

弓道授業の実践報告と必修化の課題



福岡県大牟田市立延命中学校校長
塚野 有一

本校では、平成11年度より3年生の選択授業の体育で弓道を行っている。きっかけは平成10年12月の、中学校学習指導要領の改訂である。改訂の基本方針では、「各学校において、生徒に生きる力をはぐくむことを目指し、創意工夫を生かし特色ある教育活動を展開すること」等が示され、各学校が生徒や地域の実態を踏まえ、創意工夫を生かした教育活動を展開することが求められた。

そこで、その基本方針をもとに、保健体育の「武道」をどのように実施したらよいのか、①生徒の希望、②特色ある授業、③道場等の施設、④柔道着や防具等の教具、⑤実技指導者、⑥生涯学習等と

の関連性、という観点から検討を行った。
その中で、多くの生徒が弓道を希望していること、柔道や剣道を専門とする教員がいないこと、学校の近くに弓道場があり、市の弓道連盟が利用していること、近隣高等学校に弓道部があることなどが明らかになった。これらのことを総合的に判断し、保健体育の授業で弓道を実施することにした。

授業を重ねるにつれて、指導者や場所・道具の必要性、安全確保の重要性をあらためて知ることになったが、必修化ではそういった課題がさらに浮き彫りになるかと思われる。

弓道は、文化的にも教育的にも高く評価されている。平成24年度からの必修化完全実施に伴い、今後、新たに弓道を選択する学校もあるだろう。この場を借りて本校の取り組みを紹介し、弓道を選択する学校にとって少しでも役に立つ情報が提供できればと考える。

1 弓道授業の実践内容

本校は、大牟田市の中央部に

位置し、創立60年目を迎える。

現在の生徒数は212名、7学級の

学校である。校訓を「向学」「友

愛」とし、本年度の学校の教育

目標を「向学と友愛の精神を持

ち続け、自己実現をめざす生徒

の育成」としている。生徒は概

ね明るく素直で、勉強ばかりで

なく、積極的に運動部で汗を流

している生徒も多い。

弓道の授業は3年生の選択授

業の体育で行っており、今年で

12年目を迎える。具体的な内容

は以下のとおりである。

(1) 指導目標

指導目標は学習指導要領に則

った内容としている。それは、

弓道の学習とおして、伝統的

な行動の仕方を学び、それらの

考え方を理解し、健康や安全に

も気を配ることができるよう

するといふものである。とくに、

弓道に関する知識や礼法、安全

への配慮、仲間と協力して課題

を解決する態度を身につけさせ

たいと考えている。

また、積極的に取り組み、基

本動作や基本となる技ができる

ことをとおして、技ができる楽

しさや喜びを味わうことも目標

としている。具体的には、射法

は、八節の動作を身につけ、弓道場

で一尺二寸の的に向かって引く

ところまでを目指している。

(2) 指導計画

本校では、年35時間の授業を

行っている(資料1)。また、指

導計画は次の3つを重要項目と

して作成している。

①技術を修得する過程において、

心身を鍛錬し、たくましい生

徒の育成を図る。

②弓道の学習過程とおして、

礼儀正しさを身につけ、心身

を鍛え、伝統ある武道として

礼を重んじる心の育成を図る。



③武道を正しく理解し、日本の

素晴らしい伝統文化を大切に

する態度の育成を図る。

(3) 指導の実際

本年度は、男子15名、女子15

名の計30名で行っている。また、

(資料2) 導入段階の学習内容

時間	学習内容
1	・あいさつ、講師紹介 ・弓道の説明、事故防止について
2	・弓具とその取扱について、射法八節の説明 ・弓道体操、ゴム弓による射法
3	・射法八節の実習、弓の素引き (手の内の整え方)
4	・射法八節の実習、弓の素引き
5	・射法八節の実習、彥を着けての素引き
6	・矢番えの仕方、的前練習
7	・的前練習

