

## 柔道の「形」における具体的指導の重要性 ：大学生に対する「投の形」の授業実践から

稲川郁子<sup>1)</sup> 畑山元政<sup>2)</sup> 阿部恭子<sup>3)</sup>

1) 健康柔道整復学科 2) 帝京科学大学 3) 愛知県柔道連盟

## The Importance of Practical Teaching "Kata" in Judo ：Practice of "Nage-no-Kata" Class in University

Ikuko INAGAWA, Motomasa HATAKEYAMA and Kyoko ABE

### 要 旨

本稿は、健康柔道整復学科の柔道授業における「投の形」の具体的指導の例について報告したものである。形は柔道の「理合い」を動作で説明するものであり、いずれも無理のない合理的な動作が精選されている。形と乱取りは車の両輪、また文法と作文に例えられ、双方を偏りなく修行することが重要とされる。形の指導には「理合い」、「間」等の武道的抽象的な言語が多用されるが、これらの語は具体性を欠き、特に初心者への指導においては有効でない場合がある。この事実を踏まえ、授業では、講道館監修による教本とDVD、インターネット、簡便なICT機器を活用しつつ、武道的抽象的な概念を具体的身体動作として示すよう努めた。この工夫により、学生たちの理解が促進され上達の一助となったことが推測された。「理合い」や「間」が武道の修行上重要な概念であることは言を俟たないが、指導者はその概念を反映した動作を、修行者の思考や成長を狭隘化しない範囲で具体的に指導することが望まれる。

キーワード：柔道、形、投の形、理合い、具体的身体動作

### Abstract

This paper describes an example of practical teaching of *Nage-no-Kata* in judo class. In judo, *Kata* explains the *Ri-ai* of judo based on the movement of the body; every *Kata* consists of reasonable body movements. In judo practice, *Kata* and *Randori* are spoken of metaphorically as "both wheels," or "grammar and sentences." In other words, a Judo-ka must practice both *Kata* and *Randori* without being biased toward either. In teaching *Kata*, teachers use many abstract words specific to Budo, such as *Ri-ai*, *Ma*, and others. However, these words are sometimes ineffective for teaching beginners because of their abstract nature. Therefore, in practical lessons, we used text and DVDs supervised by *Kodokan*, Internet material, and simple ICT equipment, and we tried to show the students abstract concepts specific to *Budo* corresponding to specific body motions. It can be inferred that this guidance promoted students' understanding and progress. *Ri-ai* and *Ma* are important concepts in *Budo* training. Teachers should teach students the concept of *Budo* as specific body movements, and it appears that this guidance does not hinder the students' thinking and growth.

Keywords : Judo, *Kata*, *Nage-no-Kata*, *Ri-ai*, Specific body movement

## 1. 緒言

### 1.1 目的

本研究は、健康柔道整復学科の柔道実技授業における「投の形（なげのかた）」指導に関する考察を通じ、柔道初心者に対する形の指導法に資することを目的とする。講道館柔道の7種の形<sup>1)</sup>は、理合いを動作で説明するものであり、いずれも無理のない合理的な動作が精選されている。昇段時には各段位に応じた形の試験が課され、さらに1997年より全日本柔道形競技大会が、2007年より世界柔道形選手権大会が開催されるようになり、競技として形に取り組む者も増加している。また、「理合い」とは、「相手を力づくで倒すのではなく、崩しと体さばきといった投技の原理に従って投げることをいい、個々の技において成立する」ものであるとされる<sup>2)</sup>。武道の形の指導場面では「理合い」、「間合い」等の語が多用されるが、これらの語は具体性を欠き、特に初心者の指導においては有効でない場合がある。本稿では、健康柔道整復学科授業における柔道を専門としない者に対する投の形の指導より、初心者が陥りやすい事項の検討に基づく、改善策を反映した実践例について報告する。

