

# シリーズ 中学校武道

## 授業の充実に向けて 86

### 外部指導員の活用例 剣道

八王子市立鐘水中学校 教諭 稲葉 晃平

本校は、東京都心から約40kmに位置している八王子市の中でも神奈川県に近く、自然に恵まれた環境の中にある中学校である。戸建住宅は学校周辺に増加しているが、山林も多く点在し、風光明媚な地域といえる。

平成10年に全校生徒26名でスタートしたが、開校17年目の本年度は、全校生徒392名まで増加した。生徒は純朴で、地域からも挨拶がきちんとできる生徒という評価を得ている。剣道部も都大会出場の常連となっている。

八王子市教育委員会は、剣道と柔道に関して「広域部活動制度」を制定し、剣道部や柔道部のない中学校の生徒が部活動を体験できるように拠点校を決め、週に数回拠点校に異なる中学校の生徒が集まって技能を高めている。本校も平成22年度までは拠点校であった。

#### 1 外部指導員活用にいたった経緯

開校当初より武道場が設置されており、開校当初には教員で、有段者の顧問もいた。顧問が異動した後、部活動の維持と、より技能を高めるため、生徒たちが通っている地域の剣友会の指導者に外部指導員をお願いすることとなった。

#### 2 用具、場所など

用具については、開校以来、学校予算で年々購入していった。現在では、1クラス分の防具や竹刀がある。授業に先立って専科教員と外部指導員とで剣道具の入念なチェックを行った。その際、用具の簡単な修理方法を教員自身も習得した。体育の授業での剣道指導

は男女別に行うため、体育館と武道場で並行して実施している。この二つの施設は隣接しており、扉一枚を隔てているだけなので、外部指導員は容易に行き来でき、指導を行える。

つのねらいを達成できるように指導する。  
1 点目は、正しい着装の仕方、基本的な礼法とその意義について理解させる。この中で、剣道で使用する特有の用語も併せて理解させる。

2 点目は、剣道特有の足捌きあしはきを使い、力強い踏み込みから面・胴・小手を打つことができるようになる。また、基本を定着させ、引き技や抜き技についても発展的に指導する。

3 点目は、身に付けた技術を使って相手の動きに応じた攻防ができるようにする。

この3点の指導目標のもと、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、関連して高められる体力などを理解させる。さらに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方や礼法を守らせ、禁じ技の周知、また、事前の竹刀点検等、安全には細心の注意を払わせることにも留意する。

剣道は竹刀を使って、「有効打突」を目指して勝敗を競い合う競技である。しかし、本来は殺傷の

#### 3 役割分担

体育科の教員は、ここ数年、専門が剣道ではない教員が続いているが、異動しても指導案を引き継ぎ、授業準備は担当教員が行うようにしている。外部指導員には、最初の授業から技術指導だけでなく、剣道の特性と目標等、心構えに至るまで、専門的な指導をお願いしている。

#### 4 指導の概要

剣道の授業において、大きく3

手段であった剣術から技術の習得や心の修練を目的とした剣道に変化したことに留意させ、それが故に一層、礼儀や作法を忘れず、厳格に行わせることに配慮しなければならない。

中学1年生として剣道を初めて学ぶ生徒たちには、剣道の学習を通して、歴史的意義を理解させるとともに、心身の鍛錬を通じて人格を磨くきっかけを作らせたい。  
(別表1〜3を参照)



竹刀を握っての足捌き

表2 生徒アンケート（1年生男子、平成26年度）

質問項目	生徒の回答（1年生男子 57人）			
剣道の経験	・あり	4人	・なし	53人
はじめる前の印象	・難しい	13人	・痛そう	10人
	・地味	7人	・正座・礼儀	6人
	・怖い	4人	・戦い	4人
	・心を鍛える	4人	・カッコいい	3人
	・声を出す	2人	・楽しそう	2人
	・大変そう	2人		
不安なこと	・怪我	15人	・着装	7人
	・大きな声	5人	・技能面	5人
	・ルールの理解	4人	・なし	21人
後ろ向きでの蝶結び	・できる	45人	・できない	12人
上達したいこと	・面打ち	15人	・技の上達	12人
	・着装	11人	・基礎の動き	7人
	・素振り	5人	・足捌き	4人
	・声出し	3人		

剣道の授業を行う前にアンケートをとり、上記のような結果となった。本校では武道場があり、防具や竹刀なども一人で一つ使える環境にあり、学習環境としては恵まれている。また、上級生や剣道部員の話聞く機会も多い。

しかし、剣道は未経験の生徒がほとんどであり、武具の着装も一人の力でやることは難しいことが予想された。また、「難しい」や「痛い」等の意見が多く、不安に考えている生徒が多いことが見受けられる。また、中には後ろ向きで紐を結ぶことが困難な生徒がおり、その割合としては少ない。

上達したいことの中には、「面打ち」や「技の向上」など、綺麗に技を決めたいと考えている生徒が多い。また、着装等の基礎的な項目での上達を望んでいる生徒もいる。

結果として、剣道の授業に関して、綺麗に一本を取ることを目指している反面、多くの生徒が不安を感じているのが現状である。剣友会等で、多くの小学生から社会人まで指導している外部指導員に生徒の発達段階に応じた指導を期待したい。

