



準備運動の後、生徒は竹刀を持って整列する。
そのとき、前後左右の間隔をしっかりと取り、素振りを行っても他の生徒に竹刀が当たらないように注意する

準備運動の流れ

体育館を3周
↓
竹刀を持って、整列
↓
体操隊形に開き、準備運動
↓
竹刀を使ったストレッチ
↓
腕立て伏せ20回



左座右起を徹底し、正座をして先生を待つ

基本練習の流れ

素振り（前進、後退）20回
↓
上下振り（前進、後退）20回
↓
早素振り20回
↓
切り返し3回
↓
面と小手を着ける

また、打ち合わせていたとおり、「その時に少し下がるといいきる。」
3年生の授業では、防具を着ける時間を短縮するため、生徒は体育館に来るなり、自分のサイズにあった防具をロッカーから持ち寄り、垂れと胴だけを着け、面と小手は前に置いて整列をする。
防具を着ける際にも外部指導員が見ており、着け方が間違っていない、手間取っている生徒を手伝っていただいた。
その後、生徒は正座をして先生方待つ。正座をする際には、左座右起を徹底した。先生方には前列に並んでいただき、黙想・礼をした。これは生徒に本物の黙想

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 66

外部指導員の活用例 剣道②

埼玉県久喜市立久喜南中学校教諭

武井 仁

今回は実際の授業について述べていきたい。

外部指導員の方々には模範を示してもらったり、技の学習場面において、ちょっとしたアドバイスをいただいたりした。

また、グループ学習の場面では巡回指導もお願いした。

生徒が学習する上で、本物に触れることはとても大事で、今回、本物の剣道家に授業を手伝っていただけたことは、私にとっても生徒にとっても、大変貴重な体験となった。

今年度以降の授業においても、外部指導員の先生方にお手伝いをお願いできればと考えている。

1 実際の授業の進め方

前号で外部指導員を活用するにいたった経緯やその準備、指導計画、生徒の理解を深めるための工夫について紹介した。今回は実際の指導を紹介する。

事前打合せの後に作成していた外部指導員の予定表に合わせて、全11回の授業中、多い日で7名、少ない日でも4名の外部指導員にお越しいただいた。

外部指導員は全員、持参の防具

をつけて指導にあたってくださいました。また、一人の先生は、終盤の授業に真剣を持ってこられ、真剣を用いた模範演技を披露していただいた。

外部指導員活用の最大の利点は、本物が見られることである。

技を学習するときは、前もって打ち合わせをし、技の見本や練習方法の見本などを示してもらった。

また、戸賀崎正道先生から一言アドバイスをお願いするタイミングなども打ち合わせた。

実際の授業においては、そのときに学習する技術の初めの説明は私が行ったが、模範を外部指導員

「よ」などといった簡単なアドバイスを外部指導員にしていたくなくどした。

外部指導員を活用している3年生の授業では、学習指導計画として、「今まで身につけた技を使って、練習や試合ができる」をねらいとしている。そのため、3年生では前述の基本動作の他に新たに、払い技、出ばな技、引き技、抜き技、すり上げ技、返し技、打ち落とし技の指導を行った。

そして、8時間目の授業では試合を行うにいった。

試合は個人戦をリーグ形式で行った。試合時間1分の三本勝負

2 外部指導者活用に向けた準備

習、グループ練習、しかけ技の練習、総合的な練習、打ち込み練習などを行った。

特にグループ練習では、各班に共通する課題や、得意技を身につけるための練習を行った。その際
には、外部指導員に巡回してもらい、各班の練習を見るときともに、各班の生徒が技について自由に質問ができるようにした。

習、グループ練習、しかけ技の練習、総合的な練習、打ち込み練習などを行った。

特にグループ練習では、各班に共通する課題や、得意技を身につけるための練習を行った。その際

で、審判も生徒同士で行った。時間があるときには外部指導員同士の試合を行うなどしました。

試合にあたっては剣道学習グループ対戦表を作成し、組み合わせ表の他に、反則、打突、勝負の判

定と題して、それぞれの注意点を掲載した。

胴の打突部位については、学習したことのある左胴のみとし、右胴については有効打突部位とはしなかった。

勝敗は二本先取した場合はもちろんのこと、判定によっても行つた。この場合、試合時間中の技能の優劣によつて勝敗を決めた他、抽選によつて勝敗を決めることもあつた。



外部指導員に面の紐を直してもらう



見本を示す外部指導員

や礼を見せるために毎回行っている。その後、本日のねらいを話し、準備運動に移る。

切り返し3回を行う。

準備運動の前に体育館を3周走
る。生徒は走り終わり次第、各自
竹刀入れから竹刀を抜き取り、自
分の場所に整列する。その後、体
操隊形に開いて体育委員を中心に
準備運動を行い、竹刀を使ったス
トレッチをした後に腕立て伏せ20
回を行う。

