



正しい動きのイメージ



七中伝統の花笠踊り

■はじめ（1～4時間目）
▽1時間目 1時間目のキーワード「なぎなたを知る」のオリエンテーションでは、なぎなたの歴史・安全な道具の扱い方・授業の約束について確認をした。
なぎなたの取り方、移動する時の持ち方、座る時の置き方については、長ものであるため、けがや事故の原因にならないように指導。道具を大切に安全に扱うなど

▽3時間目 3時間目のキーワード「発声」とは声を出すこと。気迫に満ちた大きな声で打突を呼称する発声「メン」「スネ」と声を出して表すことを指導した。
（指導事項）①発声②中段の構え
↓メン打ち・スネ③継ぎ足
▽4時間目 4時間目のキーワード「体の中心を守る」を意識させ

なぎなたを行うのは、初めての生徒が多いため、毎時間「キーワード」を決めてわかりやすく説明し、つまずきの克服に努めた。また、なぎなた部の生徒がスモールティーチャーとしてグループに入り、細かいところを教えたり、模範演技を行ったりして、ICT教材にはない動きをその場で体感し、完成形をイメージすることができた。

授業の実践

2

道具を大切にすることは、相手に対する思いやりの心が育つ。また、なぎなたのイメージをもつためにDVDを視聴し理解を深めた。
▽2時間目 2時間目のキーワード「礼」とは、人の謙虚な心の表れで、相手を尊重し敬意を示すこと。礼法でしっかりとした正しい姿勢・態度を学び、その場にあった望ましい礼やあいさつは、日常生活にいかされ、相手に感謝することの大切さを指導した。
（指導事項）①座礼・立礼②自然体③中段の構え④送り足
なぎなたの基本となる礼法や所作、動作を行った。初めてなぎなたに触れる生徒たちに周囲との距離感の認知や空間認識を考えた行動を促した。

【つまずきの克服とその1】
つまずき 振り上げや、構えの時に体勢が悪く打突が上手くいかない場面がみられる。
克服 振り上げの時、中心を意識する。軸手と石突きの位置を確認する。
中段の構えから振り上げる動作や八相の構え、脇構えなどは、軸手や石突きの体の中心を守りながら行う動作である。生徒には、振り上げ動作（相手と正対）や八相に構えた時には、軸手や石突きの体の中心を守りながら打突することを意識させる。

生徒の様子

1

山形市立第七中学校は、山形市北部に位置し、生徒数320名と山形市内では中規模の学校である。学校周辺は、豊かな自然に恵まれ、その中で育った生徒は、素直で明るい生徒が多い。部活動も盛んで、今年度はなぎなた部や柔道部、ソフトテニス部の生徒が全国大会に出場している。また、本校

伝統の花笠踊りは、運動会や地域の文化祭などでも披露され、地域の皆さんからも親しまれている。なぎなたを授業で始めたのは、平成30年度（2018）からで、今年度も中学3年生を対象に男女共修で行った。授業前のアンケートでは、「なぎなたに興味がある」75%、「やってみたい」83%、「初めてする」91%など、ほとんどの生徒にとっては初めて取り組む種目であるものの、興味を持っている生徒が多いことがわかった。

山形市立第七中学校教諭 松井 亮子
山形県での中高生へのなぎなたの普及は、第47回国民体育大会（べにばな国体）が開催された1992年以前にさかのぼる。
1986年に山形市内の2校の中学校になぎなた部が設置され、本格的な普及・強化活動が始まった。当初は、部員数も少なかったが、継続的な普及が実を結び、現在では4つの中学校に部活動があり、部員数は86人で（令和元年5月現在）、各校が集まって合同練習会などを定期的に開催している。今年度のインターハイでは、山形県立天童高等学校が、団体で5位になるなど、中高の連携も成果を上げている。
一方、平成24年度（2012）から中学校で武道が必修化されたが、県内でなぎなたを授業で実施している学校は、ごくわずかである。今後、多くの学校がなぎなたを選択し、授業で実施することへの期待を込めて、本校での実践を紹介していきたい。

