

相手との攻防を工夫する剣道の授業

岡本昌規・合田大輔・高田光代・藤本隆弘・三宅理子・三宅幸信

剣道の授業は、生徒にとって、防具の取り扱い、寒さ、痛さなど学習意欲を低下させる要因が多く、指導に大きな工夫の必要な教材の一つである。剣道の大きな魅力は、「打突の機会（隙）をめぐる相手との攻防」である。この「相手との攻防」を学習の中心においてグループ学習をすることで剣道に意欲的に取り組める授業をめざした。グループ内で攻防を工夫する自主的な学習活動の時間を設定したことやグループでの対抗戦は、グループ活動を活性化させ、生徒は課題解決に向けて積極的に学習活動を行った。「打突の機会（隙）をめぐる相手との攻防」の中で「相手との駆け引き」を工夫し楽しみながら、技の練習や試合に取り組んだ。その結果、寒さや痛さよりも剣道の攻防の楽しさに意識は転換し剣道に対する意識や態度は改善された。また、主体的な学習活動の中で、剣道における礼法の意味を実感し、「相手を思いやり尊重する態度」を育成することができた。

1. はじめに

小学校から高等学校までの学習指導要領が改訂された。今回の改訂の大きな柱は、「生涯にわたって豊かなスポーツライフの実践にむけて、小学校から高等学校まで発達段階に応じて指導内容の体系化を図った。」ことである。私たちはこれまで、中高6ヶ年一貫教育の中で、発達段階に応じて運動を適切に実施できるよう系統的な学習内容を構成し6年間に教材を配列した。それをもとに「生涯スポーツ」の考え方を根底において、これからの社会がどのように変化をしようとも、自らの力で生き抜いていく「生きる力」を育てる教育をめざして授業実践に取り組んできた。そこで、大切にしていることは、生徒一人一人の内面的な活動に目を注ぎ、課題意識と能動的取り組みを喚起しながら、生徒自身の実感や体験との関わり合いで吟味させ、生徒各自が納得できるよう、内面での追求・探求・検討を積み重ねて行けるようにすることである。

剣道は、相手との戦いをもとにして、長い歴史の中で変化を遂げ、育てられてきたスポーツである。教育的な効果も高く、学校体育にも取り入れられている。相手との戦いであったため、格闘技的な要素を含んでいるが、それを、スポーツとして成り立っているのは、単に相手に勝つことだけでなく、「相手を尊重する態度」や、「公正さ」などの精神的な要素を大切にしているからである。当校では中学校1年生から高校2年生までの5年間に毎年10～15時間を配当し、こうした精神的な要素も含めて剣道の指導を行ってきた。また、剣道には防具の着脱における紐を結ぶという技術や、正座をはじめとした行動様式など、今日の日常生活であまり行われなくなった活動も求められ、これらの点からも教材としての価値は大きいと考えている。近年

では、社会の変化に伴い防具の着脱や行動様式の指導に時間がかかるようになってきたのも確かである。こうした課題を踏まえながら、剣道の本質に近づけるような授業のあり方を探っていきたい。

2. 研究のねらい

剣道では相手と対峙しながら常に攻防を繰り返しており、その攻防の中に「打突の機会」（隙）が生じてくる。その一瞬の「打突の機会」をめぐる攻防が剣道の大きな魅力である。そこで、「攻防の中で打突の機会を捉える」ことを学習の中心におくことで生徒が剣道を楽しみながら意欲的に学習に取り組む授業にできると考える。「打突の機会」とは、①出頭②引くところ③居着いたところ④技の尽きたところ⑤受け止めたところ⑥心の乱れたところ⑦実を失って虚となったところなどがあげられるが、これらの攻防の中で生じる「打突の機会」は一瞬でとらえにくく、すべてを授業で取り扱うことは難しいと考える。そこで「打突の機会」を生徒にわかりやすくするため、多くの技の中から「面」を中心にした技を取り上げ、攻防の順序から①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところの3つに整理して学習を進める。さらに、攻防関係を学習していくためには、相手のスピードやタイミング、駆け引きなどを習熟度の合わせて練習していく必要があるため、6人程度の小グループをつくり、グループの中で生徒同士がお互いに考え工夫し合えるようにして、「打突の機会」を捉えた攻防が展開できるようにする。この2点をねらいとして、生徒が意欲的に学習に取り組むことのできる剣道の授業のあり方を探っていきたい。

3. 研究の手続き

- 1) 研究の対象 広島大学附属福山高等学校
2年生 男子 38名

剣道の経験

- 18名が中学校からの4年間授業経験者
18名が高校からの1年間授業経験者
2名が部活動経験者(1名が5年, 1名が7年)

- 2) 研究の期間 2009年10月～12月

3) 研究の方法

研究のねらいを達成するために次の6点を踏まえて、表1に示す学習計画を作成し16時間の実験授業を行う。そして、学習ノートの課題や反省に記述された内容と学習前後のアンケート調査から「打突の機会を捉えた攻防」ができる剣道の授業のあり方を検討する。

- (1) オリエンテーションを充実させる。

剣道には独自の作法や行動様式があり、これが剣道を行う上で基本になることが理解できるよう、これまでの学習を元に再確認する。

(2) 防具の着装や礼法をきちんと行わせることで、相手を尊重する態度を育てるとともに集中し緊張した学習や試合ができるようにする。

(3) 「攻め」が理解できるよう「剣先で中心を取って間合いを詰めること」「竹刀を押さえる、払う、はじく」「技をしかけていく」という具体的な動きからはいる。

(4) 「打突の機会」が理解できるよう、面を中心とした技を取り上げ、攻防の順序から①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところの3つにわけて考えさせる。

(5) 攻防関係の学習でお互いの助言活動が活発になるよう、グループ活動を中心にして学習を進める。そのため、①全体で課題を設定して練習する。②ペアやグループで学習課題を決めて練習する。③グループ対抗戦をおこなうの3段階で授業を構成する。