表3 着装確認

	年	組	番
面	ひもの位置が後頭部で結べているか	できている	できていない
	結んだ面ひもが左右同じ長さにそろえてあるか	できている	できていない
胴	銅の左右のバランスは良いか	できている	できていない
	肩のひもが強く、正しく結べているか	できている	できていない
	腰ひもが強く、正しく結べているか (縦結びになっていないか)	できている	できていない
垂れ	大たれが前になっているか	できている	できていない
	ひもがしまわっているか	できている	できていない

表1 剣道指導案  
武道（剣道）学習指導計画（案）

平成26年度

1年生 指導計画（全9時間）
<p><b>ねらい1</b> 正しい着装の仕方や礼法について理解することができる。 (教員) (2時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○アンケートの記入、単元の流れをつかむ。</li> <li>○用具の扱い方、使用上の注意を理解する。</li> <li>○礼法の意義や特性を理解する。(左座右起)(立礼、正座、座礼)</li> <li>○剣道具を一人で着装することができる。</li> <li>○蹲踞の姿勢や試合の仕方を理解することができる。</li> <li>○用具の型崩れをしない正しい片付け方を理解することができる。</li> <li>○防具の着装をペアになり、教え合いながら行う。</li> </ul>
<p><b>ねらい2</b> 基底技能を向上させ、力強い踏み込みからの面・胴・小手を打つことができる。 (外部指導員) (4時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○外部指導員の紹介、剣道の特性や目標の確認を行う。</li> <li>○剣道の興りや歴史的背景について理解することができる。</li> <li>○構え方の確認(握り方・構え方・納め方)を行う。</li> <li>○すり足・体の運用・足捌きをかけ声と共にを行い、剣道の独特な動き方に慣れる。</li> <li>○素振り                         <ul style="list-style-type: none"> <li>①前進後退面</li> <li>②全身後退左右面</li> <li>③早素振り</li> </ul> </li> <li>○打突部と打突部位の確認を行い、有効打突の条件を知る。</li> <li>○二人ずつ組んでを行い、元立ちと習技者として交互に打つ。元立ちは相手に適確に打たせることを学ぶ。</li> <li>○基本打ち(気・剣・体、刃筋を意識させる)                         <ul style="list-style-type: none"> <li>①面…脇をしめて打つことを意識させる。脇が空いた状態で面打ちをすると打突が弱くなり、有効打突を取ることができなくなる。</li> <li>②小手…小手のある位置が面よりも低いため、小さく手だけで打つケースが多く、体全体を使った打突にならない。しっかりと振りかぶって、俊敏に打つことを意識させる。</li> <li>③胴…竹刀の握り方や手首の返し方が難しい技であるため、正しい刃筋で打つことを意識させる。また、抜ける際に腰が逃げてしまう生徒がいることも予想されるため、間合いを意識させる。</li> </ul> </li> <li>○基本打ち(元立ちが空けたところに打ち込む。打った後、残心を忘れない)</li> <li>○引き技                         <ul style="list-style-type: none"> <li>①引き面…面、鏝せり合いからの引き面</li> <li>②引き胴…面、鏝せり合いからの引き胴</li> </ul> </li> <li>○抜き技                         <ul style="list-style-type: none"> <li>①面抜き胴…面を打ち込んでくる相手に対して右斜め前に踏み込みながら胴を打つ。</li> <li>②小手抜き面…相手の打ってくる小手に合わせて素早く両手をふり上げて空振りさせ、面を打つ。</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>ねらい3</b> 身に付けた技術を使って、約束稽古をすることができる。 (教員) (3時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○互いがリズム良く打ち込み、動きの中で有効打突を取ることができる。</li> <li>○打ち込み稽古の中で、自分の得意な技を見付けることができる。</li> <li>○防具の着装確認テストを行う。</li> <li>○試合の始め方、終わり方、蹲踞の姿勢の確認テストを行う。</li> <li>○まとめを行う。</li> </ul>

課題と今後の方向性

外部指導員の活用において、時間割を他教科と入れ替えたりし、体育の授業が連続になる等の工夫をする必要がある。実際に組まれている授業のまま行くと、外部指導員に空き時間ができてしまい、再度来校していただく等、負担が増してしまったことは誠に申し訳ない次第である。今後は、教務部と着実な連携を図り、指導員の先生方の時間的負担の軽減が本校にとっての最優先課題である。

本年度、私は、保健体育科の新規採用教員として着任した。届け出済みの教育課程では、第1学年

ず、授業に参加できない生徒が多いため、このような生徒にも着装のコツを指導していただき、対応することができた。柔道を専攻してきた専科教員にとって、剣道については門外漢であることを痛感した一連の授業であったが、生徒の躓きとそれに対する指導助言を目的の当たりやすさで、私自身、保健体育科における剣道指導の資質向上が図れたと自負している。

外部指導員を導入したことにより、剣道を初めて経験する生徒に本物の剣道を見せることができたと。「竹刀は真剣と心得て扱う。相手の人格を尊重する。剣道は礼道だけではなく今ある学校生活も