つまずきをどう克服したか²⁶
（授業になぎなたを選択する学校が増えることを期待して）

シリーズ 中学校武道

授業の充実に向けて

133

武道 ～なぎなた～なぎなた学習ノート

年 組 番 氏名

【学習内容】

1. なぎなたの技ができる楽しさや喜びを味わい、なぎなたの特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解し基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。
2. なぎなたの攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
3. なぎなたの授業に積極的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めることなど意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにする。

【評価規準】

知識 技能	なぎなたの技ができる楽しさや喜びを味わい、なぎなたの特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解し基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。
思考力 判断力 表現力 等	なぎなたの攻防など自己の課題を発見し、基礎的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるようにしたり、自己の課題の発見や解決に向けて考えたりしたことを、他者にわかりやすく伝えられるようにする。
学びに向かう力 人間性 等	なぎなたの授業に積極的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることや一人1人の違いに応じた課題や挑戦を認めることなど意欲を持ち、健康や安全に気を配ることができる

【単元計画】

123			456			78	
ウォーミングアップ			学習カード記入				
【個人技能の確認・習得】			【個人技能の確認・習得】			【個人技能の確認・習得】	
オリエンテーション			受け方の練習をしよう			お互いに高め合い	
礼法・基本的な動作			打ち返しに挑戦しよう(打・受)			打ち返しをしよう	
体さばきの方法を覚えよう			個人・グループの課題練習			打ち返しの発表会	
二段打ち・三段打ちに挑戦			グループの課題発見				
ふりかえり学習カード記入(振り返り・課題の設定)・片づけ							



なぎなた授業の座礼(気持ちを落ち着かせる)



安全面からステージになぎなたを置き、リーダーが渡す

■なか(5～7時間目)

▽5時間目 5時間目のキーワード「間合」とは、相手と自分の距離のことで、自分と相手との距離が近すぎず、遠すぎず、適切な距離で攻防を行うことで、相手との距離を考えることを学び、望ましい人間関係に通じることを理解させる。

(指導事項) ①相対②なぎなたの繰り込み・繰り出し③体さばき④受け方(応じ方)

【つまずきの克服(その2)】

つまずき 受ける動作(応じる動作)がスムーズにできない。なぎなたの操作と足の動き(体さばき)が一致しない。

克服 なぎなたの握り方(手の内)や使い方をそのイメージにあったことばで動かす。

本授業では、「しゅるしゅる」ということばで、なぎなたの繰り込み・繰り出しをさせて、なぎなたの繰り込み・繰り出しの動きがスムーズになったところで、体さばき(さがる・でる)の動作を行った。

▽6時間目 6時間目のキーワード「攻防」とは、相手の動きに合わせて正しい打突部位を打ったり受けたりすること。

(指導事項) ①打ち返し②打ち返しの受け方

【つまずきの克服(その3)】

つまずき 打つ、受けるの2人の動きがうまくいかない。

克服 なぎなた部員に打ち返しをゆつくり、わかりやすく模範演技をしてもらう。

動きのポイントを確認

- ・相手の動きに合わせて動く: 「呼吸」相手とのあうんの呼吸・タイミング
- ・相手から目を離さない: 「着眼」正しい姿勢を保つために相手の動きに対する目の動き
- ・大きな声で発声する: 「発声」気迫に満ち大きな声で打突と同時に言う

▽7時間目 7時間目のキーワード「相手を尊重する」とは基本技の練習や打ち返しの完成度を確認し合う中でお互いがよりよい技を

めざし、お互いに高め合うことや認め合う大切さを学ぶ。日々の生活の中でもお互いの良さを尊重し合うことを学ぶ。

(指導事項) ①打ち返し②打ち返しの受け方③グループでお互いに教え合い、アドバイスをすること

■まとめ(8時間目)

▽8時間目 8時間目のキーワード「平常心」とは人前でなぎなたを行うことで、緊張や動揺を自分の気持ちをコントロールすることを学ぶ。

交替で号令をかけながら、グループで動けるようにする。

(指導事項①) グループで既習技能の打ち返しを行う。

(指導事項②) グループでお互いに打ち返しを試合形式で行い、アドバイスをする。

試合での観点

- ・基本の構えはできているか
- ・相手の目をみて動いているか
- ・大きな声で呼称しているか

■学習ノート・評価シート

▽学習ノート「学習内容」・「評

