

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて

203

「今」の時代の武道授業を追い求めて―― (剣道の魅力を感じてもらえるような剣道授業)

32

が色濃くありました。

1 武道種目導入の経緯、授業をおこなってきた歩み

私は中学校保健体育教員として本採用となり9年目、小学校1年生から始めた剣道も30年目を迎えます。多くの先生方と出会い、剣道を通して学んできたことは、部活動の指導や運営・昇段審査・試合・人間関係や職業選択など……。これらは、学級経営などの基盤となっています。相手と一対一で向き合う武道の特性や、剣道ならではの所作や基本動作、心構えから育まれる「考え方と判断力」は現代のめまぐるしい情報社会を生きる、現代の中学生の成長過程において大きな効果をもたらすと思い、剣道の魅力を感じてもらえるような授業づくりに励んできました。

私は、吉川市立中央中学校に赴任して4年目となります。私が赴任する前から本校では、剣道・柔道が専門の体育科教員が在籍していました。また相撲に関しては地域において実施している学校が多く、まわしが保管されているなど、武道を学ぶ環境が整っています。剣道では、剣道具の数が不足しているため剣道具を使わずに授業を展開しています。

2 授業内容や工夫

規律を徹底し大切にしていく考え方によりも、体育授業の中に、武道の精神にも通じる



体育館を広く使って剣道授業をおこないます

・「自分と相手の変化に気づく」
本校では、剣道の授業を3年間通して学習していきますが、全ての学年で共通の課題があります。それは「自分と相手の変化に気づく」ことです。対人的な攻防の実践ができる環境ではないため、「どこに興味をもたせるか」という部分に授業の軸をおくように気をつけています。そこで剣道の授業では、生徒に配布しているタブレット端末で動きを撮影して「自身の感覚と現実の差を縮めていく」ことに重点をおいています。

そして、大きく分けて次の三つの段階を踏んでいくように授業を進めています。①客観的に自分や相手を見ることで学ぶ、②教師がおこなう見本を動画で撮影し違いを見つける、③自分たちで課題を発見し解決方法を考え実践する。このサイクルをベースとして、限られた時数の中で活動意欲を高める授業を目指しています。

・「なぜ？」
どうして？ という
疑問
をもたせる」

1年生では、剣道の特性理解・

名称の説明・所作・礼儀作法・基本動作・氣劍体の一致を中心におこないます。

特性の理解・名称の説明・所作・礼儀作法については、中学校で初めておこなう武道の授業で興味をもたせるために、実際の剣道具や竹刀・木刀・模擬刀を見せるほか、道着はなぜ右襟が上なのか、袴の折り目の意味である「五倫五常」の考え方、着装時の前下がり後ろ上がりなど、身に着ける物、着け方にも意味があることを学ばせます。また、所作や礼儀作法に関するも、なぜ黙想のときには左手が上なのか、礼の角度にも意味があること、なぜ相手と向き合ったときには目を切らないで礼をするのか、なぜ着座をするときは左足から座り始め、立ち上がるときは右足からなのかなど、一つ一つの動作に意味が込められていることを伝えています。専門用語を用い、生徒の身近にある場面を想定しながら伝える難しさはあります。ですが、意味を考えながらおこなうことで理解が深まり、身につきやすくなります。



タブレットを使って撮影



ペア学習でお互いにアドバイスをし合う



基本動作：構えの学習

・なるべく日常に近づけて理解させる

基本動作に関しては、立礼から蹲踞・構えの作り方・足さばき・素振り・踏み込み伸び面という流れで学習していきます。できるだけ運動に近い動きやイメージができるように、指示を出すことを心掛けています。

まず、構えは力を抑えるために、竹刀と握手をするように握り、竹刀と床が平行になるようにします。足は右足の踵に左足の爪先を合わせて踵を上げ肩幅より狭く開きます。このように形を作り、その場でジャンプをしていく中で、着地したときの足首と膝の緩みを覚えさせます。体に形が馴染んできたら、構えたときに両肩・両肘・手元で野球のホームベース（下向きの五角形）になるようになります。相手から見たときの形と自分の感覚に違和感をもてると「えーっ、ホントに形になつてる?」という生徒の反応が多く上がり変化を知ることができます。正面素振りは、前進後退の