7  
まとめ

の9時間が「剣道」の授業と設定されていた。別紙指導案(表1)にある「ねらい1」の2時間は自分で行ったが、専門的な知識と技能が必要な「ねらい2」の4時間分を高段者の方に専門的な指導をしていただいたことは、誠に幸いだった。そのため、生徒の習得状況には目を見張るものがあった。

来年度は、本年度教えていただいた仕掛け技や応じ技を使って、最終的には互いに攻防し、有効打突を決めることができる水準にまで到達させたい。

同じである。残心を忘れるべからず。物事は最後の最後までが大切だ」等々、剣道と現代スポーツにギャップを感じていた生徒にも、剣道で学んだことが、今現在の中学校生活のみならず、将来の社会生活でのマナーや心得の基礎・基本に通ずることを銘記させることができた。また、いうまでもなくこのような機会がなければ触れ合うことができない高段者の外部指導員から指導を受けることによつて、基本技術が向上し、「本物の剣道」に触れることができ、剣道の楽しさややりがいを感じてきたという生徒も多かった。さらに、剣道部員が指導員の指示通りに見本演武を見せたことも、効果的だった。

今後も外部指導員の支援をお願いする予定ではあるが、昨年度の反省や課題を解決するために、早めの打ち合わせや、細部にわたる全体指導計画や授業の構成を考える必要がある。学年が上がるごとに技術の上乗せをし、将来的にクラス対抗試合等を授業内で行えるように考えている。

6  
今後の外部指導員活用について

学習について

授業を行った時期が1月であったため、寒い道場での授業となった。そのため初めは、寒い床の上にて裸足で稽古することを忌避する生徒もいた。しかし、武道の本質である自分自身を錬磨すること、我慢や忍耐力を育むことの必要性を高段者ならではの体験を踏まえ、外部指導員に話していただき、生徒も理解できた。寒い道場での授業は、導入時に大変効果的であった。

実際に防具を着装し、初めに行ったのは足捌きである。竹刀を握らずに行つた際には前後左右と俊敏に動くことができたが、竹刀を持

る指導案を検討している。授業においては、外部指導員が指示を出し、着脱の手伝いや蹲踞の姿勢に始まり約束稽古に至るまで、剣道部の生徒を活用している。

また、打ち込みをする際には2人組のペアを組み、基礎的な面・小手・胴を中心に稽古を行った。初めは声が出ず、遠慮がちな生徒が多かったが、2〜3時間目には多くの生徒が声を出し始め、剣道らしい雰囲気のある授業となつてきた。

しかし、少し慣れてきた頃に手首のスナップだけで打ち込む生徒が増え、素振りで行つた型ができなくなつていった。その点も外部指導員の指導で、全ての生徒とまではいかないが、意識して直せる生徒が多くなつた。

1年生の指導では、もともとT1・T2と2人体制で行つているため、外部指導員を導入し、3人体制で授業を行えたことは、生徒にきめ細かな指導ができたといえる。実際に、打ち込みの稽古が始まつた際に、着装がうまくいか



寒い道場に座って剣道の話聞く



防具の着装

5  
外部指導員活用の課題、対策

本校の外部指導員は、現在、元明星大学教授佐尾山秀治氏(教士七段)と夫人の佐尾山柳子氏(錬士七段)に依頼している。本校部活動での外部指導員でもあるため、部活指導の前に来校いただき、体育科の教員と授業におけ

つことよつて、剣道の独特な足捌きは困難なものとなる。上半身と下半身に対応させる能力向上についても、小学生への指導経験もある外部指導員の指導・助言は非常にありがたかつた。

また、打ち込みをする際には2人組のペアを組み、基礎的な面・小手・胴を中心に稽古を行った。初めは声が出ず、遠慮がちな生徒が多かったが、2〜3時間目には多くの生徒が声を出し始め、剣道らしい雰囲気のある授業となつてきた。

しかし、少し慣れてきた頃に手首のスナップだけで打ち込む生徒が増え、素振りで行つた型ができなくなつていった。その点も外部指導員の指導で、全ての生徒とまではいかないが、意識して直せる生徒が多くなつた。

1年生の指導では、もともとT1・T2と2人体制で行つているため、外部指導員を導入し、3人体制で授業を行えたことは、生徒にきめ細かな指導ができたといえる。実際に、打ち込みの稽古が始まつた際に、着装がうまくいか

## 武道の心 伝えたい。

ミツボシは武道を通じて、日本の精神・文化を多くの人々に伝えています。そして、武道発展のため品質の向上、開発に日々たゆまぬ努力を重ねています。

株式会社 ミツボシ

武通用品の総合メーカー

本社 / 〒162-0845 東京都新宿区市谷本村町2番11号 外濠スカイビル9階  
TEL(03)6457-5601 FAX(03)6457-5981

大阪店 TEL(06)6445-6285 仙台店 TEL(022)288-1391 福岡店 TEL(092)474-8411

URL: http://www.mitsuboshi-web.jp e-mail: webmaster@mitsuboshi-web.jp