

■シリーズ■ 中学校武道

授業の充実に向けて 186

——「今」の時代の武道授業を追い求めて—— 15
(日本の伝統的な運動文化と技ができる楽しさや喜びを味わう剣道授業)

江戸川区立東葛西中学校 教諭 山寄龍一

私は小学校1年生から剣道を始め、体育大学では剣道を専門に学んだ。そして、東京都で教員に正規採用されるまでも講師として剣道の授業を受け持ち、現在も武道の授業では剣道を行って

いる。今まで、剣道具を全く使用しない授業、面を含めてすべての剣道具を着けて試合を行うなど試行錯誤をしながら取り組んできた。

今回は、実際の授業で大切にしていることやさまざまな研修で学んだことを踏まえた剣道授業の内容を紹介したいと思う。

はじめに

昨年度、東京都学校剣道連盟の推薦を受け、「令和五年度全国剣道指導者講習会」を受講した。その内容はとても充実しており、すぐに授業で取り入れることのできるものであった。講習会の中で、「中学校における剣道の授業の現状は、1・2年生の実施は33%前後である。一方で3年生は19%と下がっている。それは武道と球技の選択であるためだ。そのため、

魅力ある剣道の授業を展開していくことが重要である」と話があった。私には、講師の先生の「ライバルは球技」との言葉が特に心に残っている。剣道を長年学び、指導している立場として、より一層使命感が強くなった。そして、剣道を行う上で大切な歴史や特性を改めて学ぶことができた。生徒が育むべき惻隱そくいんの情を指導しながら、授業を楽しく感じ・好きにさせるための新たな武道的要素を培う遊びも知ることができた。

また、令和元年には、山形県で行われた「保健体育指導力向上研修」に参加させていただいた。一

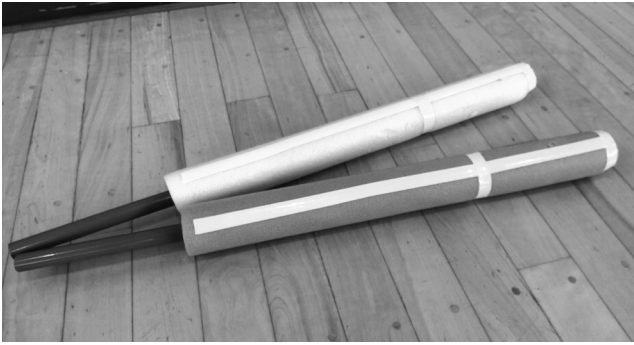


写真1 痛く竹刀

番驚いたことは、竹刀の代用としてスポンジスティックを塩ビパイプに刺した教具を紹介されたことだった。さらに、胴紐(み)（上）を結ぶときに講師の先生から「後ろで結ぶのは素人の中学生には難しい。見えるように前でそれぞれの紐を結ぶのであれば、靴紐を結べる生徒であれば誰でもできる」と教えてもらった。そして、面を着ける代わりにヘルメットをかぶり、目を保護するためにゴーグル

を着ける。先ほど紹介したスポンジスティックを使用した「痛く竹刀」(写真1)と名付けられた竹刀の代用品を使えば安全性に問題はないと教えてもらった。今までの授業では、「胴紐を結ぶ胸乳革に片方ずつ結ぶか後ろでそれぞれの紐を結ぶ」「打突を受ける時は面を着ける」という先入観があった。しかし、この体験で「剣道の授業は剣道具を着けて竹刀を使っているもの」という先入観はなくなり、どの学校でも剣道の授業ができるという可能性を大きく感じた。

2 中学校武道必修化の経緯を大切にしたい授業展開

平成18年に約60年ぶりに改正された教育基本法では、教育の目標として「伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできた我が国と郷土を愛するとともに、他国を尊重し、国際社会の平和と発展に寄与する態度を養うこと」が新たに規定された。

その後、平成20年の中央教育審議会答申で、体育科の課題の一つとして「学習体験のないまま領域を選択しているのではないか」との指摘があり、「武道については、その学習を通じて我が国固有の伝統と文化に、より一層触れることができるよう指導の在り方を改善」することが示された。これを受け、中学校学習指導要領では武道を含めたすべての領域が必修となり、武道が「伝統と文化を尊重し……」と謳(うた)う改正教育基本法の教育の目標を実現する役割を担うことになった。

私は、指導する上で「日本の伝統と文化を次世代に伝える」ということを重視している。そのため、最初の授業で時間をかけて武道について講話をしているが、以下がその内容である。

「武」という漢字は「戈」と「止」からできている。

「戈」は矛(ほこ)を示し、両刃(もうは)の剣に長い柄(えい)をつけた武器を意味している。「止」は足跡(あしあと)を表していて、「止

まる」と「進む」両方の意味で使われる。このことから「武」は、「矛を止める」＝「争いを止める」と言う説と、「矛を持って進む」＝「抵抗にさからって切り進む・勇壮に歩く」という二つの説がある。