(6) 学習したことと実践を結びつけるために毎時間自由稽古を行う。

4. 結果と考察

1) 学習ノートから

図1.2.3は、学習ノートの課題や反省の記述から、「着装・準備」「礼法」「発声」「残心」「構え」「竹刀の振り方」「攻めと打突」「打突の受け方」「技について」「間合いと攻守」「相手との駆け引き」「試合と審判」「試合の結果」の13項目に分類した時間ごとの頻度をグラフにしたものである。これを見ると、生徒がどんなことを考えながら学習を進めていったかが

わかる。

2時間目に多かったのが「構え」「竹刀の振り方」「着装・準備」である。この時間の課題は、「剣先を相手のど元から眉間におき隙のない威圧感のある構えから間合いを詰めて攻めて、正面を打つこと」であった。「剣先を相手の中心におき、間合いを詰めて威圧感を出す」という「攻め」からの正面打ちを意識させたつもりであるが、「相手の正面に構える」「剣先をぶらさない」など生徒の意識は「構え」にあったようで、間合いを詰める「攻め」については十分に理解できていなかった。また、1年ぶりの剣道の授業で、防具の着装、特に面をつけることにとまどった生徒が多かった。中でも手ぬぐいをつけることが難しかったようである。そのため着装をグループ内でお互いに確認するようにしたため、時間が取られて「攻め」の学習時間が十分にとれなかったこともその一因と考えられる。さらに「竹刀の振り方」にも課題が多く「まっすぐに振り下ろす」「竹刀を頭の上まであげる」といった反省があげられていた。

3時間目には、「攻めによる崩し」を中心に学習した。間合いを詰めるだけでなく、表や裏から払ったり、押さえたりして「攻め」を学習したことで、「裏から攻めると意外に怖い」「下から攻めるといい感じ」というように「攻め」ということが理解でき始めたようで図2のような結果となった。また、「大きく振りかぶる」「相手に当たる瞬間に竹刀を素早く握るのがよい」「面を外してしまった」などの竹刀の振りもまだ定着せず、課題を持って取り組んだようである。

4時間目には、「相手が打って出ようとするところ」と「相手が面を打ってきたところ」を中心に飛ばな技(飛ばな面)抜き技(面抜き面、小手抜き面)といった相手との攻防関係がある技を学習した。そのため「技について」の課題が多く見られた。「相手が打とうとするときに面を打つのは難しい」「抜き技のタイミングが合わない」などいろいろ考えながら練習したが、相手との間合い、タイミングなど、課題が多かったようである。また、「相手が攻めるときは隙があるのでチャンス」というように攻守の関係について考えるものも出はじめた。

5時間目は、「相手が面を打ってきたところ」と「つばぜり合いからの攻防」を取り上げ、「面抜き胴」「引き胴」の学習をおこなった。図2の「攻めと打突」が多くあげられたのは、引き胴を練習するにあたって、基本となる「胴打ち」が上手くできない生徒が多く、中には逆胴や打突後に抜ける方向も十分に理解できていない生徒もおり、胴打ちが課題となったからである。

表1 学習計画表

時間	学 習 内 容	学 習 の ポ イ ン ト
1	「オリエンテーション」 ①授業の進め方 ②グループ分け ③ビデオ視聴「剣道の礼法と意味」「基本動作」「構え」「間合い」と「攻め合い」 ④竹刀の各部の名称と刃筋について	①グループ活動を大切にし、お互いに助言しながら工夫して学習すること ②各自が毎時間課題を持って取り組み、学習ノートに記述する。 ③礼法（座礼、立礼、帯刀、蹲踞、左座右起など）のやりかた、構えの姿勢と竹刀の位置
2	「攻めて崩す」 ①1時間の進め方 ②防具の着装の確認 ③構えと間合い ④攻め→面 ⑤受け方 ⑥自由稽古	①準備から解散までの手順（グループ活動の進め方） ②着装についてはグループ内でお互いに確認する ③中心をとる（剣先の位置）ことの意味、一足一刀の間合い、近間、遠間 ④攻め（間合いを詰める）
3	「攻めて崩す」 ①着装の確認 ②構えと中心の攻め ③面打ちと受け方 ④二段技（攻めて小手→面）⑤自由稽古	②剣先をつける位置と攻め合い（相手の竹刀を払う、押さえる、打ち落とす） ③攻めて面（攻め方、表と裏、間合いと打たせ方） ④足さばき、（間合いと打たせ方）
4	「打って出ようとするところ」「面を打ってきたところ」 ①着装の確認 ②小手打ち ③抜き技（面抜き面、小手抜き面）④出ばな技（出ばな面）⑤自由稽古	①発声と残心、手の内と冴え（素振り）打突部位と刃筋 ②抜き技、出ばな技における打突の機会 ③小手打ち
5	「打って出ようとするところ」「面を打ってきたところ」「つばぜり合いから引いたところ」 ①抜き技（面抜き胴）②引き技（引き面、引き胴）③自由稽古	①抜き技、出ばな技における打突の機会 ②引き技における打突の機会
6	「面を打ってきたところ」「つばぜり合いから引いたところ」 ①胴打ち ②引き技（引き胴） ③すりあげ技（面すりあげ面） ④返し技（面返し胴）⑤自由稽古	①引き技と、引いた相手に対する打突 ②つばぜり合いにおける力の向き ③すりあげ技、返し技における打突の機会
7	「ペアでの攻防研究」 ①攻めによる崩しと打突 ②自由稽古	①ペアで技を考えて練習する。その際タイミングやスピードを合わせるようにお互いに工夫する。
8	「ペアでの攻防研究」 ①相手の打突（面）に対するの応じ方 ②自由稽古	①面打ちに対して、出ばな技、すりあげ技、返し技などの応じをペアで考えて練習する。 タイミングやスピードを合わせるようにお互いに工夫する。
9 10	「グループでの攻防研究」 ①グループで課題を決めて練習 ②自由稽古	①「攻めによる崩し」「相手が出ようとするところ」「出てくる相手に対して」から2つを選んでグループごとに練習する。 相手とタイミングやスピードを話し合って工夫する。
11 15	「グループ対抗戦」Ⅰ～Ⅴ ①試合の進め方、審判のやり方 ②対抗戦Ⅰ～Ⅴ	①②「気剣体一致」をしっかりと判定する。 相手に対しての尊重する気持ちを持つ。 試合における礼法を理解して実践する。 積極的に運営を行う。
16	①学習のまとめ	①学習ノートの整理とアンケート調査

