■シリーズ■ 中学校武道 ―授業の充実に向けて― 114

つまずきをどう克服したか⑦（弓道―手探りの中での授業）

東京都文京区立第三中学校教諭　槻田ちひろ

今回の「中学校武道授業の充実に向けて」では、文京区立第三中学校での弓道授業を執筆させていただきます。

武道が必修化になり、いろいろな課題やつまずきが生じています。

その中で、文京区立第三中学校では、文京区立中学で初めて弓道授業を導入しました。弓道を取り入れた経緯や、生徒が興味を持ち意欲的に取り組めるような授業展開、「自らの課題発見」や、「安全な環境づくり」について紹介いたします。

1 弓道授業の導入

保健体育の授業では、技術や技能の向上を目指したり、記録に挑戦することで、子どもたちの達成感を生み出すことが出来ます。しかし、運動に苦手意識を持っている子どもも少なくはなく、「挑戦してみよう」という気持ちにさせるには時間がかかります。近年、頭と体を連動させるのが苦手な子どもが増えており、本校では特に操作性に低下傾向が見られます。いかに子どもの関心を引きつけられる教材を採用し、主体的に活動できる授業展開を行うのかが例年課題に挙がります。

そんな時、公益財団法人全日本弓道連盟と、公益財団法人日本武道館で作成された「弓道」のリーフレットを本校校長よりいただき、拝見しました。私自身も大学の授業で行ったことがあるのみで、本来の弓道の持つ精神や、由来等を深くは知りませんでした。しかし、より多くの種目を子どもたちにも経験させたいと思い、手探りですが、全日本弓道連盟と東京都弓道連盟の協力を得て、授業に導入することを決めました。

2 武道「弓道」の位置づけ

『弓道指導の手引』では、弓道指導の目標が以下のように記されています。

弓道指導の目標（抜粋）

(1)わが国固有の文化としての伝統的な武道であり、的に対して矢をあてるという他の武道の種目と異なる特性があることを理解する。

(2)定められた作法により、立ち方、坐り方、歩き方、回り方などの基本の動作ができ、射法八節を中心とした技能を身につけるようにする。

(3)弓道に適した段階練習を行い、射法八節の技能を高めるようにする。

(4)基本の動作や射法の技能を生かして、公正に正規の試合や運営ができる態度を養う。

(5)試合における審判は、審判規則を理解し、適格な判定ができるようにする。

(6)学習することにより、個々の長所が伸張できるようにする。

(7)日常生活における礼儀作法や相手の立場を尊重し、集団での協力ができる態度を養成する。

(8)自己の意志力、忍耐力、集中力を養うとともに人格の形成につとめる。

(9)弓道に関する環境整備への関心を高めて、その運営ができることにより、社会生活への奉仕の態度を養成する。

(10)生涯を通して、継続的に、自己の体力にあわせて弓道ができる能力と態度を養い、健康維持、増進につとめる。

(11)弓道が「矢を射る」という特異な技能の構造であることから、安全に対する態度を養成する。

（『弓道指導の手引』日本武道館・全日本弓道連盟、平成4年7月）

また、『弓道授業指導の手引き』（全日本弓道連盟、平成23年11月）によると学年ごとの観点別目標は以下のとおりです。

観点別目標

〈技能〉

1年：楽しく安全な学習と弓道の基本動作を身につけることができるようにする。

2年：弓道の学習を通して、集中力を身につけ、筋力・筋持久力・調整力等の体力向上を図ることができるようにする。

3年：弓道の基本動作を正しく理解し、実践できるようにする。

〈態度〉

1年：弓道の学習の仕方と健康安全に気を配り、協力し合い思いやりの心を育てることができるようにする。

2年：仲間と教え合い、協力して技術の向上に取り組むことができるようにする。

3年：礼儀作法を身につけ、生活の中に活かすことができるようにする。

〈知識、思考・判断〉

1年：弓道の歴史や特性を知り、射法八節を正しく行えるようにする。

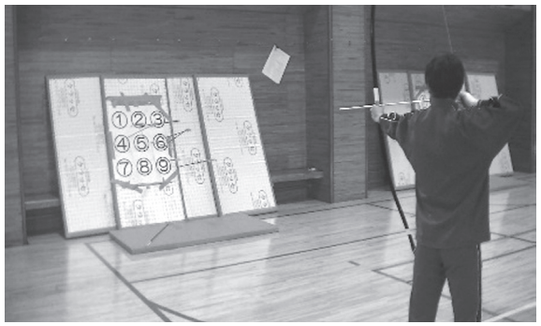
2年：互いに課題を見つけ、解決の方法を学ぶことができるようにする。

3年：ルールを理解し、練習や競技会を進めることができるようにする。

本来であれば、中学校の3年計画を経て身につけさせることが大切です。しかし、本校では、昨年度初めての実施により第3学年のみで実施しました。

3 弓道授業実施に向けて

授業にあたっては、講師の先生方をお招きする前に、弓道に関する事前学習を行いました。生徒の弓道に対する認知度・意欲を測るために行った事前のアンケートでは、「弓道について知っていますか」との問いかけに対して、「矢を的に当てる競技」「武道の一つであることは知っているが、見たこともやったこともない」という生徒が大多数を占めていました。



