

■シリーズ■

中学校武道

授業の充実に向けて

206

「今」の時代の武道授業を追い求めて

35

(生徒の記憶に残る剣道授業の実践)

埼玉県坂戸市立若宮中学校 教諭 猿橋陽介

私は、武道（剣道）に出会い、自分の人生を豊かにすることができました。保健体育授業の中で、剣道を取り入れ、生徒たちに武道の良さを体験してもらいたいと考えています。武道の魅力は「心・技・体」をバランス良く鍛えられる点にあります。具体的には、礼儀作法や忍耐力といった精神面、体力向上といった身体面、そして瞬時の状況判断力や集中力といった思考面など、人間力全体を高められることが大きな魅力です。また、日本の伝統文化を体験し、剣道という「相手を尊重する」文化に触れることも、教育的な観点から非常に魅力的と言えます。以上のことを踏まえ、剣道授業を紹介したいと思います。

本校の特徴

1

清流高麗川を望む坂戸市西部の丘の上に位置し、豊かな自然環境に囲まれるとともに、万葉集にも歌われる大家が原、伝統芸能の西くどぎ・北浅羽の獅子舞などの歴史的・文化的環境にも恵まれた場所に立地しています。本校は全校生徒約600名の大規模校です。伝統ある地域と新しく住宅地として開発された地域とがあり、加えて通学域自体が広く、多様に富ん

2

剣道授業の現状と課題について

だ学区となっています。そのため、多様な背景を持つ生徒が共に過ごしており、お互いに影響を与え合い、それぞれの学びを深めています。この特色を生かすとともに、小中学校の連携や、地域の支援のもと、教育活動がより良いものになるよう、授業改善に努めています。

本校には武道場があり、剣道の授業を展開しています。武道場が



マジックテープを使用した面
写真提供：アズコミュニケーションズ



マジックテープを使用した垂れ
写真提供：アズコミュニケーションズ

ある学校や、専門の教員がいる地域では剣道授業が積極的に行われており、設備がない学校では「ダンス」や他の武道に流れる傾向があります。本校でも、諸事情により2クラスで展開する時は、武道場ではなく、体育館で行っています。

がなく実施に向け課題となっています。二つ目は、剣道授業の実施時期の制約です。近年は夏の酷暑により、武道場にエアコンがない学校では、熱中症のリスクを避けるために実施時期を秋～冬にずらす、あるいは授業時間を短縮するなどの工夫が必須となっています。三つ目は、未経験者への配慮です。部活動で活動する生徒と、授業で初めて竹刀を握る生徒の差

が大きく、全員が楽しめる「安全で楽しい剣道」へのカリキュラム調整が求められます。

3

授業準備

(1) 生徒の実態を把握
剣道部員以外の生徒で剣道に触れたことがある生徒は非常に少なく、剣道を知っている生徒は「アニメ」「テレビ」「家族に剣道経験者がいる」など実体験をとまわらないものでした。そのため、まずは生徒の声に耳を傾けて、剣道の授業を展開したいと考えました。実際に生徒の剣道に対するイメージを聞いたところ「刀みたいでカッコいい」「礼儀が学べる」「痛い」などの声が上がりました。また、やってみたいことは「打ちたい」「切りたい」などの声が聞かれました。私自身、礼儀作法に時間をかけることが多かったため、生徒の興味関心が高まる授業が展開できるように生徒の実態に合わせた工夫をしています。

(2) レンタル防具の活用
以前は、防具や竹刀の用意ができず、柔道やダンスの授業を行っていました。剣道関係者からレンタル防具があると聞き、剣道授業で活用することを決めました。レンタル防具には多くのメリットがあると感じています。竹刀については1人1本レンタルし、竹刀が破損してしまった場合にも予備の竹刀があるため交換できます。面

と垂れば、紐ひもではなくマジックテープで固定するため、防具の着脱に時間がかかる課題が解消できました。小手と胴については通常のもので、初心者の着脱時間に15分くらいかかっていましたがレンタル防具にしたことで、着脱時間を約5分に短縮できました。

4 授業実践

剣道の授業では、1時間目に剣道の特性や歴史・礼儀作法に触れます。説明する時間だけではつまらないため、教師が実際に稽古をする姿を見せることで、興味関



簡易的な胴のつけ方

心が湧くようにしました。2時間目以降については、本校は、レンタル防具を活用しているため、つけ方の指導が短時間で終わりました。さらに防具の着脱を2人1組で行わせることで、1人でつけるよりも早く防具をつけることができました。手ぬぐいをつける指導は時間短縮のため、プールで使う水泳キャップを活用しました。水泳キャップはズレることがなく、着用も簡単で時間短縮にもなりました。

次に足さばきと素振りを行います。足さばきは剣道独特の右足前、左足後ろの形を教えて、すぐに前後の足さばきを教えます。素振りは空間打突のため、生徒にとって非常に難しいです。そのため、生徒には竹刀の持ち方と正面打ちを中心に指導しています。竹刀の持ち方は、「傘を持つように握る」と教えています。生徒にとつて傘は身近な物なので、すぐできるようになります。また、正面の素振りは、「左手の親指の付け根を鼻・おでこに近づけて振る」と「竹刀の角度は45度」と指

導しています。その理由は、振り方のポイントを言語化しないと生徒は振り返ることができないからです。次に、基礎・基本を習得させた上で、「新聞切り」という稽古を行います。新聞切りとは、新聞紙を2人で持ち、1人が新聞紙を竹刀で切る稽古です。4人1組でグループを構成させ、2人が新聞紙を持ち、新聞紙を切る人、新聞紙を切る人を見る人と役割分担させました。この稽古を行うことで、打突の正確さや強さを確認することができ、普段の基本打ちとは違い、実際に「切れるかどうか」という結果が目に見えるため、とても緊張感があり、まっすぐ切れた時には大歓声が上がります。生徒たちは楽しく活動をしていました。次に面をつけての練習を行います。面をつけての練習は、2人1組で活動させます。内容は、面・小手・胴の3種類です。小手は相手の手首の部分に打突します。正確に打つことがポイントです。面は、相手の頭の部分を打ち、まっすぐ大きく振りかぶり、「面！」と大きな声を出し



2人一組で防具の着脱を行う



4人一組で行う新聞切り



2人一組の面をつけての練習

て打突します。胴は、相手のわき腹の部分を打ち、少し体をひねりながら、横に打突させます。以上のポイントを教えて、防具をつけた授業を行っています。

生徒の感想

5

「素振りには思っていたより腕が疲れましたが、回数を重ねるうちにだんだんと振りが速くなり、音も大きくなってきたうれしかったです。みんなで声を出しながら練習すると、気持ちも前向きになり、集中することができました」 「中学校に入って初めて剣道の授業を受けました。最初は竹刀の持ち方や構え方も分からず、不安な気持ちがありました。しかし、先生に基本から丁寧に教えてもらい、少しずつできるようになってきました」 「授業で初めて防具をつけたとき、その重さと視野の狭さに驚きました。授業の最初に黙想をすると、騒がしかった心が静まるのを感じました。今まではただ『怖

最後に

6

武道授業が必修となつて10年以上経ちました。授業で剣道がやりやすく展開されるためには、さまざまな課題をクリアしなければなりませんと思います。本稿ではレンタル防具について、生徒にも教員にも扱いやすいことを紹介しました。課題解決の参考にしていただければと思います。今後も他校の先生方ともつながり、教員の指導力の向上を目指し、学んだ知識を授業で実践できるよう努めていきたいです。

本校の取り組みから剣道の良さを理解していただき、剣道授業をやってみたいという学校が増えることを心から願っております。