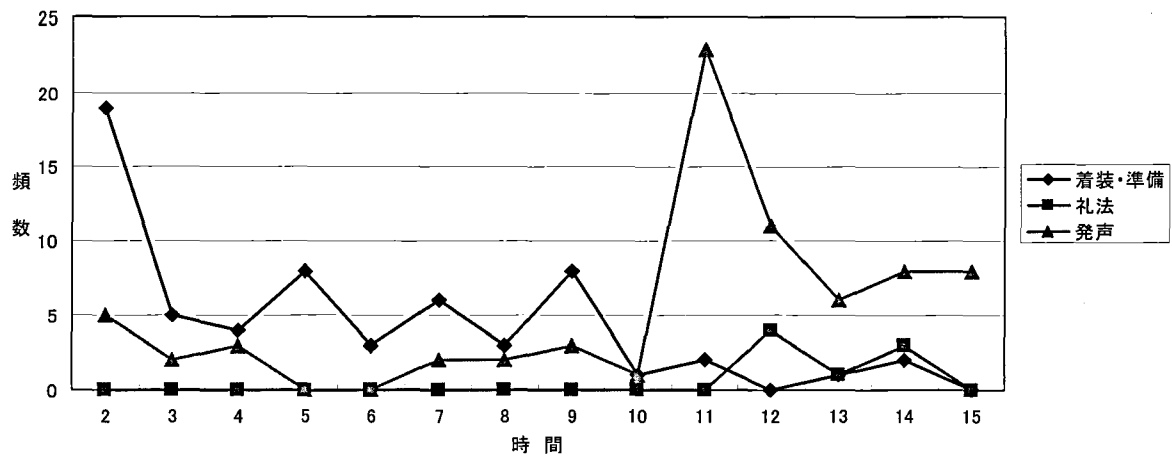


図1 学習ノートに記述された内容の時間ごとの頻度（着装や礼法）

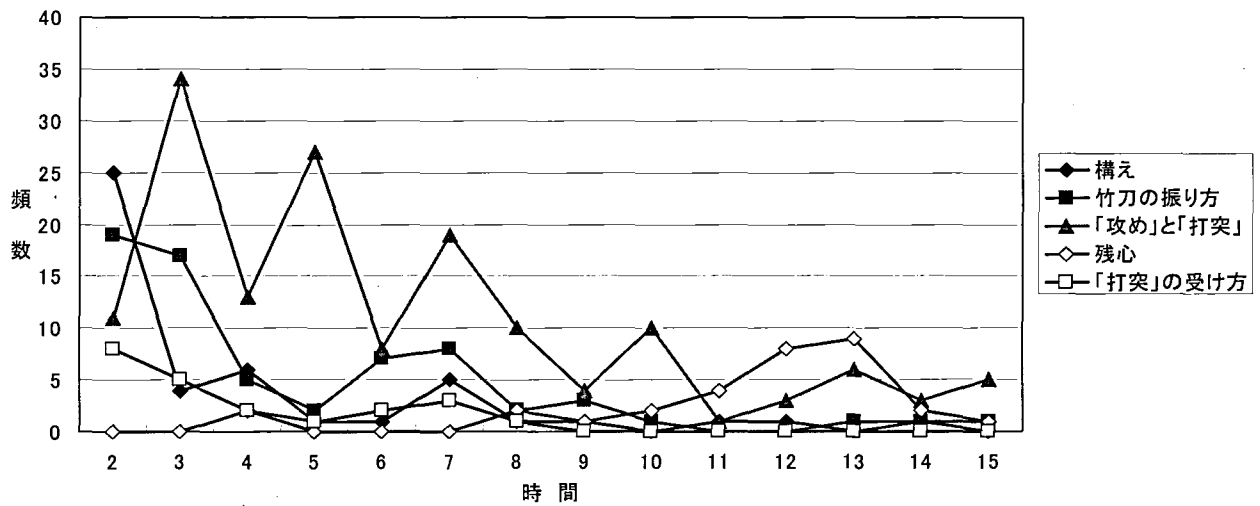


図2 学習ノートに記述された内容の時間ごとの頻度（基本打突に関すること）

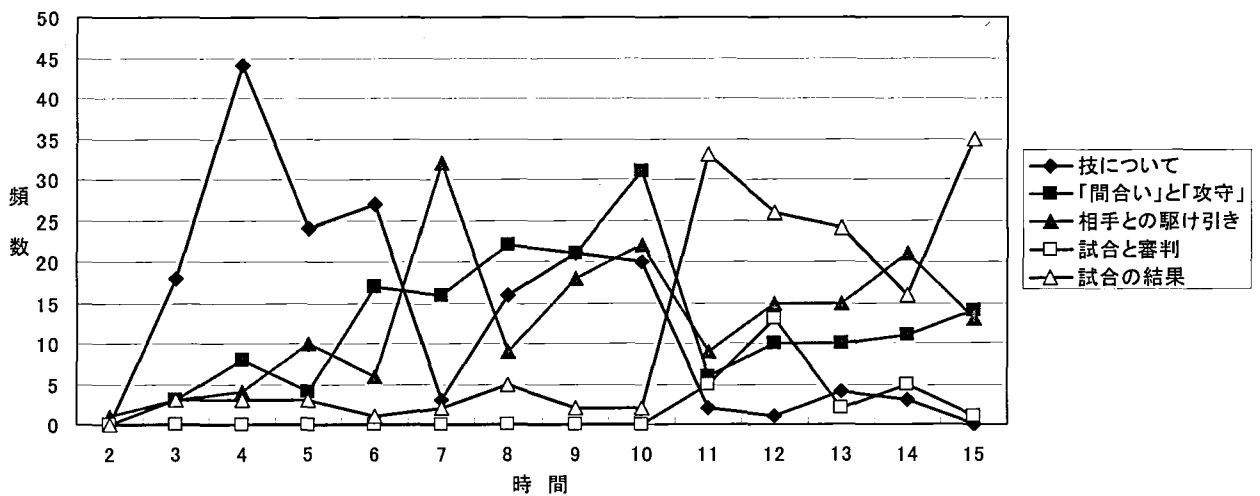


図3 学習ノートに記述された内容の時間ごとの頻度（試合や相手との攻防に関すること）

また、単に技のタイミングだけでなく「駆け引きを考えた」「相手との駆け引きはまだ練習が必要」といように練習した技を相手との攻防の中で発揮するためには、「駆け引き」が必要なことを考えるようになってきた。このころから練習においても、単に打ち込むだけでなく、試合を想定して駆け引きを考えながら技の練習するようになってきた。

