

『武道コース』と『レクリエーション・スポーツコース』（スポーツ実技） について

竹田 隆一

(地域教育文化学部 文化創造学科)

1. はじめに

教養教育のスポーツ実技で開講している「武道コース」と「レクリエーション・スポーツコース」を紹介するわけであるが、高等教育研究年報に掲載するほどの十分な内容の授業といえるものではない。大学教育の中で特殊と考えられる領域がどのような意図で、どのように実施されているのかを理解していただければ幸いと思っている。

体育・スポーツは、健康との関わりで重要と考えられている。そのことにまちがいはないが、人間は栄養が必要とあって、毎日同じ食事では飽きてしまう。毎日宇宙食では生きていけるだろうか。スポーツも同じである。健康のために必要な運動量をただ消費するために、スポーツを実践するものではない。スポーツの中の多様な技術や運動、文化的意味を楽しみながら、その結果として健康を獲得するのである。このスポーツの楽しさを伝えることが、スポーツ実技指導の根底にある考え方である。

2. 武道コース

(1) 武道コースのねらい

教養教育で体育実技が必修の時期に、剣道を実施していた。しかし、剣道を積極的に履修希望した学生はごくわずかであったので、剣道の防具を着用せず、木刀を用いておこなう日本剣道形を試行してみた。すると意外にも、日本剣道形の評判がよかった。

その後、体育実技が選択授業となり、名称もスポーツ実技に改称された。それと同時に、剣道中心から居合道を中心とし、木刀を使用しての日本剣道形も取り入れ「武道コース」として実施することとした。さらに、その後、弓道をコースの種目に加えたが、短期間での上達は困難であるため、四半的弓道をおこなうことにした。そして、さらに多様な武道をコースに取り入れたいと考え、手裏剣と吹き矢を

加えて、現在に至っている。

このコースのねらいは、日本的運動文化の理解である。具体的には、型の理解である。日本の運動文化は、型によって伝承され、長い時間を経て現代に至っている。型の学習は、ゲーム的な楽しさとは対照的で、規定された運動形態を繰り返し練習することが大きな特徴である。没个性的で、強制的で、束縛されたものという批判もあるが、本当は、この窮屈な束縛の繰り返しによって真に自由な身体運動を実現するのである。そのような伝統的な運動学習論（稽古論）を体験することが大きなねらいである。

また、もう一つのねらいは居合刀、手裏剣、弓、吹き矢、木刀などの伝統的文化財にふれることである。ほとんどの学生は、この授業を受講しなければ、このような武器に一生ふれることがないであろう。各種武器を手にし、操作することは貴重な体験であると思う。さらに、気、間、無心、残心など日本の伝統的な運動用語の理解も大きなねらいである。

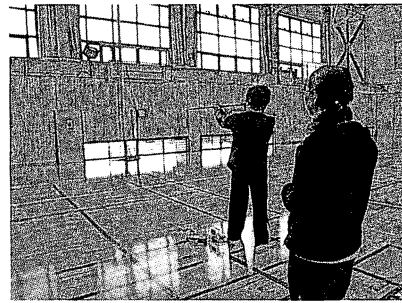
(2) 武道コースの内容

①居合道

模擬の日本刀を使って仮想の敵を切る武道であり、競技としては、その運動形態のできばえを競うものである。典型的な型の文化である。現在は、せ世界の至る所でおこなわれている。その起源は戦国時代といわれ、その始祖は山形生まれの林崎甚助である。つまり、居合道は、世界が認める山形発祥の武道なのである。古くから伝承されている古流と古流を基に連盟で作成した制定居合があるが、本コースでは、制定居合を実施している。



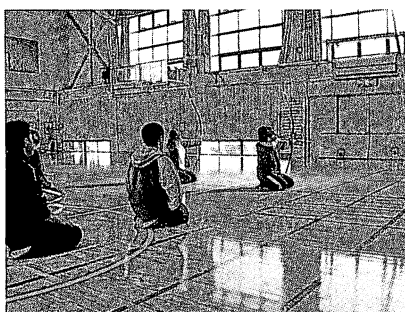
居合道



吹き矢

②四半的弓道

十四世紀半ば頃、九州の宮崎で、農民が手製の弓を持って戦闘に参戦したことが由来となり、現在、宮崎を中心におこなわれている武道である。一般的な弓道に比べ、弓は短く、矢は長く、両者とも165cmである。そのため、引く力は強くなくとも射ることができ、的を大きくはずすことなく、安全にできことが特徴である。