### 1.2 柔道整復師と柔道

柔道整復師は、「柔道」という特定の競技を名に冠した珍しい資格である。現在もなお、柔道整復師養成施設においては、大学、専門学校を問わず柔道実技の授業が行われている。これは柔道整復師が行う「骨接ぎ」の技が、柔道、またその端緒である柔術と表裏一体となって発展してきたことに依る。例えば、1920（大正9）年に柔道整復術が公認された時の柔道整復師の資格要件には、「柔道の教授をなす者」と定められていた<sup>3)</sup>。現在は、専門基礎科目において柔道実技を履修することが求められ、初段取得レベルを目標としている学校が多い。また、柔道整復研修試験財団による実技審査制度である「認定実技審査」においても、柔道整復実技にならば柔道実技が審査され、審査項目には投の形（手技・腰技・足技）が含まれる。

### 1.3 投の形とは

投の形は、講道館柔道の創始者である嘉納治五郎とその門下生により1884（明治17）年頃提唱された。その後、1960（昭和35）年に講道館によって改めて制定され、2005（平成17）年の修正を経て現在に至る。投の形は、固（かため）の形とともに「乱取（らんどり。旧表記は亂捕）の形」とも呼ばれ、自由に技をかけ合う乱取稽古に用いる投技の理合いを理解、体得するために考案された。投技の分類である手技、腰技、足技、真捨身技、横捨身技の各々から代表的な技を3本ずつ、合計15本を選んで構成されており、すべての技で右技と左技の双方を行う。各々の技について、取（とり：技をかける

方）は投技の三要素である「崩し」、「作り」、「掛け」、そして受（うけ：技を受ける方）は「受け方」を稽古することで、投技の基本を体得することができる<sup>4)</sup>。嘉納治五郎の直近の弟子であった山下義韶らは、嘉納がこの15本を制定した理由について、「一體、形と云ふものの性質として、多くの業（筆者注：技）の内でも最も多く効果がある、又基本的の業でなくてはならぬ。こんな性質の凡てを遺憾なく具有する業は多くはない。何れの業にしても柔道の理論に従ふものだし、又其の効果において優劣はないけれど、其の業を形として選ぶ場合の価値となると甲乙が生ずるのである。形としての業は一口に云へば多くの業の中で最もよい業でなくてはならぬ」と述べている<sup>5)</sup>。

現在、初段受験時には、投の形のうち手技、腰技、足技（合計9本）、二段受験時には投の形すべて（合計15本）の習得が求められる。

## 2. 方法

2016年度、健康柔道整復学科開講の選択科目である「柔道実技V」および「柔道実技VI」（投の形すべての習得と二段への昇段を目的とする）を履修し、単位を取得し二段への昇段を果たした学生6名（いずれも柔道が専門でない）に対し半構造化インタビューを行い、共通の事項を抽出した。これに加え、実際の授業場面でなされた具体的指摘事項を項目化し、初心者が陥りやすい事項のうち特に頻度が高い事項を、全日本柔道連盟公認形審査員資格を有する柔道指導者2名および他大学の柔道整復学科で柔道授業を担当する柔道指導者1名により検討した。その後、文献を渉猟しつつ改善策を講じた授業を展開し、再度考察を加えた。

なお、常葉大学健康柔道整復学科における柔道実技授業は、1年次に「柔道実技I」および「柔道実技II」を履修（必修）し柔道の基礎を学び、2年次に「柔道実技III」および「柔道実技IV」を履修（必修）し昇段審査を受験、全員が初段へ昇段し黒帯を締めることを目標として展開されている。その後、さらに二段昇段を目指す者は、3年次に「柔道実技V」および「柔道実技VI」を履修（選択）し、より柔道の素養を深めた後に二段昇段審査を受験する道が開かれている。いずれの科目も、試合で勝つための柔道ではなく基本の習得と昇段を目標として展開されているため、内容は受け身をはじめとする基本動作と、昇段審査で課される投の形の習得が中心となる。