6時間目は、「相手が面を打ってきたところ」を取り上げ、返し技（面返し胴）、すりあげ技（面すりあげ面）を学習した。これらの技は相手が打って出て来ているため、遅れると間合いがなくなり、「すりあげ技はタイミングが難しい」「間合いが上手くとれなかった」などの技についての課題とともに、「間合い」に関する課題が増えてきた。

7時間目からは、学習方法が変わり、自分たちで課題を考えて学習することになり、相手との攻防関係を考えた「間合いと攻守」「相手との駆け引き」が増えてくる。また、図2の「攻めと打突」が増えているのは、「攻めて面は素早く打たないと」「今日は攻めを重視した」という「攻め」からの攻撃を考えたことと、「面打ちは思い切り」「胴がうまく抜けながら打てな

い」といった技を出すためには、基本の「打突」に課題を見つけたからである。

8,9,10時間目は今回の授業のヤマとなるところで、いかに主体的に攻防関係を考え、相手と駆け引きをしながら打突の機会を作って一本になるような打突ができるようになるかである。生徒一人一人が主体的に練習したことを自由稽古の中で実践し、また練習をすることを繰り返しながら技能を向上させていく重要な時間である。図3を見ると8,9,10時間目は「技について」「間合いと攻守」「相手との駆け引き」が課題の中心となっており、意欲的に学習に取り組んだ様子がかがえる。表2は8,9,10時間目に学習ノートに記述された内容の一部である。これをみても、「すりあげのタイミングは腕をおろす瞬間をねえそうだ」「面抜き面で手が届かないので左足のけりを強くした」「つばぜり合いで手の返しがわかり威力が増した」「引き技、出ばな技は相手とほぼ同時の争いになるので素早さが必要」など技のコツを工夫の中から発見したり、「出ばな面は相手が振りかぶるのを完了する前に打たないと決まらない」「すりあげ面など相手との間合いが近くなりすぎて元打ちになってしまった」などうま

表2 8,9,10時間目に学習ノートに記述された課題や反省の一部

8時間目	<ul style="list-style-type: none"> ・すりあげがなんとかコツをつかめた気がする ・すりあげのタイミングは腕をおろす瞬間をねえそうだ ・抜き技はしっかりと右に出る ・抜き技のこつ ・面抜き面で手が届かないので左足のけりを強くした ・すりあげ面、面抜き胴はわかったが試合でのタイミングがわからない ・すりあげ面など相手との間合いが近くなりすぎて元打ちになってしまった ・抜き技、返し技は間合いやタイミングが難しい ・間合いが近くなりすぎて技があたりにくくなっている ・面に対する返し技は早かったらまだ対応できない ・攻める機会をねらっていると守りがおろそかになる ・攻めを意識しすぎて面を打たれた ・相手の動きにうろたえてしまう ・自由稽古では面をねらってしまうが、小手が比較的取りやすい ・自由稽古は積極的にしかけ常に攻めの意識を持つ 	9時間目	<ul style="list-style-type: none"> ・引き技、出ばな技は相手とほぼ同時の争いになるので素早さが必要 ・引き技の時は跳躍素振りと同じように素早く下がる ・タイミングを間違えたらすきだらけ ・相手の出てくるタイミングを見極めて打つ ・試合では相手の動きを読まなければ練習の技は使えない ・隙が本物なのか誘っているのかの見極め ・攻めを考えていると相手の動きに対応できず、あっさり一本取られてしまう
9時間目	<ul style="list-style-type: none"> ・つばぜり合いで手の返しがわかり威力が増した ・つばぜり合いでどの向きに力を入れたら相手は動くかを考えた ・つばぜり合いからの胴は相手に手を挙げさせるようにする ・つばぜり合いは腰でやる ・引き技が遅れる傾向にある ・一回攻撃して決まらなかつたらもう一回攻撃するとよかった ・自分に隙がどうしてもできる ・出ばな技は的が動くので早く正確に当てないといけない 	10時間目	<ul style="list-style-type: none"> ・すりあげは得意技になりそう ・出小手は振りかぶっているときが一番やりやすい ・出ばな技は受ける方も難しいです ・抜き面の精度が上がってきた ・出ばな面は相手が振りかぶるのを完了する前に打たないと決まらない ・不意を突かれてよく打たれた ・相手の面を受けることはできるが攻め返すことができない ・打突のタイミングもだいぶわかるようになってきた ・引いた相手には踏み込んでもう一本打つ ・間合いを詰めれば胴を打たれる心配はない ・だいたいみんな二段までは対処するが三段はあっさり決められる ・面を打っていくと胴を打たれてしまいがちになる ・フェイントを掛けてからの面は結構決まった ・剣先を払って安易に面を打つのではなく剣を戻そうとする相手の行動を予測して小手をねらう ・つばぜり合いでは相手の竹刀を上げさせたり下げさせたりして上手く決まるようになった

くいかなくして試行錯誤している様子や「相手の動きにうろたえてしまう」「自由稽古は積極的にしかけ常に攻めの意識を持つ」など相手との対峙した時の精神的なことや、「攻める機会をねらっていると守りがおろそかになる」「タイミングを間違えたらすきだらけ」「相手の面を受けることはできるが攻め返すことができない」などの攻防に関すること、「隙が本物なのか誘っているのかの見極め」「試合では相手の動きを読まなければ練習の技は使えない」「剣先を払って安易に面を打つのではなく剣を戻そうとする相手の行動を予測して小手をねらう」「つばぜり合いでは相手の竹刀を上げさせたり下げさせたりして上手く決まるようになった」などの相手との駆け引きに関することなど攻防関係に課題を持って積極的に学習に取り組んだ様子が伺える。