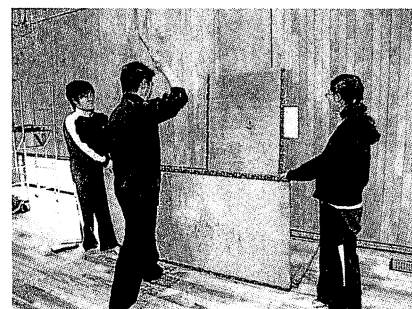
四半的弓道

③吹き矢

吹き矢は古くからある武術であるが、最近健康法として注目されている。現在いくつかの団体があるが、健康法あるいは、生涯スポーツとして親しまれている。矢の先が尖って、直接刺さる形式と矢の先が丸くなって、特製の的にだけ刺さる形式がある。本コースでは、直接刺さる形式で実施している。通常、的から5mの距離から始め、少しずつ距離を伸ばし、最終的には11mからおこなうようにしている。2年くらい前から、衛生面を考慮し、個々にマウスピースを使用させて、実施している。

④手裏剣

手裏剣術も古来から伝承され、現在でもいくつかの流派がある。手裏剣は、本コースで実施している他の武道とは違い公共化されていないので、通常、授業でおこなうことはできないが、幸運にも、心月流手裏剣の仙台市上田先生から、流派を名乗ること、武器を使用すること、授業で実施することを許可していただいている。上田先生の英断で本コースで実施することが可能になったものである。また、手裏剣には、十字形や卍形などの鉄板に刃をつけた車剣と、鉄でできた小棒の片方または両方をとがらせた棒手裏剣があるが、本コースでは棒手裏剣を実施している。畳をめがけて、3mくらいから投げて刺さればいいのだが、初心者ではまず無理である。見た目以上にむずかしい。



手裏剣

(3) 授業からの発展

この武道コースを実施してから、受講した学生を中心に、居合道部が創部された。現在、多くの部員が練習に励んでいる。大会にも参加し、好成績を納め、部員の多くが段位も取得している。また、学外であるが、東北芸術工科大学でも非常勤で武道コースを実施し、ここでも居合道部ができ、活動している。さらに、上山地区に四半的弓道の同好会が出来

る予定である。

(4) 今後の展望

一時は、古来から言われる武芸十八般をめざし、毎時間違う武術を実施しようと考え、ヌンチャク、小太刀、矯正護身術、杖道などもおこなったが、定着しなかった。しかし、今後は体術（武器を使用しない武術）を取り入れたいと思っている。そして、武道共通の身体操作を探求し、それを中心とした授業を構築したいと思っている。また、来年度からは、中国武術に関連深い中国の健康体操である練功十八法を実施する予定である。

3. レクリエーション・スポーツコース

(1) レクリエーション・スポーツコースのねらい

本コースは、スポーツはやりたいのだが、あまり上手くないので、スポーツ実践に積極的でない学生のために開講したコースである。そのため、運動負荷が強すぎず、高度な熟練を必要とせず、気軽にできるスポーツを実施し、スポーツに親しむ態度を育成しようということをねらいとしている。また、現在において、メジャー・スポーツとマイナー・スポーツという言葉が聞かれるように、スポーツの二極化が進み、メジャー・スポーツ（セントラル・スポーツ）だけがスポーツでマイナー・スポーツ（マージナル・スポーツ）はスポーツではないという認識が生起しているようである。そのような中で、どちらもスポーツであるという正しいスポーツの概念を理解してもらうこともねらいの一つである。

そのようなねらいに則して、本コースで取り上げるスポーツ種目は、受講生が今まで体験したことがないスポーツ種目、また実施されるスポーツが多様な競技形態（集団スポーツ、個人スポーツ、ネット型、ターゲット型、スティック型など）のスポーツ種目、さらに世界選手権が開催されるなど、広く世界でおこなわれているスポーツ種目である。

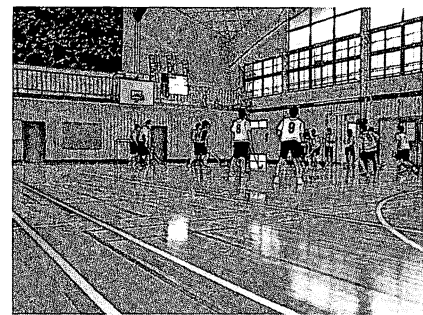
(2) レクリエーション・スポーツの内容

① サリバンデイ

一般的には、フロアーボールと呼ばれている。北

欧を中心におこなわれ、もともとアイスホッケーの夏場の練習法として開発されたスポーツである。世界選手権が毎年おこなわれ、北欧ではプロ選手もいるスポーツである。サリバンデイとは、フィンランドでの呼称である。2001年に、私が剣道指導でフィンランドに滞在した際、フィンランドで人気のあるスポーツということで興味をもち、帰国後、用具をフィンランドでから送ってもらい、授業で実施し、現在に至っているスポーツである。