## 3. 結果

### 3.1 初心者が陥りやすい事項に関する検討

#### 3.1.1 半構造化インタビューによる抽出事項

入学時から3年をかけた二段まで昇段した学生6名に対し、投の形習得の過程で感じた問題点についてヒアリン

グを行なったところ、概ね下記のような事項が抽出された。

- ・「理合い」、「理に適う」の意味が、若干の理解を得られた部分もあるが多くの場面で理解できなかった。
- ・「間」の意味が理解できなかった。「タイミング」とは異なるのか。
- ・「間合い」の意味が理解しにくかった。1間（いっけん：柔道畳縦1畳分。約180cmの間合い）など、具体的な指標がないとわからない。また、畳の敷き方（方向）が違う道場での対応が難しかった。
- ・「崩し」、「掛け」はともかく、「作り」が理解できなかった。
- ・教員により「言っていることが違う」、つまり各々の指導内容に齟齬や矛盾がある場面があり戸惑った。例えば、「肩車」で取が受のズボン握ることの是非、「釣込腰」の足さばきは前回りか後回りか等。

### 3.1.2 頻度が高かった具体的指導内容

各技について、授業時に特に多くなされた指摘事項を挙げる。なお、釣り手とは襟を持つ手、引き手とは袖を持つ手である。右技の場合、釣り手は右、引き手は左となる。

#### 【手技】

##### ①浮落（うきおとし）

取：投げる際、受を両手で「引き落とす」ことができない。受を投げずに、受が「飛ぶ」のを待ってしまう。

受の勢いに負け、投げた後の姿勢保持ができない。

受：取が投げる前に自ら「飛んで」しまう。

投げられる過程で釣り手を放せない。（教本には受の釣り手に関する記述はないが、取の体勢が崩れるのを避けるため慣例として放す）

##### ②背負投（せおいなげ）

取：受の打ちかけに対し、出す腕もしくは足を間違える。投げる際、背負った受を横に捻ってしまう。

受：重心をやや上方にして打ちかかることができず、また拳が低く、取が担ぎにくくなる。投げられる直前に剛体<sup>6)</sup>が崩れる。

##### ③肩車（かたぐるま）

取：受を担ぎ上げた際、ズボンを握ってしまう。

体幹を前傾したまま受を担ごうとする。

受を斜め前ではなく真ん前に落としてしまう。

受：担がれた際、剛体が崩れる。また、帯を握ったり帯の内側に手指を入れたりしてしまう。

受け身を怖がり、取にしがみつ়。

#### 【腰技】

##### ①浮腰（うきごし）

取：受の腋に肩を下げ飛び込めず、「大腰」になる。遠心力を利用したスピード感のある技ができない。

受：重心をやや上方にして打ちかかることができず、また拳が低く、取が腋に飛び込みにくくなる。

##### ②払腰（はらいごし）

取：二歩目で釣り手を肩甲部に回すのを忘れる。

投げる際、片脚で自身と受を支えきれず、払い上げの動作ができない。

崩しが不十分なまま、すぐに投げに入ってしまう。（「ため」ができていない）

受：三歩目でやや上方に引き出される動作に同調できない。

##### ③釣込腰（つりこみごし）

取：後ろ（奥）襟を持つのを忘れ、前襟を握る。

下がってからの前回りさばきではなく後回りさばきをしてしまい、受の重心下に入ることができない。崩しが不十分なまま、すぐに投げに入ってしまう。（「ため」ができていない）