11時間目からはグループ対抗戦に入った。特に審判において一本の条件として「気剣体の一致」、「発声」と「残心」を確認して試合をした。それまでも「発声」と「残心」についての指導はしてきたが、生徒は十分に理解できないままだったため、いざ試合となったときに声が出なかつたり残心がとれなかつたのであろう。「入っていたのに残心ができなくて一本にならなかつた」というように一本を取っても

えなく残念な思いをした反省も見られた。

審判などの試合の運営も、うまくできるか心配していたが、お互いに分担しながら行っていた。「小手が入ったのがわからなかつた」「同時に入ってどちらかという判定が多かつた」「入ったと思っても審判は気づいていないみたいだ」というように審判をする方も試合をする方も判定に悩みながらも試合、審判、応援に積極的に取り組んでいた。13時間目には、試合で冷静さを失う生徒が出て、「お互いを大切にする」と剣道の礼法」について話をする時間を設けた。

「着装・準備」については、9時間目まで5件前後が毎時間あがっている。前半は手ぬぐいの付け方や面の着装に関するが多かつたが、後半は、動きも活発になり、練習の途中で紐が解けたりすることがおきていた。こうした紐を結ぶなどの操作をする事が日常生活の中に少なくなつたためか、防具の着装や片付けが上手くできるようになるまでには時間が必要であつた。

「礼法」「発声」「残心」は言葉ではわかつてはなかなか実践できないようで、試合が始まるまでは、課題に挙がることは少なかつた。試合が始まって課題となる数が多くなつてきており、これらを学習するのは、試合で学習させることが効果が高いようである。

表3 剣道の授業の好き嫌いの5段階評価

段階	はい		どちらとも		いいえ		平均
	5	4	3	2	1		
事前	1	10	10	6	10	2.6	
事後	8	21	4	3	1	3.76	

表4 剣道の授業の好き嫌いの理由

好きな理由	事前	事後	嫌いな理由	事前	事後
精神面	5	5	防具が重い、面倒	13	2
相手と戦える	4	6	寒い、冷たい	12	4
ストレス解消	2		上手にならない	11	
駆け引きがおもしろい	2	14	打たれると痛い	10	2
かっこいい	1	1	暑い	4	
竹刀を振る	1	1	試合がない	2	
経験の差がない	1		俊敏な動きができない	2	
体が鍛えられる	1		竹刀を振るだけだから	1	
体が温まる	1		腕が筋肉痛になる	1	1
体を動かすのが好き	1		試合がおもしろくない		3
一本が決まったとき		4	自分には不向き		1
技の練習がおもしろい		7	合計	56	13
楽しい		5			
寒くなかつた		1			
合計	19	44			

今回は①全体で課題を設定して練習する。(2～6時間)②ペアやグループで学習課題を決めて練習する。(7～10時間)③グループ対抗戦をおこなう(11～15時間)の三段階で授業を構成したが、生徒の学習ノートに記述された内容を見ると、授業の構成に合わせて内容の傾向は三つに分かれている。授業の進行に従って課題に沿って学習が行われたと考える。特に、1年ぶりの授業であることから、また、経験が1年の生徒が半数近くいることから、学習ノートに書かれた課題の内容を見ると、授業のはじめの頃には「着装」や「礼法」、そして「基本の打突」を学習する時間も必要であった。また、7～10時間目の「ペアやグループでの課題設定をしての学習」では、表2に見られるようにそれぞれが積極的に「打突の機会」を捉えるために攻防を工夫し、学習に取り組むことができた。

2) 事前事後のアンケート調査から

①剣道の授業への意識の変化について

剣道の授業の「好き嫌い」を5段階で評価したのが表3である。事前の調査では平均が2.6と3(どちらももいえない)以下であったが、事後の調査では3.76と大幅に改善された。表4のその理由について見ると、事前の調査では嫌いな理由が圧倒的に多くあげられていたが、事後の調査では逆転し好きな理由が圧倒的に多くなっている。事前の調査では「防具の扱いが面倒」といった防具に関する事、「寒い・つめたい」「痛い」そして「上手にならない」が主な理由としてあげられていたが、事後の調査でこれらの項目はほとんど解消している。そして、今回課題とした「相手との攻防を工夫する」ことにつながる「駆け引きがおもしろい」、「技の練習がおもしろい」「相手と戦える」を半数以上の

ものが好きな理由としてあげている。これらの結果から、今回の「相手との攻防を工夫する授業」の中で、相手との駆け引きを工夫し剣道の楽しさにふれながら練習や試合に取り組んだようである。

また、事後の調査で「2」「1」と答えた4名の生徒の理由をみると、「寒い」「痛い」が2名、「試合が嫌い」「白熱した試合ができなかった」が各1名であった。試合になると相手の気迫に押しされ萎縮してしまったようで、そうした積極性を出せない生徒への指導が十分に行えておれば、これらの生徒の意識もさらに改善できたと考える。

②剣道のおもしろいところ、嫌なところについて

「剣道のおもしろいところ」については、事前の調査では、「技を決める爽快感」「試合・1対1の勝負」が多くあげられ、「相手との駆け引き」「緊張感・集中できる」「礼儀を重んじる」とつづいて、「なし・嫌い」と答えたものも3名いた。事後の調査では、圧倒的に「相手との駆け引き」が多く半数の生徒があげている。

「技を決める爽快感」「試合・1対1の勝負」は事前の調査と同じくらいであった。以上のことから、今回の授業で、生徒は相手との駆け引きを工夫しながら練習や試合を行う中で相手との攻防関係を工夫する楽しさを味わったようである。また、「技の豊富さ」「技の奥が深い」などの「いろいろな技」をあげたものが5名いる。各技が持つ攻防の仕組みを理解して技の練習が行えたのではないかと思う。「面」を中心にした技を取り上げ、攻防の順序から①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところの3つに整理して学習を進めたことでこうした回答になったと考える。

表5 剣道のおもしろいところと嫌なところ

おもしろいところ	前	後
技を決める爽快感	9	8
試合, 1対1の勝負	9	10
相手との駆け引き	5	20
緊張感, 集中できる	4	
礼儀を重んじる	4	2
なし, 嫌い	3	
竹刀を振る・使う	3	2
試合を見る	1	
武器	1	
おもしろい	1	
いろいろな技について		5
身体的な差をうめれるところ		1