踏み込み伸び面（※打突後の抜けを伝えるための造語）は難易度が高いですが、打突後の「残心」の意味を伝える部分で大きな影響を生徒に与えます。特に「残心!!」と発声させながら取り組ませると、良い反応を見せキビキビとした動きになります。

2年生では、「剣道基本技稽古法」の基本1から基本3までを竹刀でおこないます。掛かり手と受け手に分かれるため、「師弟関係」「合気」「静と動」「緊張感」をどのように表現していくのかを学習のテーマにおいています。「剣道基本技稽古法」の動きについてます。動きを覚えるまでは掛か

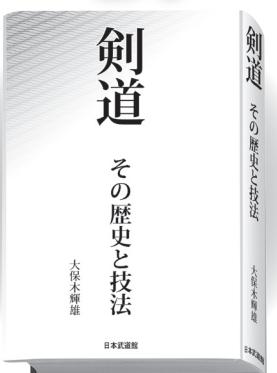
足さばきを入れ、前進のときにペアの竹刀を打ち、後退のときに空間打突をする動きをします。打突時には、①右手は右肩の高さ②左手は胸の高さ③両肘を伸ばして剣先が視界に入れると教え、打突するたびに両肩と手元で三角形をつくるなど、自分の目でも確認ができるようにポイントを伝えます。

好評発売中！

剣道その歴史と技法

埼玉大学名誉教授 大保木輝雄著

剣道の歴史・技法を戦国期から現代まで時代を追ってわかりやすく解説。



四六判・上製・516頁・定価2,640円

◎ ご注文・お問い合わせ ◎

(公財)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
<https://www.nipponbudokan.or.jp>

り手、受け手の動きを一緒におこない、身についてきたところで掛かり手・受け手、受け手・掛け手と全体で動きの確認をしていきます。その後は見本動画をタブレットで撮影してからペア学習となり、複数のペアで練習が広がり、お互いにペアでの形を撮影し合い課題発見や課題解決学習につながっていきます。

3年生では選択授業としておこない、学習内容としては「日本剣道形一本目」のみを竹刀でおこないます。日本剣道形の攻防が展開される部分を中心に、2年生で学習のテーマにした「師弟関係」「合

り手、受け手の動きを一緒におこない、身についてきたところで掛けたり手・受け手、受け手・掛け手と全体で動きの確認をしていきます。その後は見本動画をタブレットで撮影してからペア学習となり、複数のペアで練習が広がり、お互いにペアでの形を撮影し合い課題発見や課題解決学習につながっていきます。

日本剣道形の理合を一つの「物語」として考えて学習していくます。基本的な動作の学習の仕方は2年生と同じになります。ペアでの学習の中で打太刀と仕太刀を決め活動していきます。先に動き出す師匠に呼応するようにして弟子が動く一連の流れを繰り返しおこなうことで合気となり、静寂から動き出し緊張感が生まれます。そういう動きが出てくると自然と周りに人が集まってきて、撮影したり、真似てみたり、話し合う場面も多くなります。