受：投げられる直前の剛体が崩れる。もしくは剛体の理解が浅く、後方に反り過ぎる。

#### 【足技】

##### ①送足払（おくりあしはらい）

取：横移動のすり足ができない。また、足が重なる。足を払う瞬間に腰が引け、小外刈のようになる。

受：横移動のすり足ができない。

投げられるのを怖がり、一步ごとに取から離れる。

##### ②支釣込足（ささえつりこみあし）

取：二歩目の下がり方が小さく、また体の開きが不十分で、受を呼び込んでしまう。

両手を使って大きく前方に崩すことができない。

受：投げられることを意識し過ぎ、受け身に備えようとして三歩目の足が出ないため取の足が届かない。

##### ③内股（うちまた）

取：「内円が外円を支配する」動作が困難。

下肢を振り上げるタイミングがつかめない。受が三歩目を着地した後に投げようとする。

受：取に崩される前に、取と同時に動いてしまう。

べた足で移動し前方荷重ができず、取のはね上げに対応できない。

#### 【真捨身技】

##### ①巴投（ともえなげ）

取：受が押し返してきたとき、両手を使って吊り上げ気味に崩す動作ができない。

受の下腹部ではなく股関節～大腿近位あたりに足底が当たっている。

受：押し込まれた後、押し返す動作ができない。

右足を踏み込んでの前回り受け身ができない。

##### ②裏投（うらなげ）

取：受が打ちかかってきたとき、受の前方ではなく側方に入ってしまう。

受の腰を十分に抱き寄せて崩すことができない。

受：取の技の勢いや高さが不十分である場合、前回り受け身で立ってしまう。（教本には受け身後の姿勢についての記述はないが、慣例として立たない）

### ③隅返（すみがえし）

- 取：引き合いつつバランスをとる自護体ができない。  
両手で受を浮かし上げるように動かせない。  
足を「ひかがみ」（膝高部）に引っかけられず、  
足背で押し上げるような技になってしまう。  
崩しが不十分なまま、すぐに投げに入ってしまう。  
（「ため」ができていない）
- 受：引き合いつつバランスをとる自護体ができない。  
取の浮かし上げる崩しの途中で足が出てしまう。

#### 【横捨身技】

#### ①横掛（よこがけ）

- 取：受の逃げ場を徐々になくしつつ絞り上げるような崩しができない。  
投げる瞬間の素早い足の移動ができない。  
崩しが不十分なまま、すぐに投げに入ってしまう。  
（「ため」ができていない）
- 受：受け身で後頭部を打つ。

#### ②横車（よこぐるま）

- 取：右技の場合、右向きに入って左後方に体を捨てる動作がわからなくなり、右後方に投げようとする。
- 受：打ちかかった上肢で受の首に巻きつき過ぎ、大きな受け身をとれない。また、受け身を取るべき方向がわからなくなる。

#### ③浮技（うきわざ）

- 取：引き合いつつバランスをとる自護体ができない。  
投げる時、弧を描くように側方に体を捨てることができない。
- 受：引き合いつつバランスをとる自護体ができない。

#### 【全般】

- ・礼法の誤り：  
座礼と立礼を誤る。  
礼法の位置を誤る。  
両者の息を合わせる礼ができない。
- ・継ぎ足<sup>7)</sup>の不徹底：  
浮落、肩車、払腰、釣込腰、支釣込足、横掛は、受が組みついてきたのを取が後方へ下がりがりながらさばく技であるが、いずれの技も取・受ともに「継ぎ足が歩み足<sup>8)</sup>になる」、「左右の足幅が狭過ぎる」というミスが多くみられる。

## 3.2 形指導の改善例

### 3.2.1 教本・DVDの「原典」としての活用

形は、指導者の発する言葉によって認識の差異が出やすい。今回対象とした学生からも、例えば同じ技に関する指導について「教員によって言っていることが違う」ことへの戸惑いが語られた。「形」を修行する目的は、書道の「とめ・はね・はらい」と同様に、定められた動作を順守することでの理合いの体得であることから、基準は明確で揺るがないものである必要がある。明確な基準を示し学生の混乱を防止する目的で、講道館監修の教

本を拡大した写しを道場に掲示し、学生がいつでも参照できるようにした。また、嘉納は、「形は一定の順序法則に従って練習することを要するが、その順序法則が込入って居て忘れ易い」とし、「依てその順序法則をわかりやすく説明したものが久しく世間から渴望されて居た。その充たす為に先年雑誌『柔道』及『有効の活動』に重なる形の解説を連載した」と述べ<sup>9)</sup>、基準となる教本の重要性を述べている。しかしながら、現行の教本は最低限の記述がなされているのみであるため、教本の「行間」を埋める指導者の正しい知識と研鑽は必須である。