嫌なところ	前	後
寒い, 足が冷たい	13	6
打たれると痛い	13	25
防具の扱いが面倒	11	7
打たれること	5	
難しい, できる技がない	4	1
怖い	3	
竹刀がふれない	2	4
暑い	2	
素早い動きが必要	1	1
試合で負ける		4
一本の判定が厳しい		1
チームプレーができない		1
本気でやるとしんどい		1
礼儀作法が多い		1

次に「剣道の嫌なところ」についてである。事前の調査では「寒い・冷たい」「打たれると痛い」「防具が面倒」といった回答が多かったが、事後では、「打たれると痛い」が圧倒的に増加した。単に「痛い」と答えたものは7人いたが、増えたのが「防具のないところを打たれると痛い」という答えであった。剣道は相手を「打つ」ことで成り立っており、特に初心者では、積極的に練習すればするだけ防具のないところも打ったりする中で技能は向上していくため、この問題は避けて通れない問題である。だからこそ、そこには相手に対する尊敬の気持ちが必要である。それがなければただの暴力となってしまう。「剣道は好きですか？」の理由の中の事後調査の「痛い」は2件しかあがっていない。生徒は、防具のないところを打たれて痛い思いもするが、お互いにそうした失敗もしながらそれを認め合って練習することで技能は上達することを理解していったように思う。そしてそれは、「今回の授業で学んだこと」で一番多かった、「相手を思う心」「相手を尊重することは重要だった」「礼儀を重んじること」などの「相手を尊重する心」につながっていると考える。

③今回の授業で最も工夫したことについて

今回の授業の中で最も工夫したことについての回答が表6である。「隙を作る」、「攻めて出方を見る」「相手との間合い」の3つが多く、続いて「相手の動きを見る」「連続技」「攻め」であった。項目の数に特に特徴的な傾向はないが、多くは相手との攻防関係にかかわる事があげられており、今回の授業のねらいであった「攻防を工夫する」という事に対して生徒は積極的に学習に取り組んだ結果だと思ふ。中には「上手い人と自分が何が違うかを観察した」というように、他者を観察することに意欲的に取り組んだ生徒もいる。また、「精神統一」「礼儀作法」をあげた生徒もいる。

④今回の授業で最も難しかったことについて

表6に見られるように、内容に特徴的な傾向は見られなかった。「相手の打突への対応」「攻めるとスキができること」「相手との間合い」「攻め方」など相手との攻防に関わる事が多い。「各技」には、「出ばな技」「返し技」といった技の名前だけをあげた生徒もいたが、「技を状況に応じて使い分ける」「連続して打ち込んでいく」というように相手との攻防関係のなかで技を考えているものもいた。注目すべきは「隙を作らず攻めること」「隙の少ない攻めから相手の隙を突く」など攻めていくことの裏にあるリスクについてあげたものがあり、剣道の攻防関係の一つの大切なポイントを理解してきたのではないかと考える。攻防関係の中にあるこれらの難しさは剣道のおもしろい所でもあ

る。こうしたことを難しいと考えたことは、逆に剣道の魅力を感じることができるようになったとも言える。また、「防具を後ろで縛ること」「面紐の長さをそろえる」といった防具の着装に苦勞した生徒もいたようである。

⑤授業で楽しかったことについて

表7をみると、「試合」をあげている生徒が最も多かった。単に「試合」をあげている生徒もいたが、「班対抗でできたこと」「試合で一本取ること」「試合で勝てたこと」など、個々の勝ち負けを楽しむこと、チームの勝敗を楽しむこと、相手との駆け引きを楽しむこ

表6 授業で最も工夫したこと

項目	数
隙を作る	7
攻めて相手の出方を見る	7
相手との間合い	6
相手の動きを見る	4
小手打ち	4
連続技	3
攻め	2
隙を作らない	1
精神統一	1
礼儀作法	1
打たせるよう誘う	1
技を高める	1
作戦を立てる	1
上手い人の観察	1
基本の確認	1

表7 授業で最も難しかったこと

項目	数
各技	7
攻めるとスキができること	6
相手の打突への対応	6
一本取ること	5
相手との間合い	4
攻め方	4
声を出すこと	3
着装	2
胴の防ぎ方	2
助言すること	2
駆け引き	1
竹刀を自在に扱うこと	1
早く反応すること	1

となど、いろいろな点で班対抗戦を楽しめたようである。表4の「好きな理由」や表5の「剣道のおもしろいところ」でも「相手との駆け引き」がその理由として多くあげられており、今回の授業で考えた「相手との攻防を工夫する」ことを練習・試合のなかで行うことで剣道の楽しさを実感できたのではないかと考える。

続いて多かった、「技の向上」では、「いろいろな技ができるようになったこと」「いろいろな技を考えるのが楽しかった」「技術が上達したこと」「経験のない剣道で、練習、礼儀を学習し試合を行って練習の成果が出たこと」「剣道の基礎や技を会得しそれを用いて試合に臨むこと」「剣道は高校で初めてで新しいことができて楽しかった」「試合の後半ではお互いに技が決まるようになったので楽しかった」「自分が練習した技を試合で試せたこと」「自分の攻め、技が通じたとき」「自由稽古でいろんな技が練習できた」「抜き技がある程度決まった」「練習通りにできた技があった」というように、技を工夫しながら学習したことや、自分で工夫した技が自由稽古やグループ対抗戦で発揮できたことで、技能の向上を実感し、楽しみながら学習できたようである。

「グループでの活動」を8人があげており「グループで授業することで全員が練習しているということを実感できたこと」「グループでそれぞれが練習したこと」「自分や同じ班の人の成長を感じられたこと」「チームでの練習」などグループ単位での学習活動も楽しんで学習する大きな要因となった。9,10時間をグループごとの課題練習にしたこと、試合をグループ対抗戦にしたことなどが、グループ内の結びつきを深め、学習効果を上げることに繋がったのではないかと考える。

表8 授業で楽しかったこと

項目	数
試合	14
技の向上	12
グループでの活動	8
相手との駆け引き	7
強い人の試合が見れた	2
審判	1
柔道との共通点を見つけられたこと	1
試合での緊張感を味わえたこと	1
十分時間があって楽しかった	1