この種目は、ほとんどの学生が初めて経験するスポーツで、技術的にみんなが初心者からのスタートなので、たいへん盛り上がるスポーツ種目である。

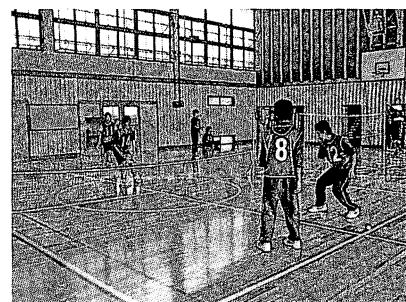


サリバンデイ

② ピックルボール

これは、ネットをはさんで、卓球のラケットよりやや大きい木製のラケットで、ビニールの穴あきボールを打ち合うもので、テニスを簡易化したスポーツである。スピードも適度で、打ち返す際の技術も難易ではない。授業では、同じ習熟度の者同士でリーグを作り、ゲームを楽しんでいる。

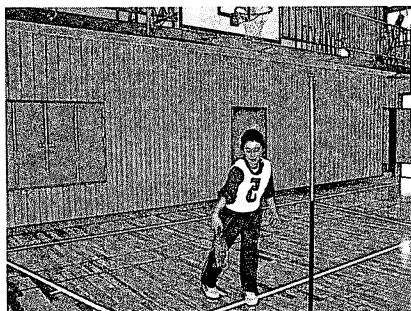
この種目は、運動が好きだが、あまり得意ではないという学生に人気があるようだ。



ピックルボール

③スピードボール

この種目は、ピククルボールと並行して実施している。もともと、テニス選手志望の子供のために、父親が練習器具として作ったものがスポーツ種目となったもので、エジプト生まれのスポーツである。テニスボールのようなボールのついたひもを垂直に立った棒の上から釣るし、そのボールを打つ。ボールは一回転して来るので、それを打ち返す。この運動を連続しておこなうものである。競技として世界選手権もあるが、一分間でボールを打つ回数でライセンス取得も可能なスポーツである。



スピードボール

④デッキテニス

この種目は、船乗りが長い航海での体力不足を防ぐために実施されたスポーツである。バドミントンコートを利用し、直径20cmくらいのビニールの輪っかを投げ合うスポーツである。



デッキテニス

⑤ボウリング

九柱戯ともいわれ、古来よりおこなわれていたスポーツである。山形の前期後半と後期後半はスポーツに適さない気候であるため、その時期に、商業施設を借りて実施している。

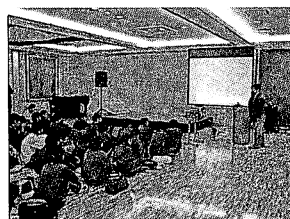
以上が、例年必ず実施されている種目であるが、

その他にも、山形の河北町で生まれたスポーツで、スリッパのようなラケットで、やや大きめのラージボールを使用しておこなうスリッパ卓球。オリンピックの公開種目としておこなわれ、特にフランスなどで人気のある鉄球を投げ合うターゲットスポーツのペタンク。アメリカでおこなわれている馬の馬蹄をターゲットに投げ合うホースシュー。ディスクでおこなうアメリカンフットボールのようなアルティメッド、また、グランドゴルフやブーメランなどが今まで実施した種目である。

(3) 授業からの発展

4年前に、はじめてサリバンデイが実施されたが、その年にサリバンデイを受講した学生が集まってサリバンデイ部が創部された。そのサリバンデイ部も、現在部員が70名を超える大きな部となり、東北大会でも優勝を納めるまで力をつけた。近い将来全日本のナショナルチームのメンバーが生まれるかも知れない。

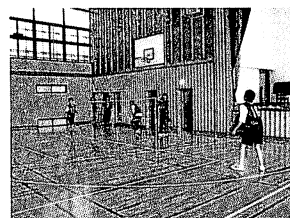
また、本コースの多くの種目が、「世界のスポーツ」というテーマで、昨年の山形大学附属中学校の選択授業で実施された。



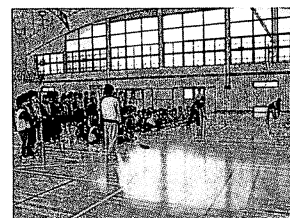
講義



アルティメット



ベロック



サリバンデイ

附属中学校選択授業「世界のスポーツ」

(4) 今後の展望

今後は、ねらいで示したように、受講生が体験したことがなく、競技形態が多様で、さらに世界選手権などが開催されているスポーツ種目をどんどん取

り入れていきたいと思っている。現在、台湾で生まれたゴルフ型の木球というスポーツを考えている。

さらに、この年報を読まれた方で、興味深いスポーツをご存じの方からの情報があれば幸いである。

4. おわりに

「武道コース」や「レクリエーション・スポーツコース」に限らず、スポーツ実技で開講される種目は、受講者も多く、アンケートによる評価も高い。それは、スポーツの持つ特性に因るものと思われるが、それに満足せず、今後もコースの内容や指導法を吟味・検討していきたいと思っている。

(種目を解説するために使用した写真は、芸術工科大での授業と附属中学校の選択授業のものである。)