最終日は的をビンゴ形式にした

授業の様子

そこで、せっかく行うのであれば、少しでも弓道について知り、目標を掲げて取り組んで欲しいと思い、実技の学習カードを用いて、①弓道の成り立ち、②特性、③礼法、④授業への意気込み、を記入させました。それまでも、「楽しそう」「早くやってみたい」という声が上がっていましたが、より一層「何を」「どんな風に」と具体的な取り組みを口にするようになりました。

4 弓道授業の実際

本校には、武道場や柔剣道場といった施設はありません、しかし、全日本弓道連盟の方と打ち合わせて、体育館に畳を立てかけ、弓道的の土台となる安土（あづち）を作って行うこととしました。

授業前には、着替えを済ませた生徒が続々と体育館に入り、外部指導の先生方にご指導いただき、体育館の片側の壁を利用し6カ所で安土の設営準備を行いました。

弓具に関しては、全日本弓道連盟が手配して下さり、女子は胸当てを使用しての授業となりました。

初日。東京都弓道連盟理事長の田口大祐先生をはじめ文京区の7名のお力添えにて実施しました。

まずは正座にて挨拶することから始め、正規の28ｍに的を設置し、演武をしていただきました。ほとんどの生徒が間近で弓道を見学し、矢の飛ぶ速さと的に矢があたる音で驚きと歓声で体育館が湧きました。

2時間目からは、矢を射る際の8つの基本動作となる射法八節を①徒手、②ひも、③ゴム弓を中心に行い、実際に3ｍ、5ｍと距離を延ばしながら指導員のもと、実際に矢を射ていきました。

的は、畳の裏を利用して作った安土に直径1ｍの的の紙を貼り、指導員が各グループに1人ずつ付きっきりで見てくださいました。実施時の第3学年を男女共習でお願いしており、男子30名、女子29名の計59名が対象であったため、6カ所に設置した安土で、約10人のグループごとに行いました。

正規の弽（ゆがけ）の付け方を教えていただくと、それだけで時間がかかってしまいます。そこで、授業では軍手を使用しました。本来であれば、正しい射法八節から矢を射ることが大切だと思いますが、今回はできるだけ弓に触れ、より多い本数の矢を射ることに重きを置いていただきました。

また、日頃の保健体育の授業からタブレットを活用しており、弓道実施時にも活用しました。

タブレットを使用した授業では当初、「追っかけ再生」という、設定された時間後に再生される遅延装置のようなものを活用し、実際自分が矢を射る姿の確認を行いました。姿勢や目線など、客観的に見ないと分からないことに自らの課題を見つけ、次に順番が回ってくるまで、身振りでの練習を行うように声を掛けました。

ある程度弓が引けるようになった頃は、互いに八節からの基本動作、打ち姿を撮影し、「大三」の弓の位置や、「離れ」の手がきちんと伸びているかなど、互いに指摘し、教え合い、基本動作の確認や、技術の向上に意欲的に取り組んでいました。

最終日の5時間目には、的をビンゴ形式にして行いました。各グループで互いに助け合い、ビンゴ達成時には大きな歓声をあげて喜び、大いに盛り上がりを見せてくれました。

5 生徒の感想とこれからの課題

終わってから、生徒に学習カードに感想を記入させました。その感想の中からは、「もっと遠くから的に矢を放ってみたい」「矢を射る前の緊張感が何とも言えない感覚だった」「先生方のおかげで弓道を知ることができて、いい体験をさせてもらいました」「3年間やりたかった」など意欲的なことが多数書かれていました。

しかし、5時間の短い授業の中で、射法八節という基本動作は身につけられたものの、本来の武道の精神等は伝えることができなかったかなと感じます。武道だけではなく、どのスポーツにおいても、礼で始まり礼で終わることをモットーに、次時に行う際、活（い）かしていきたいと思います。

6 終わりに

本校では、男女とも柔道を行ってきました。しかし、今回の授業を通して子どもたちに弓道を体験させられたことは、今後の興味や選択肢に繋（つな）がるきっかけになると実感しました。私自身も弓道に取り組んでみようと思います。

どの種目においても、体を動かすことが苦手な子どもも、記録の更新を目指すことや、技術の上達にも様々な方法があり、始めから「無理」「できない」のではなく、少しずつ「やってみよう」「挑戦してみよう」という考えのもと、授業に参加できる子どもを育てていきたいと思います。

初めてのことで、指導の方法は手探りの中での授業でしたが、全日本弓道連盟、東京都弓道連盟の外部指導員の先生方のお陰で、この授業を行うことができました。

今回の弓道授業は、本来の指導目的には程遠かった部分もあったかと思いますが、本校の弓道授業はここからの始まりとし、今後も弓道授業を継続して実践していこうと思います。

日本武道館発行の単行本

小笠原流の伝書を読む

鎌倉時代から江戸時代にいたる武家礼法で、弓術、弓馬術と結びついた小笠原流。
小笠原家の歴史をその起源から概観し礼法の総論を述べる。

弓馬術礼法小笠原教場三十一世宗家 小笠原清忠 著

四六判・上製・322頁・本体2400円＋税

◎ ご注文・お問い合わせ ◎

日本武道館 月刊「武道」編集部
〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3
TEL 03-3216-5147 FAX 03-3216-5158
http://www.nipponbudokan.or.jp