⑥授業で楽しくなかったことについて

「試合に関すること」が最も多く、その内容は「相

手に逃げられた試合」「試合時間が短い」「判定が曖昧だった」「相手が怖い」などがあげられていた。「相手に逃げられた試合」は「相手が怖かった」「力の差が大きいとすぐ終わる」とも関連するが、相手と真剣に向き合い、攻防を行うことで剣道を楽しみたいという生徒の意欲から出てきた回答で、「試合時間が短い」も含めて、生徒の積極的な姿勢を評価したい。

続いては、「痛い」である。これは、打たれると痛いというものもあるが、多くは「防具のないところを打たれて痛い」であった。これは、表5「剣道の嫌なところ」と同様に、生徒達は一生懸命に授業に取り組んだ結果として、防具のないところを打たれて痛い思いをしたのは確かである。しかし、剣道の好きな理由のマイナス要因としてはほとんどあがっていない(表4)ことから、「痛い」ということが剣道そのものが嫌いであるという大きな要因にはなっていないと考えてよいと思う。

「グループでの学習がうまくいかなかった」という回答も2件あった。「楽しかったこと」にあった「グループでの活動が楽しかった」とは反対の回答である。あわせて考えると、グループでの学習活動は、時には停滞し、悩みながらも何とか力を合わせて進めてきたのではないか。グループ学習は、そうした経験が大切であり、課題も持ちながらもそれを乗り越えるところに学習効果がある。そして、課題を乗り越えることでお互いのきずなは深まり意欲的な学習につながってくると思う。

表9 授業で楽しくなかったこと

項目	数
試合に関すること	16
痛い	13
防具や手ぬぐいの着装	7
授業運営に関すること	3
授業運営に関すること	3
寒い	3
グループでの学習がうまくいかなかったとき	2
初めのうちは体が動かず技が決まらなかった	1
正座はつらい	1

⑦今回の授業で学んだことについて

表10に見られるように、最も多かったのが、「相手のことを考えつつ楽しんで剣道をすること」「相手を思いやりながら剣道をすること」といった「相手を尊重する態度」であった。20人がこれをあげている。次が、「精神面の強さは非常に大事である」「逃げ腰にな

らず攻めることの大切さ」などの「精神面に関すること」の8人であった。続くのは「相手を尊重する態度」につながる「礼儀を重んじること」で6人、次が今回の技能の学習課題にかかわる「駆け引きのおもしろさ」で6人であった。「集団で一つのことを学んだり教え合うこと」といった「グループ学習に関すること」が3人、「竹刀は大切に扱う」といった「竹刀の取り扱いについて」が3人であった。このように「今回の授業で学んだこと」となると、多くの生徒は技能よりも精神的なものや取り組む姿勢などの内面的な事をあげてきたのは意外であった。

表5の「剣道の嫌いなところ」で述べたように、防具のないところを打たれて痛い思いもするが、お互いにそうした失敗もしながらそれを認め合って練習することで、技能が上達することを理解して、「相手を思う心」「相手を尊重することは重要だった」「礼儀を重んじること」などの「相手を尊重する心」につながっていると考える。また、グループ学習により、良好な人間関係ができていたことも、こうした結果につながったのではないかと思う。

表10 今回の授業で学んだこと

項目	数
相手を尊重すること	20
精神面の強さ	8
礼儀を重んじること	6
駆け引きのおもしろさ	6
剣道の本質	5
グループで一つのことを学び教え合うこと	3
竹刀の扱い方	3
考えながら取り組むこと	2
体の使い方	2
こつこつ練習すれば上手くなる	1
時間厳守	1

アンケート調査から今回の剣道の授業で剣道に対する意識・態度はずいぶん改善されたことがわかった。今回の授業のテーマである「相手との攻防を工夫する」ということを中心に授業を構成した。剣道には多くの技が存在するが、打突の基本である「面」を中心とした技を取り入れて、①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところに整理して学習したことが、攻防関係をわかりやすくし、剣道を学習して5年目や2年目の生徒にも理解しやすかったのではないかと考える。そして、相手との攻防関係が理解できたことで、剣道の一番興味深い「相手との攻防」が楽しめるようになり、剣道に

対する態度の改善につながったと考える。

剣道を嫌いに行っている要因に「寒い」と「痛い」がある。当校では、剣道の授業は11月～3月の寒い時期に設定しているため、剣道の授業は寒いという意識があることは確かである。また、剣道は打ち合いであり、防具の上から打たれても痛さはある。試合などでは防具のないところを打たれることは多く、痛さはさらに増大する。つまり、「寒い」と「痛い」ことは剣道の授業では避けることのできない課題である。今回の調査の結果からも剣道の授業は寒くて痛いということは多くの生徒があげている。しかし、一方でこれを帳消しにするだけの楽しさおもしろさを感じることで、剣道に対しての否定的な態度を改善できることがわかった。それは、今回の授業では「攻防関係を楽しむ」こと、学習成果が確認できて上達したことが認識できたこと、学習がグループ活動の中で行われたことがあげられる。自分たちで課題を設定して解決を目指して活動することは、時には停滞をもたらすこともあるが、自分たちで解決できるよう粘り強くサポートすることで生徒は大きな達成感を得られることができ、学習効果を高めることができるということが確認できた。

5. まとめと今後の課題

今回の授業では、剣道の楽しさが味わえるように相手と駆け引きをしながら「攻防の中での打突の機会を捉える」ことを課題として取り組んだ。「打突の機会」を生徒にわかりやすくするため、面を中心とした技を取り上げ①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところの3つに整理して学習を進めた。また、生徒同士がお互いに観察し合い、工夫し、意見を出し合って主体的な学習ができるよう、6人程度の小グループをつかって授業を展開した。その結果次のことが分かった。

○攻防関係をわかりやすくするために、①攻めにより崩したところ②相手が打って出ようとするところ③相手が面を打ってきたところに整理して面を中心とした技を取り上げたことは、打突の機会（隙）をめぐる攻防関係について理解しやすかったようである。