また、教員が示範するだけでなく、単元ごとに講道館監修のDVDを視聴させ、その後も授業時と自習時においては道場内にDVDプレイヤーを設置し、学生が参照しやすい環境を整えた。教本とDVDを「原典」として活用することで、「正しい動作」、「正しい間合い」に対する認識を統一させることができた。

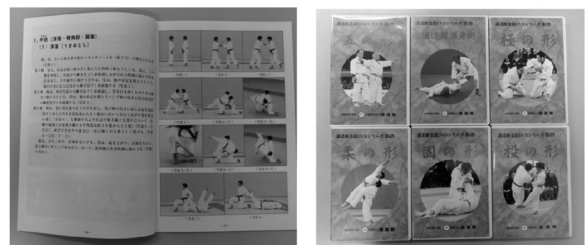


図1 「原典」としての講道館監修の教本およびDVD

### 3.2.2 動画サイトの活用

現在、YouTube等の動画サイトでは、全日本柔道連盟公式チャンネル<sup>10)</sup>をはじめ、多数の形の動画が公開されている。現在の学生の多くは、パソコンよりもスマートフォンで情報収集をする傾向にあるため、LINEアプリを用い、当該動画へのリンクを貼ることで学生がアクセスしやすくなるよう工夫した。各学生が都合のよい時間帯に参照することができ、また昇段審査の前日に動画を確認する者もあり、好評であった。

模範的な演技の視聴により、投の形に対する「すごい」、「きれい」、「豪快」等の印象を抱かせることができ、「かっこいい」、「やってみたい」という意識づけが達成されたと考えられた。



図2 LINEによる動画リンク紹介

### 3.2.3 ICT 機器を用いた熟達競技者と自己の動画比較

定期試験では投の形の通し演技を課し、動画を撮影した。その後、自己の動画を確認する時間を設けた。この時、同じ角度から撮影された形競技の日本代表ペアの動画を見た後、自己の演技動画を確認させた。自己の動画の確認は、教員がペアを組む2人とともにモニターを確認しながら、一時停止、コマ送り、スロー再生等をしつつ適宜「具体的な身体動作」に関するコメントを加える形式で行なった。具体的な身体動作に関するコメントとは、例えば表1に示すようなものである。

動画を丁寧に確認し、具体的な身体動作を認識することで主観と客観のズレに気づき、それを解消する具体的対処への動機に繋がっていた。また、この作業は取・受の相互に対する不満の解消にも直結していた。

各技と順番を覚え、通し演技ができる段階になると、自分にはできない「きれいな技」、「豪快な技」、「絶妙な間」等、抽象的で曖昧な概念の存在が理解できるようになっている。初歩の段階よりも、拙くても通しでできるようになった（苦手な技や動作等、ある程度自身の課題が明確化する）時点での視聴が効果的であると考えられた。

表1 具体的な身体動作に関するコメントの例

武道的かつ抽象的表現	具体的身体動作
近間になる	30センチ離れる
引き手を効かせる	45度の角度で前上方に引く
受は重心を高く	上肢を水平に、取を腕に引き込む
剛体になる	丸太のように・背筋に力を入れる
浮腰の理合いで	反対から相手の臍を触りにいく



図3 右釣込腰にみる日本代表（左）と学生（右）の相違  
日本代表は、受の均整のとれた剛体を、取が下肢の各関節の十分な屈曲と体幹前屈、さらに右上肢による崩しで見事に「釣り込んで」いるが、学生は取の崩しが不十分で受の重心が前上方に移動しておらず、かつ剛体も不十分である。

## 4. 考 察

山下らは、嘉納が形について、「攻撃防禦に關し、豫め種々の場合を定め、理論に基づき、身體の操縱を規定し、其の規定に従ひて、練習するもの」と語ったと記している<sup>11)</sup>。また、嘉納は「亂捕と形との修行上の關係を、文章を學ぶ事に比べて見ると更に明瞭に分るであらうと思ふ。形は文法に比すべきもので、亂捕は作文に比すべきものである」<sup>12)</sup>とも述べていたとされ、この形と乱取を文法と作文になぞらえた言説は、現在もお柔道修行者の間で繰り返し説かれているものである。