・陰と陽の考え方↓「あの人は陰気な人」だとか、「陽気な人」だとか言ってる人の性格を表すときにも使われる。

陰の例…日陰、地、下、北、青、偶数、裏、死、体の右側 など

陽の例…日向、天、上、南、赤、奇数、表、生、体の左側 など

・袴(はかま)の襷(ひだ)は右が偶数の2本で左が奇数の3本、合計は5本である。 ↓儒教の「五常」を表すと言われている。

「仁」…思いやり、自分に厳しく、人に優しく

「義」…正しい道筋を通し、人としての道を踏み外さない

「礼」…礼儀作法や、社会のきまりを守ること

「智」…正しい判断力・知恵 「信」…信頼、誠実、嘘(うそ)を言わない

い、信じる心

みんな(生徒)は袴を穿^はかないが、五常を意識して取り組むことが必要である。

(1)「剣の理法の修練による人間形成」【全日本剣道連盟】より

・理念「剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である」

・修練の心構え「剣道を正しく真剣に学び、心身を錬磨して旺盛なる気力を養い、剣道の特性を通じて礼節をとうとび、信義を重んじ誠を尽して、常に自己の修養に努め、以って国家社会を愛して、広く人類の平和繁栄に寄与せんとするものである」

(2)相手を尊重する態度を養う

一つの技を練習するにも仲間が必要である。目的達成のためには、一緒に授業を受けている友達が同じ気持ちでいることが大切である。同じ気持ちでいるからこそ互いに協力し助け合うことができ。それぞれ人としての違いを認め合いながら、相手を尊重し、目的達成をみんなで目指すことで、真の友情関係が生まれけると考^ええる。

(3)伝統的な考え方を学ぶ

剣道の試合は「礼に始まり、礼を持って行い、礼に終わる」という考えを大切に。武道では試合の勝敗を目指すだけでなく、日頃の修練を通して礼法を身に付け、人として望ましい自己形成を重視する。剣道の試合で、一本を取ってガッツポーズをしたら、その一本は無効となる。これは礼儀に反する。「打つて反省、打たれて感謝」。相手を尊重し、打たれたら隙があるところを教えてくれたというように考えで試合を終える。

以上が生徒に講話している内容である。剣道では礼法を大切に座をさせ、黙想をさせて、「先生に礼」「お互いに礼」と号令をかけさせている。今の中学生は家で正座することがほとんどなく、長時間の正座はできない。そのため、礼が終わったら足を崩させるが、その際は、あえて体育座り^あをさせず、「失礼します」と言っ^てて胡坐^あを組まさせている。生徒に

は「時代劇ドラマで体育座りをしている武士を見たことないよね？

江戸時代は胡坐を組んで座っていました」と話す。そして、その方が無駄な動きをせずともすぐに刀を抜くことができると説明している。他種目を授業で行うときは作法や競技の精神性は重視せず、技術面に重きを置いて指導している。しかし、剣道の授業に関しては、心の面を重視して指導するよう心掛けている。

他種目を行っている生徒に「剣道の試合では、ガッツポーズをする」と一本が取り消される」ということを伝えると一番驚いている。それを見るだけでも剣道の精神性が伝わっていると強く感じる。

3 単元指導計画と主な学習活動

◆単元の目標

(1)技ができる楽しさや喜びを味わい、相手の動きに応じた基本動作から基本となる技で、打ったり受けたたりすることができる。

(2)武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守り、分担した役割を果たそうとすることや、禁止技は使わないなど、健康・安全に気を配ることができる。

(3)武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた、運動の取り組み方を工夫できる。

◆指導における自分の考え方――

この単元(題材)の扱いについて
武道は、武技や武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わう運動である。剣道を教える上で最も重要だと思うことは「刀(竹刀)」の扱い方である。それが他の武道とは大きく異なる場所なので、竹刀の持ち方や扱い方に関しては繰り返し指導を行っている。また、剣道具を着け、簡単な試合を行おうとした場合、通年で武道授業を行

単元指導計画 (11 時間)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
オリエンテーション (ねらい、学習の進め方、礼法)	基本動作の姿勢 (自然体、体さばき) 【送り足・歩み足】 構えと目付け 【中段・上段・解き方】	基本動作の構え方と納め方 面の打たせ方と受け方 (納め方・号令)	垂と胴の着け方確認	基本動作の面打ち復習、小手・胴の打ち方と受け方	基本動作の蹲踞 <small>すまみ</small> を伴った構え方と納め方 (蹲踞) 一本打ちの技に準じた素振り (面・小手・胴) 新聞切りと新聞 (丸めたもの) 打ち	対人で一本打ちの技練習 ICT活用 【基本1】 (面)	対人で一本打ちの技練習 ICT活用 【基本1】 (小手・胴)	対人で一本打ちの技練習 ICT活用 【基本1】 (小手・胴)	基本1テスト	基本5と基本8の技練習