続いて、基本練習として、素振
り（前進、後退）20回、上下振り
（前進、後退）20回、早素振り20回、

始めの方の授業では、基本練習も外部指導員の方々に一つずつ見本を示してもらい、正確な素振りから切り返しまでを生徒にマスターさせることができた。

次に、面と小手を着けての練習に移る。面と小手を着けるとときも外部指導員に目を配っていただき、面の紐の結び方が間違っている生徒の手伝いなどを率先して行ってきた。

面と小手を着けてからは受け方・打ち方、課題練習や自由練

武道（剣道）学習指導計画（案・抜粋）

平成 24 年度

3 年生 指導計画
＜オリエンテーション＞ ○ゲストティーチャーの紹介と指導の役割を理解する。 ○剣道の歴史や特性、礼法的重要性、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を理解させる。 ○礼法（左座右起）を確認させる。 ○前段階の学習を振り返るとともに、今段階の学習のねらいと内容を理解する。 ○グループ編成と役割分担をする。 ○学習目標と学習計画を立てる。 ○用具の扱い方と安全について理解する。 ○準備運動の確認をする…①垂れ・胴をつけランニング②準備運動③ストレッチ④いろいろな素振り⑤切り返し 等

ねらい 1

今までに身につけた技を使って、練習や試合ができる

今までに身につけた技を使って、練習や試合ができる。

- ①基本動作の練習をする。
 - ・構えと体さばき、足さばき、正面、右胴、右小手打ち
- ②しかけ技の練習をする。
 - ・二段の技（小手一面、面一胴 等）
 - ・払い技（払い面、払い小手）
 - ・出ばな技（出ばな面、出ばな小手 等）
 - ・引き技（引き面、引き胴 等）
- ③応じ技の練習をする。
 - ・抜き技（面抜き胴、小手抜き面、面抜き面 等）
 - ・すり上げ技（小手すり上げ面、面すり上げ面 等）
 - ・返し技（面返し胴）
 - ・打ち落とし技（胴打ち落とし面）
- ④総合的な練習をする。
 - ・切り返し（打ち返し）
 - ・打ち込み練習
 - ・かかり練習（かかり稽古）
 - ・自由練習
- ⑤試合1を行う。
 - ・円陣試合（1本勝負）
 - ・個人リーグ戦
 - ・グループ対抗戦

ねらい2

得意技を身につけ、それを生かして練習や試合ができる

- ①得意技を身につけるために、これまで学習した技を選択して練習する。
※2人1組やグループで選択して練習する。
※うまくいかない場合には、技を変更して練習する。
※新しい技に挑戦して練習する。
- ②総合的な練習をする。
・約束練習、打ち込み練習、自由練習 等
- ③試合2を行う。
・個人トーナメント
・グループトーナメント
- ※審判は3人で行き、有効打突の見きわめや審判法について学習する。
※記録や運営について、お互いに協力して行う。

高まった技能で簡易試合を楽しむ。単元の学習を振り返り、学習のまとめをする

- ① 選択した技の課題解決練習をする。
 - ・得意技としたい技を選択する。
 - ・課題を確認する。
 - ・技や課題に応じた練習を選択し練習する。
 - ・自由練習をする。
- ② まとめの試合を行う。
 - ・団体戦
 - ・総当たり戦
- ③ 学習の成果を評価する。

[illegible]

剣道学習グループ対戦表



グループ学習の際は外部指導員に巡回してもらい、各班の指導にあたってもらった

3 外部指導員活用の課題と対策

外部指導員を活用する上で、課題となるのは、授業時間が一定していないことである。たとえば昨年度は火曜日が3時間目と6時間目となり、授業の時間が午前と午後に分かれてしまった。そのため、3時間目は来られるが6時間目は来られない先生や、その逆のケースもあった。

