

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて

184

——「今」の時代の武道授業を追い求めて——
(遊びの要素を取り入れて生徒に興味をひかせる銃剣道授業)

鳥取県立武道館 瀬尾 憲次

私は平成17年に自衛隊を定年退職後、鳥取県立武道館に勤務して現在まで銃剣道教室を担当しております。米子北斗中学校（鳥取県米子市）での銃剣道授業は、今年で6年目になります。同中学校は私が初めて少年指導を担当した時の子どもたちが通っていた学校です。今から27年前、わずか3名の生徒を指導したのが始まりでした。

それから約10年間にわたり鳥取県立武道館の銃剣道教室で指導し、国体に2回出場させた経験があります。その後は空白の期間が続いておりましたが、中学校武道必修化となり、米子北斗中学

1 多様化する時代への対応

目まぐるしく変化し多様化した現代においては、インターネット、SNSなどの普及により小学生からタブレット端末を使用して

授業を実施するようになりました。デジタル化の進んだ時代では、Z世代と言われる若者への教育は以前のような押し付け一辺倒では敬遠されると思われます。しかしながら、今も昔もコミュニケ

ーションが大事なことに変わりないと思います。よって、授業では言葉遣いに注意を払いながら体全体を使った表現方法が最善と思いい、自分流の銃剣道授業を実践しようと考え、全日本銃剣道連盟が作成した冊子およびDVDなどを参考に授業を始めることにしました。

なお、授業には木銃のみを使用してその他の用具は不要です。しかも突き技のみで極めてシンプルで教えやすく、学びやすいという利点があります。このことから、生徒も取り組みやすく、覚えやす



腰割り



股割り



倒立腕立て伏せ

校へ授業実施を願い出て、平成30年度に銃剣道授業を実施する運びになったのです。そして、このような経緯を経て昨年から中学2年生を、今年から高校1年生の授業を実施しております。

担当体育科教員の方は剣道を必修とされておりましたが、他の武道から学んで「違いを楽しもう」という視野の広い教師でした。このように人にも職場にも恵まれた環境だからこそ銃剣道授業が実現したものと思っています。本稿では、米子北斗中学校の銃剣道授業を紹介します。

く、かつ楽しく学ぶことができるものと思っております。また、安全面にも配慮していますが、我が国の少ない競技ですから安心して授業ができます。そして、私が長年にわたり鳥取県立武道館の銃剣道教室で実施している指導法の一部も授業に取り入れている状況です。

以下、拙い授業ではありますが紹介させていただきます。

2 自分流の銃剣道 授業の実践

最初に、銃剣道の歴史と特性についての講義では、銃剣道がいつの時代に導入されたものかを説明します。武道の歴史を話すことで生徒が興味を持ってくれて、モチベーションも上がると思います。

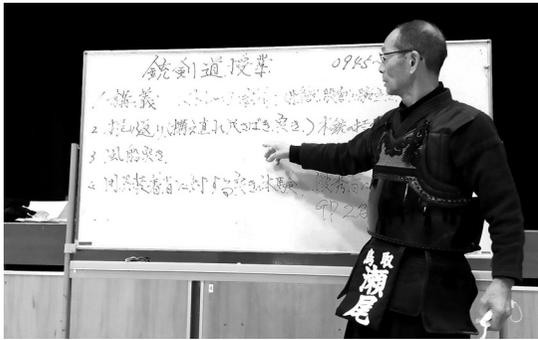
反応はそれぞれで不思議そうにしている生徒もいますし、質問をする生徒もいます。次に木銃の取り扱い方では、硬くて結構重いのので間違っても振り回すことのないようにと注意点を挙げます。たまにですが、何げなく人に木銃を向ける生徒もいますので気をつけなければなりません。

次に、礼法です。武道は「礼に始まり礼に終わる」ことを強調しますが、これについては剣道の授業で教わっていますので、一通りの動作で終わります。

その次は実技で、準備体操に入ります。先に私の独特なやり方のストレッチで、腰割り・股割り・



木銃を真っすぐ突き出すように指導



初めに学習内容の説明をする筆者



用具装着者に対する突き体験

腕立て伏せ・倒立腕立て伏せなどを見せてから通常の準備体操を始めます。

「独特なやり方のストレッチ」は私の努力自慢や自己顕示ではなく、継続することの大切さを理解させること、物事は土台となる基本が堅固であることが重要であること、そしてそのためには基本となる足腰を徹底して鍛えることが必要だということを、授業の冒頭で生徒への掴みのひとつとして実施しております。これは案外食いつきがよいです。

今の時代、武道のイメージを一新したいという思いで、工夫した一例であります。

どうすれば、「楽しいというイメージ」を持たせることができるか、そして「面白い」「カッコいい」と生徒に思われるかが不可欠だと思っております。その結果、銃剣道を好きになり、興味を持つことにつながればと思います。このことから、「風船突き」「新聞突き」など遊びの要素は必ず取り入れておきます。もちろん、安全第一を優先した授業ですが緊張感を持たせ