けて使っている。的から2～3mの距離からはじめ、徐々に伸ばし、1学期の終わりには5mの距離から引くことができるようになる。矢数は1時間の中で一手(2本)を2回もしくは3回引いている。技術的なポイントはそのとおりである。

▽正座
基本の姿勢を保ち、形だけでなく気持ちも落ち着かせるようにする。座ったときの基本姿勢で、座って礼をするときは、正座で行う。

▽立礼
息を吸いながらゆっくりと上

半身を倒し、手の指先をひぎの上まで降ろし、息を吐くようにする。射法八節の中の揖(浅い礼)も、その要領で行う。

▽執弓の姿勢
弓と矢を持って立つときの基本的な姿勢であることを学び、背筋を伸ばし、弓と矢と身体が自然にまとまった姿勢を作る。

▽弓構え
左手で弓を握り、「手の内」を整える。正しく安定した手の内を作るようにする(「手のひらの線にあわせて弓を握る」など、わかりやすく指導することを心がける)。

(資料1) 1年間の授業のながれ

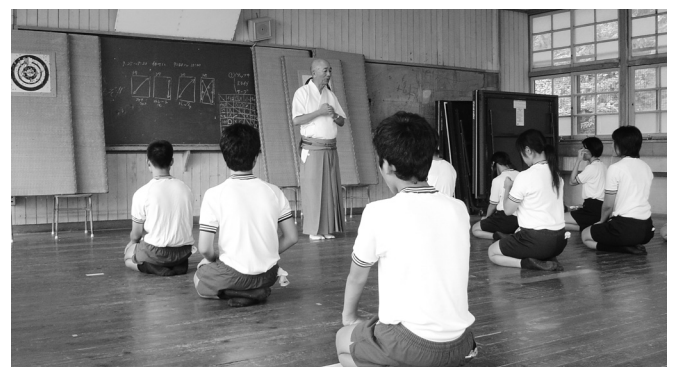
重点目標		〇伝統的な行動の仕方によって、礼儀作法を尊重して活動できるようにする。 〇射法八節の動作を身につけ、弓道場で弓が引けるようにする。		
月	単元(活動場所)	配時	指導の工夫点(個に応じた指導)	備考
4 5 6 7 9	選択授業弓道 (校内の教室で)	17	〇外部指導者を招聘し、専門的な知識や技術を学ぶ。 〇基本動作を習得するまではゴム弓を使用して練習する。 〇基本動作ができるようになったら、実際の弓と矢を使用し、射法八節の動作の習熟をはかる。	・講話…「武道の歴史」 ・日本の伝統文化を学ぶ…「茶道」
10 11 12 1 2 3	選択授業弓道 (大牟田市弓道場)	18	〇技能の修得が遅れている生徒がいれば、個別指導を行う。 〇道具や施設、設備の安全点検を毎時実施し、安全確保につとめる。 〇準備運動と整理運動を適切に実施し、ケガの防止につとめる。	

(4) 授業の実際
4月から9月までは教室で、10月から3月までは近隣の弓道場で行っている。服装は男女とも体操服で、女子は胸当てを着用している。道具は、弓(6kg)15張、矢45本、彥15具を、学校で用意している。また、大牟田弓道連盟からゴム弓を15本借りている。下掛けは、衛生面等を考慮し、各自で準備したものを使用している。

男子・女子の2グループ編成で実施している。時間割は、火曜日の5・6時間目に設定し、準備に昼休みを活用できるようにしている。

弓道は生徒に人気があり、選択を希望する者が多い。しかし、練習場所等、現在の条件では24名が限度であるため、人数の調整をしている。

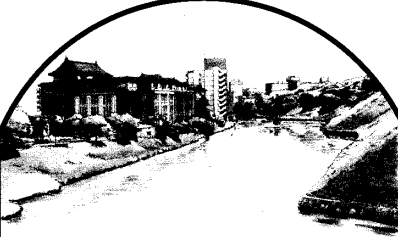
指導は、選択授業体育の弓道担当教師1名と、大牟田弓道連盟から派遣の4名の外部指導者により行っている。