しかしながら、形は乱取と異なり自由度が低いため、修行者から敬遠されることが多い。橋本は、形は「一定の順序と方法によって約束されているため、乱取練習のように、自由自在に変化することができない」とし、「ややもすれば覇気のない、形式的なものに流れやすく、興味を失いがちとなる」<sup>13)</sup>としている。柔道を専門とする者でも、当該段の昇段審査を合格した後に継続して形を学ぶ者は少なく、乱取のみでの修行に勤しむ者が多数を占める。これは現代に限った現象ではなく、当時の現状を憂えた嘉納は以下のように述べている。「其の（筆者注：形と亂捕の）修行上に於ける關係は如何といふに、何れを廢しても善くない、双方を併せ修行するが最良の修行法である。（中略）亂捕を修行することの出來ぬ者は、形のみで修行するより外、道がない。けれども亂捕を爲し得る人は、形も併せて修行するが善いのである」<sup>14)</sup>。さらに嘉納は、乱取に偏向する修行者が、たまに形を修行する時に陥りがちな現象に対し、以下のような警鐘を鳴らしている。「無理でも何でも倒せば善いと云ふやり方を以て練習して居ると、その爲に矢張り正しく柔道の法に適った動作が出來ぬ。その爲に形の元の形を崩して己の都合のよい動作のしやすいやうに變へて仕舞ふのである。（中略）その結果は形の形（かたち）が變つて仕舞つて、形としての價値を失ひ形が死んで仕舞ふ。それで形を練習する場合には形が死なぬやうに注意せねばならぬ。その爲には形の元の形に自分の動作がはまる様に練習せねばならぬ。形を自分の動作で變てはならぬのである」<sup>15)</sup>。嘉納によるこの指摘は、現代もお柔道人が自覚すべきもので、柔道修行の初期に通過した初段審査で課される投の形を「わかった気になっている」柔道人は、高段位の指導者を含め多数存在すると推測される。

柔道整復師は、養成施設における柔道の授業が必修であることから理解できるように、柔道を文化として継承していく役割があると考えられる。武道の形は、「技」という実態の捉えにくい文化の保存形態としてはたいへん優れたものであり、柔道整復師養成施設では正しい形が教えられる必要がある。しかしながら、柔道を専門としない者が柔道の形という異質の文化を習得、継承するのは容易なことではない。まず、学生が形の内包する美

しさや端正さに触れることで「やってみたい」、さらに「黒帯に挑戦したい」と触発されるような指導が肝要である。また、嘉納と講道館によって考え抜かれ、磨き上げられてきた形は、教材としても優れたものである。習得することで、「技を覚えた」、「きれいに投げることができた」、「怪我せずに受け身をとれた」等の自己効力感を得ることができる。本研究の対象者からも、柔道が専門でないにもかかわらず、形の習得が「楽しかった」、「気持ちよかった」、「柔道をやっているという実感があった」等の発言があり、上達に伴う自己効力感の高揚が窺われた。