○ペアと考える時間、グループで課題を設定する時間、毎時間の自由稽古を行い学習したことを確かめる時間を設けたことは、生徒が主体的に学習に取り組むことにつながり、練習と試合が結びつき、学習意欲を高める上で効果があった。

○ペアやグループで相手との攻防関係を工夫しながら主体的に技の学習を行い、それを毎時間の自由稽古や、グループ対抗戦で確認できるようにしたことは、技能

の向上を生徒自身が確認することができ、学習意欲を高める効果があった。

○お互いの関係が緊密になるように、6人(一部7人)の小グループにして、準備運動をはじめとして技の攻防関係の工夫など、グループ内での「教え合い学び合い」の活動を中心に授業を展開したことは、生徒の学習意欲を高め技能の向上に効果があった。

○グループ学習により人間関係が深まり、技能が上達し試合での攻防を楽しめるようになったことで、打たれると痛い、寒いといった、初心者にとっては剣道をいやがる要因を少なくし、剣道に対する好意的な態度を育てることになった。そのことが、防具のないところを打たれて痛い思いをしても相手を認めることができるようになり、相手を思いやり、相手を尊重するという剣道で最も大切な姿勢を学習し、初心者が取っつきにくい剣道の礼法の理解につながっていった。

生徒の反省にはあまり出てこないが、やはり防具の着脱に時間がかかって、中心となる練習、自由稽古、試合の時間が十分にとれなかったことが課題としてあげられる。実際、練習時間は、1日に約15分から20分で、時には15分を切ることもあった。今考えれば短い時間の中で、生徒達はよく考え工夫して練習や試合に取り組んだと思う。紐を結んだり、手ぬぐいをつけたり、防具の後始末をしたりといった作業も大切な学習内容の一つであるが、他にも、グループで話し合ったり学習ノートへの記入の時間など学習に必要な時間もあり技能面の学習時間をどう確保するかは難しいところである。

相手と対峙したときにどこを見るかという「目付け」は、相手との攻防関係では重要である。先に述べたように、今回は打突の機会をとらえる攻防関係を中心にした授業で、剣道の攻防の本質的なところまで近づけたと考えるが、「目付け」についての指導を十分に行っておけばより効果が上がったのではないかと思う。また、「目付け」について生徒がどこまで理解できていたのかは興味のあるところである。今後の課題としたい。

剣道における礼法の学習は、どちらかという、形から入ってそれをまねることから始めることが多い。形式を学ぶことは意味のあることだと思うが、それだけではほんとに自分のものとして身につけたことにはならない。「今回の授業で学んだこと」では、多くの生徒が「態度」や「礼儀」をあげているが、実際、授業の中では、試合で暴力的になったり、防具を散らかすなどの行動も時々見られた。相手に敬意を払うことの必要性、そのためには立ち振る舞いや用具の扱いな

どの作法が大切であることは頭の中では理解しているが、実際の行動に結びつくにはまだ時間がかかるのかもしれない。こうした学習は、剣道の学習を進めていく中で様々な経験を積みながら段階に応じてその意味を含めて理解していった身につけていくことが重要であろう。私たちは、生徒達が学習したことが、生きて働く力となるよう、授業の中での生徒の内面的な活動に目を注ぎ、生徒一人一人の課題意識と能動的取り組みを喚起しながら、生徒自身の実感や体験との関わり合いで吟味させ、生徒各自が納得できるように、内面での追求・探求・検討を積み重ねて行けるように考えてきた。今回の剣道の授業でも生徒の内面的な活動に目を向け取り組んだ結果、一定の成果が得られたように思う。

当校の進める6ヶ年一貫教育のなかで、5年生(高校2年生)の剣道の授業は5年間の積み重ねの最後の学年で、いわば集大成の授業でもある。剣道の授業は、防具の着脱、取り扱い、様々な礼法、相手を尊重する態度、気剣体の一致の考え方といった技能以外の学習内容も多い。また、技能面でも素振りや基本的な打ち込みから様々な技における竹刀の操作、足さばき、体さばきなど多くの内容がある。今回の剣道の授業で相手との攻防関係を意欲的に学習し剣道を楽しむことができたのは、それらの内容を中学1年から少しずつ積み重ねてきたことが大きいと思う。約半数の高等学校になって剣道をはじめた生徒に対しては、中学校から学習した生徒がグループ活動の中で防具の扱いや技能についてアドバイスをおこなっている姿を多く見かけた。こうしたこともグループ活動の活性化につながり技能の向上や学習意欲をの向上につながったように思う。

剣道の授業は技能ばかりでなく態度面でも教育効果の高い教材である。しかし、指導を工夫しないと学習意欲を低下させる要因が強調され、教育効果が上がらない教材でもある。今後、今回出てきた課題を踏まえながらより効果的な剣道の授業のあり方を探っていきたい。

参考文献

- 1) 房前浩二 他 「意欲的に取り組む剣道の授業ー打突の好機を捉えた剣道の基本動作ー」
広島大学附属福山中高等学校 中等教育研究紀要
第43巻 2003年3月
- 2) 佐藤成明 「剣道・攻めの定石」
スキージャーナル 平成16年11月
- 3) 巽申直, 恵土孝吉, 本村清人 「新しい剣道の授業づくり」 大修館書店 2004年11月

- 4) 文部科学省 「高等学校学習指導要領」
平成21年3月
- 5) 文部科学省 「高等学校学習指導要領解説 保健
体育編 体育編」 文部科学省ホームページ
- 6) 文部科学省 「中学校学習指導要領」
平成20年3月
- 7) 文部科学省 「中学校学習指導要領解説 保健体
育編」 平成20年9月
- 3) 日本剣道連盟 「剣道指導要領」
平成20年7月
- 4) 日本剣道連盟 「剣道授業の展開」
平成21年4月
- 10) 一橋出版 「選択制体育ノート 剣道」
- 11) 巽申直 他 「剣道の学習指導」 不昧堂出版
昭和62年4月
- 12) 恵土孝吉 「剣道の科学的上達法」
スキージャーナル 平成19年3月
- 13) 好村兼一 「剣道再発見」
スキージャーナル 2007年1月
- 14) 馬場武典, 馬場欽司 「剣道で磨く“心技体”」
ベースボールマガジン社 平成20年3月