふれる公園、美術館など、  
皆様の暮らしに役立てられています。