続いて、本稿で報告した具体的方法について考察する。教本の活用について、授業中に学生が教本の掲示を何度も確認する姿がみられ、教員の指導内容を失念したり、判断に迷ったりしたとき、基準となる教本をあたることで疑問の解消を図る努力がなされていた。指導においては、「教員によって言っていることが違う」ことは極力避けなければならないが、ニュアンスの相違など、どうしても齟齬が生じることもあるため、立ち戻れる原典の設定は意義があると思われた。インターネット上の動画サイトやDVDの活用について、和田は「運動技能の多くは言語のみでは容易に記述できないため、動作に容易に変換できる情報モードとして視覚情報が重要になる」としたうえで、「モデルの提示回数を多くすることが不可欠<sup>16)</sup>」と述べ、指導者がインターネット上の情報を吟味し、学生がアクセスしやすいかたちで提供することは、多くのモデルに触れられることから簡便で有意義であると思われた。また、ICT機器を用いた授業について、村瀬は、「ICT機器は課題提示、フィードバックにおいて動画で提示できること、学習者が見たい部分を能動的に選択し再生することができることにより、ビデオ教材よりもより高い効果を発揮する<sup>17)</sup>」と述べている。投の形の各技についても、動作の瞬間を切り取って熟練者と比較したり、技の軌道を短時間に繰り返し確認したりすることは、これも簡便で効果的であると考えられた。その際、指導者は、形の「理合い」や「間」を具体的な身体動作で指摘、助言することが重要であると考えられた。また、動画視聴によるフィードバック時だけでなく、実際の練習時にも、指導者が意識して具体的な instructional cue (指導者が学習者の運動直前に与える言語。例えば、筆者が実践したのは「45度!」、「息止める!」、「ヘソさわる!」等)を適切なタイミングで与えることも効果的であると考えられた。

前述したように、柔道の7種の形のうち投の形は、初段受験時に課されるものである。したがって修行年数に乏しい中学生のほか、柔道整復系や教員養成系の学生が初段を目指して取り組む機会が多い。「理合い」等、柔道経験者でも理解・体得しにくい曖昧な概念を、多くのモデルに接する機会を設定したり、また簡便なICT機器を用いたりすることで、初級者に対する指導が合理的

で明確なものとなることが示唆された。

「理合い」や「間」が武道の修行上重要な概念であることは言を俟たないが、指導者はその概念を反映した動作を、修行者の思考や成長を狭隘化しない範囲で具体的に指導することが望まれる。

## 5. 結 語

- 1) 健康柔道整復学科の柔道実技授業における「投の形」の具体的指導の例について報告した。
- 2) 形は柔道の「理合い」を動作で説明するものであり、いずれも無理のない合理的な動作が精選されている。形と乱取りは車の両輪、また文法と作文に例えられ、双方を偏りなく修行することが重要とされる。
- 3) 形の指導には「理合い」、「間」等の武道的抽象的な言語が多用されるが、これらの語は具体性を欠き、特に初心者の指導においては有効でない場合がある。
- 4) 授業では、講道館監修による教本とDVD、インターネット、簡便なICT機器を活用しつつ、武道的抽象的な概念を具体的な身体動作として示すよう努めた。この工夫により、学生たちの理解が促進され上達の一助となったことが推測された。
- 5) 「理合い」や「間」が武道の修行上重要な概念であることは言を俟たないが、指導者はその概念を反映した動作を、修行者の思考や成長を狭隘化しない範囲で具体的に指導することが望まれる。

## 注 (参考文献を含む)

- 1) 講道館の7つの形：投の形、固の形、柔（じゅう）の形、極（きめ）の形、講道館護身術、五（いつつ）の形、古式（こしき）の形。その他、精力善用国民体育、剛の形等も存在するが、公式には上記7つである。
- 2) 小俣幸嗣『昇段審査のための柔道の形入門』大泉書店、2015年、9頁
- 3) 柔道整復師と柔道（補足）：明治維新に伴い、日本の医学は、従来の漢方と蘭学を中心としたものからドイツ医学を万能とするものへと方針転換された。1874（明治7）年の「医制」の制定、1874（明治14）年の漢方医学の廃止によって、接骨業は事実上禁止された。1876（明治16）年には「医師免許規則」が公布され、専門は歯科に限ることとされ、他の産科、眼科、そして整骨科は医科に統合された。既得権者も医術開業試験を受けることとなったため、接骨業者は激減し、接骨業はほとんど絶滅状態となった。1912（明治45）年、柔道家による接骨業公認運動が展開され、1913（大正2）年には、各流派の柔術家が「柔道接骨術公認期成会」を結成し、積極的な運動を行った。1914（大正3）年、講道館長嘉納治五郎の賛助を得て、公認に関する請願書が貴族院・衆