ることも必要ですから、その点は気を使います。

次に基本技について、「構え」「直れ」「足さばき」「突き」の順に指導します。

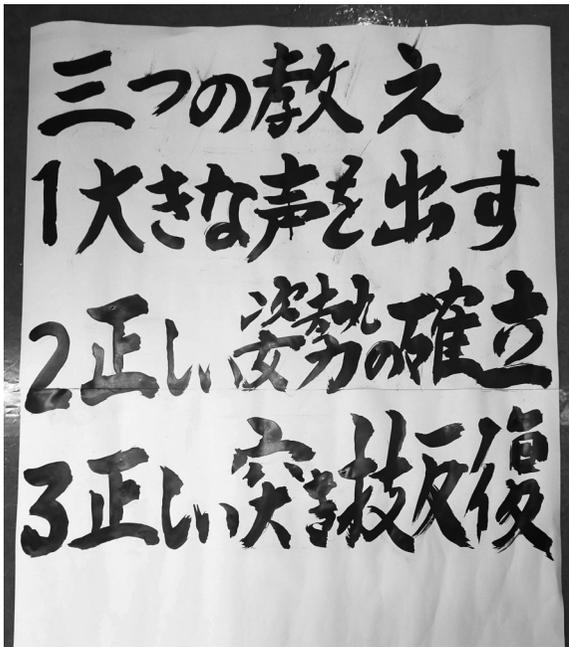
「構え」は、銃剣道の基本姿勢ですから丁寧に反復して教えます。

動作はすべて2動作で正しく行うことを強調しつつ、木銃の握りを左手と右手の握りの違いの理由を説明しながら動作を展示します。事後「足さばき」を実施します。足さばきについては、姿勢を崩すことなく移動することを強調します。

そして、最も大事な「突き」の動作では、右手が左胸下方、左手が胸の高さになるように木銃を真っすぐに突き出すこと、突き出した木銃が床と平行になることを強調します。なお、手で突くのではなく、姿勢を崩すことなく腰から突くことが大事であること、また、上半身が前傾にならないように注意します。さらに、突いたら抜いて構えに戻ることで一連の動作になることを指導します。しかしながら木銃を持つ際に大半の生

指導計画の一例

銃剣道指導計画		担当者	瀬尾 憲次	科目	銃 剣 道
目 的	中学校武道必修化の充実と銃剣道の普及振興に資する。			実 施 日	3月4日・5日・7日
重視事項	1 礼法の徹底			場 所	米子北斗中体育館
	2 正しい姿勢の確立			対 象 者	中学1年生 39名
	3 正しい突き技の反復			教育特性	全員が未経験者
時間計画 及び 実施内容	3月4日	11:55	学習内容の説明 銃剣道の歴史・特性 礼法 木銃の扱い方 構え・直れ・足さばき・突き方		12:45 講評
	3月5日	9:55	振り返り（構え・直れ・足さばき・突き方） 用具装着者に対する突き体験		10:45 講評
	3月7日	13:20	振り返り（構え・直れ・足さばき・突き方） 目標物を突く		14:10 講評
実施要領	<p>1 実技実施時の要領</p> <p>各クラス2列で並び前の列の間で実施する</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>2 説明時の要領</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>● ● 指導者及び模範展示者</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p>				
安全管理	<p>1 生徒の体調チェック</p> <p>2 体育館の床面の点検・清掃</p> <p>3 木銃の取り扱い方</p>				
所 見	別 示				



鳥取県立武道館・銃剣道教室での三つの教え

徒は、下から握って肘を伸ばし同時に膝も伸びているので、動きが円滑にならない状況が見られます。また、握る手も小指を伸ばしてコップを持つ感じになるので強い握りができません。普段の生活では握るといふ行為があまりないようで、力の弱い生徒が多いのも見受けられました。

次に「用具装着者に対する突き体験」です。これは大半の生徒が左手で突きますから突き上げ傾向にあります。また、突き部位を見て突きますから、目線が下がり、姿勢が前傾します。ここでは背筋を伸ばすことの大切さを指導します。

以上がかいつまんでの指導内容になりますが、遊びの要素を取り入れた「新聞突き」「風船突き」「ボール突き」などのゲームについては授業3コマの中に取り入れて実施しており、生徒からは好評です。

また、私の指導する鳥取県立武道館の銃剣道教室では次の三つの教えを掲げています。

一つ目は「大きな声を出す」、二つ目が「正しい姿勢の確立」、三つ目が「正しい突き技の反復」です。説明してなぜそうする必要があるのであるかを生徒に納得させます。

しかし授業では時間的に余裕がなく、駆け足授業になる関係で詳細の説明は割愛し、強調したい箇所については反復して説明します。

もともと上手くできた生徒は全員の前で紹介し、表彰していただきますが結構生徒も楽しみにしていますので毎回実施しています。

以上が3コマ分の授業の概要です。失敗と反省の繰り返しではありますが懸命に取り組んでおります。

3 まとめ

米子北斗中学校での授業も6年目になりました。

体育教師との授業の調整については、生徒の皆さんともコミュニケーションが取れますのでやりやすい面がありますが、気を付けなければならぬのは馴れ合いからくる怪我などの不測事態です。気配りしながら緊張感を持って実施したいと思っています。

いまだ目指す理想には程遠いかも知れませんが、「ひと手間」「ひと工夫」「即実行」を念頭に、「分かりやすく」「面白い」授業にすること、そして褒めることを忘れないようにすることが大切ではないかと考えます。そして、「知らないことを知ること」の楽しさ、「できなかったことができるようになる」感激で、より一層の向学心が芽生えるものと思います。

そうならば楽しんで武道授業に取り組んでもらえそうな気がしております。

最終的には、生徒の皆さんの「身の健やかな成長」につながり、「仲間との輪」が広がり、やりがいをもたらし、助長するなどの効果をもたらすことができたら願っております。