全学年、クラスの授業の最後に

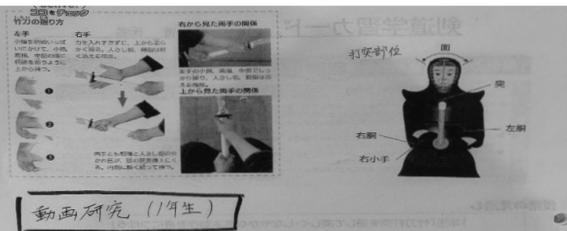
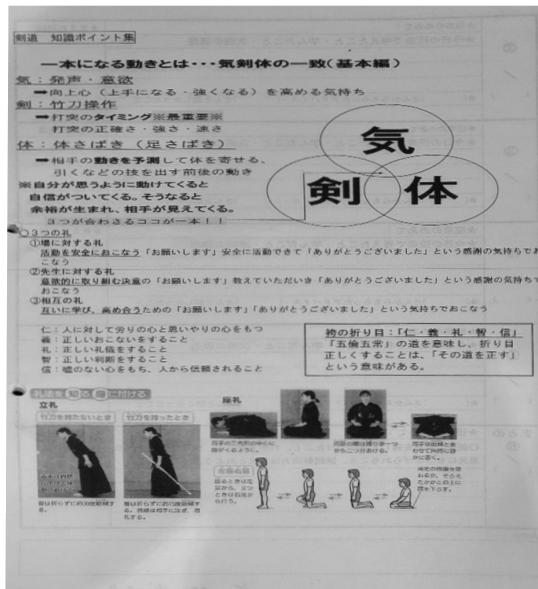
今後の武道授業の展望

3

は実技試験を昇段審査のようにおこないます。私と他の生徒に見られながらの試験は想像以上に緊張するようですが、それも含めて剣道の魅力でありますし、他の単元ではこのような緊張感は味わえません。また、自分の取り組んできたことを「見てもう」という試験への臨み方は、学校生活や進路実現にも通じる部分もあります。

現代において、武道の精神がどのように評価され、受け取られるのかは興味があります。もちろん時代に合わせた部分も必要だと思います。そのうえで、物事には意味があり、順序があり、敬意があり、そして相手がいることを学ばせていただきたいと考えています。簡単に情報が手に入る時代だからこそ、感覚的な楽しさだけではなく、剣道の魅力でもある「理解して成長していく過程」を楽しみ、仲間と成果を認め合う中で生徒が充実感を味わえるような授業にしていきたいと思っています。

学習カードと授業終了後の生徒の声



動画研究 (1年生)



【本研究】



【踏み込み足による正面打と打たせ方】



【基本1 (一本打ちの技)】

動画研究 (2・3年生) 剣道基本技稽古法 (基本1～基本9)

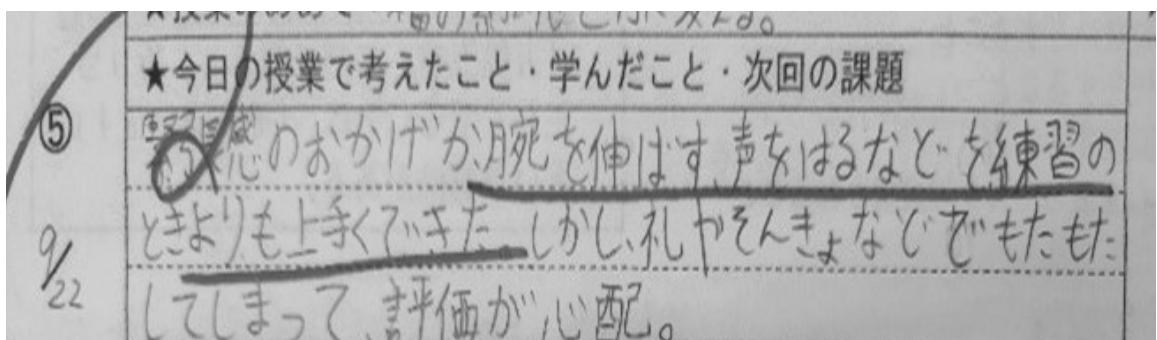
剣道の技のしくみと流れ

有効打



【基本2 (連続攻)】

学習カード



まとめ

★授業のめあて：

○剣道の授業を通して身につけたこと、わかったこと、種目の魅力、次の単元にもつなげられること、課題解決方法をまとめよう。

基本動作を身につける上で礼儀作法(礼、竹刀の置き方など)や素振りでの、腕を伸ばすことや足さばきができるようになら、また、これを「氣剣体」の一到(か)が必要でこれを(なければ)美しい、しなやかにはできないと思った。

生徒の感想