議院の両院に提出された。3回に及ぶ請願書の提出を経て、1916（大正5）年、衆議院より「柔道の起源及び接骨術の起訴は那邊にあるか」との質問書が出された。これに対し、「一、我国柔術の元祖秋山四郎兵衛義時、柔術教授中の関節の脱臼、捻挫及び骨折傷を起こすことあり。従ってこれを治療する必要を感じ、柔術家として特に研究し、柔術家独特の治療法として伝統的に継承され、今日に至るものなり。二、柔道整復術は"エンピリズム"すなわち機械的実験に基づくものなり」と答弁書を提出、衆議院に採択されるに至った。1920（大正9）年には、柔道整復術の公認に関し、中央衛生会の諮問に付され、内務省令により「按摩術営業取締規則」が改正され、「本令ノ規定ハ柔道ノ教授ヲ為ス者ニ於テ打撲、捻挫、脱臼、又骨折ニ対シテ行フ柔道整復術ニ之ヲ準用ス」との一文が盛り込まれた。この際初めて「柔道整復術」という名称が用いられ、公認された形となり、同年、第1回の資格試験が行われた。当時の受験資格は「柔道の教授をなすものであって、医師または柔道整復師のもとで、4年以上臨床実習をしたもの」であり、試験合格後、知事より鑑札を受領した。1988（昭和63）年の柔道整復師法改正により、都道府県知事試験・免許から、国家試験・厚生大臣（現在は厚生労働大臣）免許となった。

- 4) 公益財団法人講道館『投の形』講道館、2006年、1頁
- 5) 山下義韶・永岡秀一・村上邦夫「柔道本義」『柔道』3号、1915年  
※上記引用は、下記の企画によるアーカイブ資料の参照による。  
『柔道』88巻4号、2017年、42-51頁
- 6) 剛体（ごうたい）：しばしば「丸太のような」と表現される、特に受の体の伸側・背側に防御のための力が漲った状態（図3・左図参照）。力が漲っていても、柔の理である「逆らわない」の真逆であるこの体勢は、はじめ防御できていたとしてもある一点を超えると一気に瓦解し、勢いよく投げられてしまう。
- 7) 継ぎ足：移動に際して、一方の足を継ぎ足していく運足法。例えば、右自然体から前進するとすれば、まず右足を一步踏み出した後、もとの右自然体に戻る位置まで左足を送り出す。安定、変化の上で優れ、相手と組み合った場合に多く用いられる。  
嘉納行光・醍醐敏郎・川村禎三ほか〔監修〕『柔道大事典』アテネ書房、1999年、312頁
- 8) 歩み足：互い違いに足を踏み出す運足法。大きく早く（原文ママ）移動できるので、離れた相手に接近する場合に多く用いる。  
前掲著7、29頁
- 9) 嘉納治五郎（序）・村上邦夫『極の形』講道館文化會、1924年、3頁
- 10) YouTube 全日本柔道連盟公式チャンネル

[https://www.youtube.com/channel/UC4T\\_33KZ9s9kRTd3xdfaP-A](https://www.youtube.com/channel/UC4T_33KZ9s9kRTd3xdfaP-A)

- 11) 山下義韶・永岡秀一・村上邦夫「柔道本義」『柔道』1号、1915年  
※上記引用は、下記の企画によるアーカイブ資料の参照による。  
『柔道』88巻2号、2017年、35-42頁
- 12) 前掲著11
- 13) 橋本親『柔道の形』大修館書店、1971年、6頁
- 14) 前掲著11
- 15) 前掲著5
- 16) 和田尚『体育授業の心理学』市村操一・坂田尚彦・賀川昌明ほか〔編著〕、大修館書店、2002年、45頁
- 17) 村瀬浩二・西脇公孝「内制的フィードバックの共有を目的としたハードル走授業実践-ICT機器を用いて-」『和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要』24号、2014年、9-16頁  
(2017.9.14 受稿, 2017.10.18 受理)