▲基本1 胴打ちの撮影



◀剣道具を着用しての基本8面返し胴



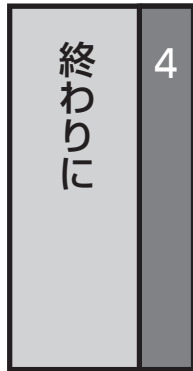
撮影内容の確認

つてもイメージする剣道に到達することは困難に感じる。そのため現在では、基本1（面・小手を止め・胴打ち）ができることを単元のねらいとした。そして、発展的な内容として、基本技稽古法の基本5の面抜き胴と、基本8の面返し胴を最後のまとめとして行っている。

◆指導の工夫

①共通学習で行う場面とグループ学習の形態で行う場面を考え、生徒が主体的にねらいを達成できるように、教師の働きかけをきめ細かくする。

授業で毎回うまくいくことはない。だからこそ、工夫とよいことを取り入れることを心がけている。今回の内容が剣道授業をする参考になれば幸いである。



くする。グループ学習ではタブレット端末を活用し、自身の動きを分析する。

②おおむね満足できる状況を示し、自己評価できるようにする。

③居合刀を使い、竹刀は刀であるという概念持たせ、刃筋や振り方の確認を行う。

◆単元指導計画（11時間）
〈別表参照〉

衛生面と指導時間を考え、面と小手は着けずに単元を構成している。基本技稽古法を竹刀を使って行うことで、剣道の正しい技能を身に付けることができ、垂と胴を着ければ竹刀で相手を打つことができるので、生徒はとて満足して授業を受けている。

日本武道館の単行本



剣道の文化誌 明治大学教授 長尾 進 著
四六判・上製・480項・定価2,640円

本書では剣道の持つ文化としての多様な面を、時代を追いながら、わかりやすく紹介する。剣道を愛好する方には剣道を改めて見直すきっかけとして、剣道をあまりご存知ない方には剣道という日本文化の成り立ちを知るガイドとして、ぜひ一読を。



剣道 その歴史と技法 埼玉大学名誉教授 大保木輝雄 著
四六判・上製・516頁・定価2,640円

本書は戦国末期から江戸時代初期を起点に、今日に至るまでの剣道の歴史的發展の経緯を示した。戦国期以前の剣術の有り様を認識した上で改めて各時代の流れに沿った剣道史を考えてみたいという筆者の思いを実現すべく、連載終了後5年のときを待てついに単行本化。



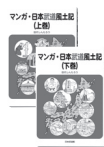
合気道 その歴史と技法 合気道道主 植芝守央 著
四六判・上製・362項・定価2,640円

世界140の国と地域、国内2,400の道場・団体が愛好される合気道。附祖・植芝盛平翁の生涯、植芝吉祥丸二代道主による普及・振興、さらなる発展に繋げた現道主による取り組み。その歴史の中で培われ伝え続けてこられた合気道の理念、それを体現する稽古法、基本的な技法の解説……合気道の全てを網羅した決定版。



空手道 その歴史と技法 小山正辰・和田光二・嘉手刈徹 著
四六判・上製・548項・定価2,640円

空手は沖縄で発祥し、日本本土に伝承され、今や世界のKARATEとなった。その歴史と技法を、那覇系剛柔流の小山正辰氏、首里系松濤館の和田光二氏、沖縄空手研究の第一人者である嘉手刈徹氏の共同執筆で体系的に紐解く。嘉手刈氏が発見した剛柔流の開祖・宮城長順の最新の事実、小山・和田の両世界チャンピオンのエピソードなども満載。空手の真髄に迫る白眉の一冊。



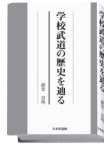
マンガ・日本武道風土記 漫画家・別府大学客員教授 田代しんたろう 著
B5判・248項・定価1,100円

全国の「武道ゆかりの地」を実際に訪ねて、ペンとスケッチブックを片手に徹底取材。地元関係者や施設長の学芸員とのやりとり、その土地の成り立ちをわかりやすくマンガで紹介。多数の資料をもとに丹念に描いた当時の風景も魅力の一つ。マンガの世界で日本各地をめぐる。ぜひ一読を。



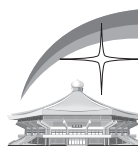
死ぬまで弓道 弓道教士七段 小牧佳世 著
四六判・上製・342頁・定価2,640円

競技中に急性大動脈解離に倒れた筆者は奇跡的な生還を果たす。その8カ月後に弓道を再開し、わずか2年後に皇后盃で十射皆中、優勝を果たした。本書では激動の自信を記し、弓のあり方や「早気」など弓道家の誰もが陥る課題などを模索する。死の淵を覗き、現在も全身全霊で弓を引き続ける筆者だからこそ記せた弓道伝記かつエッセイ。



学校武道の歴史を辿る 筑波大学名誉教授 藤堂良明 著
四六判・上製・354項・定価2,640円

明治維新を迎え、武術は衰退したが、近代化の過程で武道が「人間形成の道」として学校制度の中に組み込まれ、発展した。太平洋戦争後に武道は全面禁止となるが、それを乗り越え、「格技」として復活。平成24年度には「中学校武道必修化」が実現した。学校武道の歴史を丹念に辿り、今後のあり方を探る。



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>