1学期は教室内で授業を行っている

◇教室内での授業
教室内では17時間使って授業を行っている。導入段階は、資料2のとおり、射法八節を学び、ゴム弓、素引きなどを取り入れながら実施し、6時間目の的前練習で、実際に矢を離すことができるようにする。

的は、古畳を重ねた上上の紙を貼ったもので代用している。二つ用意し、教室の壁にたてか



くつろぎの、時

伝統ある美しい館内。
東京ドーム、ディズニールランド、お台場など、
レジャーにも便利。足まわりの良さが、
あなたにゆとりの時間を約束します。

△宿泊△
 ◎シングル¥8,925△
 ◎ツイン¥15,750△
 ◎和室(8帖に3名様)¥23,625(洋室・和室とも税込)
 ◎チェックインタイム3:00 PM ◎チェックアウトタイム10:00 AM



出逢いたいせつに

九段会館

ご予約は
☎03(3261)5521

〒102-0074 東京都千代田区九段南1-6-5
 ●地下鉄東西線・新宿線・半蔵門線(九段下)徒歩1分
 オンライン予約も承り中
<http://www.kudankaikan.or.jp>

(5) 授業の工夫

◇学習ノートの活用

弓道の授業をとおして、生徒の「自ら学ぶ力」を育成するため、学習ノートを活用している。毎時間の授業の終わりにノートをつけることにより、自己評価を行い、次の課題を見つけ、その課題を解決する能力を身につけるようにしている。

具体的には、学習のめあて、活動内容、自己評価、活動の感想をつけている。また、自己評価は次の5項目を設定し、A(良くできた)・D(まったくできなかった)の4段階で行っている。

- ① 礼法はきちんとできたか(礼儀、あいさつ、履物をそろえている)
- ② 基本の姿勢や動作はできたか(姿勢、歩き方、座り方ができている)
- ③ 射法八節(矢を引くための手順)はしっかりとできたか
- ④ 心静かに授業を受けることができたか(集中した活動ができたか)

◇弓道場での授業

校内での基礎練習に続き、10月からは、17時間使って学校近くにある大牟田市弓道場(5人立ち)で授業を行っている。利用にあたっては、弓道連盟や一般利用者の方々に配慮していただき、授業での使用を優先してもらっている。

道場を使用する利点はさまざま



2学期は近隣の弓道場で授業を行っている



男女別の編成とした。男子「執弓」、女子「胴造り」の動作



「すり足」の練習

までであるが、生徒は射場、矢道、安土等が揃った弓道場を見ると、身を引き締め、自然と気持ち集中させている。礼儀を重んじながら、心と体を鍛えることの素晴らしさを、あらためて道場で伝えることで、生徒はより理解を深めている。

矢数は9月までの授業よりも増やし、一手を3回もしくは4回引いている。また、弓を引くことばかりでなく、9月までに教室内で学んだことを発展させた内容や、道場での所作なども指導する。次にいくつかの例を挙げる。

▽正座

腰骨を立てて、背骨を意識した正座を行う。手の指は内側に向け、手のひらは、太ももの上に置く。

▽胴造り

両膝に軽く力を入れ、腰を安定させ、身体がふらつかないようにしっかりとした姿勢をとる。身体の縦の線と横の線を整える。

▽足の運び方
道場には左足から入る。本座から射位への移動や退場等、射場では、膝を曲げず、足の裏が見えないように「すり足」で歩く。

きている

⑤安全を心がけて活動できたか(指導者・先生の指示を守っている)

生徒は、学習のめあてを「全体を使って意識しながら弓を引く」、「待っている時の姿勢を正しく、私語をしない」などと記しており、弓道の学習をととした課題意識の高まりがうかがえた。また、活動の感想では、「初めての真ん中にあ