今後、外部指導員の方の負担や生徒への学習効果を考えると、剣道の期間のみ、授業を午前中に続けて行えるように組み替えていきたいと考えている。

また、毎時間一定の外部指導員が指導にこないことも課題としてあげられる。外部指導員の方の都合もあることなので、致し方ないこともあるが、もし毎回一定の指導者が来るとすれば、課題別の指導ができ、成長過程での班移動や課題の変更が可能となる。

4 まとめ

昨年度から剣道の授業に外部指導員を導入したことで、生徒に本物を見せることができた。

23年度の授業では、おしゃべりも多く、集中力が持続しない生徒たちであったが、本年度は授業にも緊張感が生まれ、意欲や関心も高まったことを実感できた。

また、剣道が苦手と考えていた生徒の中にも、外部指導員の指導により技術の習得ができるようになり、楽しくなったという者もいた。

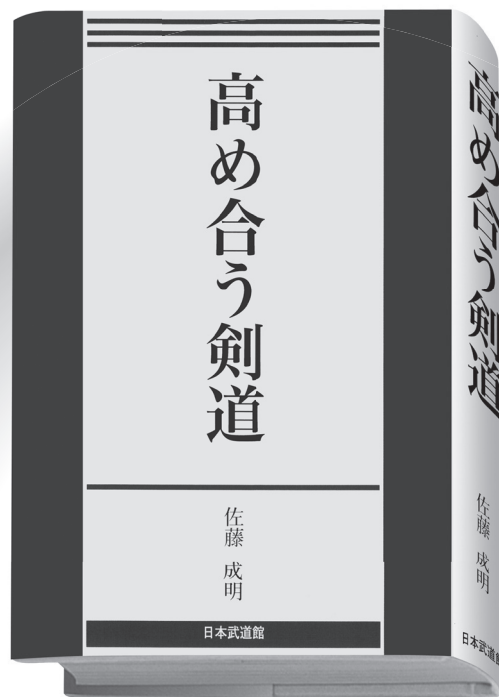
生徒の成長という観点から外部指導員に手伝っていただくことは大成功だったと考えている。

今年度も剣道授業に外部指導員を活用する予定だが、早めに戸賀崎先生と打ち合わせをし、先に述べた課題の一つでも解決していきたいと思う。また今年、班対抗の試合(団体戦)も行いたいと考えている。

好評発売中

高め合う剣道

筑波大学名誉教授 佐藤成明 著



“互いに学び高め合う教育剣道のために”

先達が心血を注いで残した「教育剣道の灯」を、正しく受け継ぎ、次代へ正しく受け渡すために、教育剣道の実践者として長年の経験をもつ筆者が、古今の文献を手掛かりに日々の修練で大事な事柄を綴る。これからの剣道の在り方、すべての剣道を学ぶ者が「互いに学び、高め合う剣道」の在り方を考えるために必携の一書。

四六判・上製・564頁・定価2520円(税込)

目次

第一章 剣道小史―剣技・剣術・剣道の歴史

一、奈良時代～江戸中期
二、江戸時代中期以降～現在―剣術から剣道へ

第二章 剣道と教育

一、教育に関する基礎知識
二、「三育思想」
三、「教育基本法」と「学習指導要領」
四、「礼」の教育について

第三章 自分史を綴る

一、佐藤家略史
二、私の小学校時代
三、私の中学校時代
四、私の高等学校時代
五、私の大学4年間―体育教師を志して六指導者としての第一歩を踏み出す
七、指導者としての修行と剣道の国際的普及
八、「教育剣道の灯」を受け継ぎ、受け渡すために
第四章 剣道の特性と剣道指導の在り方
一、剣道の特性と在り方
二、剣道指導の在り方
三、「風姿花伝」から発達段階に応じた指導を考える
第五章 「稽古」―学習と指導
一、基本動作
二、基本の稽古法
三、応用動作
四、稽古への取組方と方法
五、剣道における形的重要性
第六章 試合について
一、試合(一)―先達の文献から
二、試合(二)―剣道の「術理」

終章 高め合う剣道

一、稽古の意義と心得
二、剣道に関する古今の訓え
三、互いに学び高め合う教育剣道のために

編集・発行 日本武道館

〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3
ホームページhttp://www.nipponbudokan.or.jp

お問い合わせ・ご注文は
日本武道館出版広報課
までどうぞ!

TEL03(3216)5147
FAX03(3216)5158