たってうれしかった」「胸を開く感じでお腹に力を入れてできた」などと書かれ、技術の高まりや、弓道を学ぶ喜びを感じているようだった。

◇講話

知識を深めるため、外部指導者の先生に、武道や弓道の歴史、弓道の理念、流鏑馬、通し矢など弓道に関連した説明や話を依頼している。生徒は「真・善・美」、「礼に始



本年度から、弓道の授業に茶道を取り入れている

まり、礼に終わる」などの話を聞き、「弓道のよさや日本文化のよさを世界に伝えていきたい」といった感想を述べるなど、よりいっそう興味・関心を持つようになった。

◇茶道を取り入れ、日本伝統の文化をより深く体験する

本校では今年度より外部指導者の勧めで、弓道の授業に茶道

2

必修化に向けての課題

新学習指導要領解説における「武道」の項目内の「内容の取扱いは、種目の選択について次のように述べている。

「F武道」の(1)の運動については、アからウまでの中から一を選択して履修できるようにすること。なお、地域や学校の実態に応じて、なぎなた

などのその他の武道についても履修させることができること。また、武道場などの確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全の確保に十分留意すること。

（傍線筆者）

地域や学校の実態に応じた「武道」を実施していくためには、生徒の希望や指導者の質と人数、学校施設の状態などから種目を決めることが必要である。本校ではこれまでに紹介してきたとおり、すでに地域や学校の実態に応じた形で弓道の授業を展開してきた。必修化が完全実施された後も、引き続き弓道を実施するための検討を行っているが、次の3点を今後の課題として考えている。

（1）教育課程への位置付けについて

前述のとおり、生徒の実態や

地域の状況に鑑みて、現在は3年生の選択授業の体育として希望者が弓道の授業を受けている。しかし、必修化では今までと異なり、全員が希望の有無にかかわらず授業を受けることになる。

そのための取り組みとして、指導者の確保や、生徒の状況にあった指導計画の作成、より細かな安全対策が必要となる。もちろん、人数が増えるので、準備や片付けの時間を含めた時間割の組み方にも工夫が求められる。

（2）指導体制について

保健体育の授業として実施するためには、教員側も専門的知識や技能が必要になるだろう。もちろん、教員の指導力育成を図っても、公立学校は定期的な異動があるといった問題もある。

外部指導者については、十分な人数が確保できるよう、地域との連携をこれまで以上に図る必要がある。また、生徒に関する情報を教員と共有するなど、

授業では、きめ細かな対応が求められるだろう。ほかにも、安全についての具体的な方針を定め、教員と外部指導者が協力して事故の防止に努めることができるよう、体制を整えなければならぬ。

（3）施設・道具について

武道必修化に向けた文部科学省の武道場整備補助金を受け、本年4月、学校近くに7人立ちの「延命中学校弓道場」が完成する予定である。これにより導入の段階から本格的な雰囲気を感じることができ、より安全で充実した授業展開が期待される。必修化では多くの生徒が使用することになるため、今後は具体的な使用の仕方を検討しなければならない。

道具についても、現在より多くの弓や矢、鏢、練習用のゴム弓などを整備する必要がある。武道必修化の完全実施までには、授業を受ける人数分（40人分程度）を確保したいと考えている。

弓道は、日本古来の伝統ある武道として、礼を重んじ、技術を習得する過程において心身を鍛錬し、人間形成を図ることを目的としている。そういった意味で、文化的にも教育的にも高く評価されている。学習ノートには、「1回しか中らなかつたけれども、今までで一番気持ちのよい引き方ができたと思う」といった、内面の充実を伝える感想もみられた。

今後も弓道の学習をとおして、礼儀正しさが身につき、心身たくましく、日本古来の伝統文化を尊重する生徒が育ってほしいと考える。また、24年度以降、全国の中学校で充実した弓道授業が数多く展開されることを願っている。本稿がその一助となれば幸いである。