

# 意欲的に取り組む剣道の授業\*

## —打突の好機を捉えた剣道の基本動作—

房前浩二・岡本昌規・三宅幸信・藤本隆弘・高田光代・三宅理子  
藤原宏美・草間益良夫\*\*

剣道の「よさ」は、攻防の中で考え、判断・工夫し『一本をとる』（課題達成）という攻防の面白さにある。反面、戦うことのみが目がいき、腕力に頼ったり、暴力的になりやすい。従って、特に礼儀作法（互いに認め・尊重する態度）や試合での公正さ等が要求される。しかし、日常生活の変化から、授業では礼（挨拶・礼儀作法）の意味や防具の着脱など、その解説や指導に多くの時間を要するなど指導上の困難点も多い。今回は『打突の好機』を意識させたパターン練習を取り入れ、相手を尊重する態度や剣道独自の礼儀作法にも触れさせながら剣道の基本動作が学べる授業計画を作成した。授業後、毎時の課題意識の変化や授業評価・感想を見るとパターン練習の効果もみられ、剣道への新鮮さも感じ課題を持ち、考え・工夫をした様子もうかがえ、見学者も少なく、意欲的に授業に参加した。授業評価も好評であり、今回の授業計画のねらいが達成できたと思われる。

### 1. はじめに

今日の教育で子どもたちに「生きる力をいかに育むか」という教育課題がクローズアップされている。これは、子どもたちそれぞれが将来自己実現を図りながら、変化の激しいこれからの社会を生き抜いていくために必要な資質や能力を身につけていくという視点から重要な教育課題である。このことは、いかに社会が変化しようとも、自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力をつけること、また、自らを律しつつ、他人と共に協調し、他人を思いやる心や感動する心などの豊かな人間性を子どもたちに育むことである。また、たくましく生きるための、健康や体力をつける事も不可欠であることは言うまでもない。

剣道は、このような教育情勢の中でこの教育課題を具現化できる教材だと考える。剣道は、古来からの伝統的文化のひとつであり、歴史的変遷の中で大切に育て上げられたものである。その「よさ」は、対人で打ち合ったり、しのいだり、かわしたりする掛け引きの中で課題を見つけ、考え、判断し、工夫し課題を達成するというところにある。また剣道は、格闘技の要素も含んでおり、とすれば戦うことのみが目がいき、腕力に頼ったり、暴力的になりやすい。したがって特に礼儀作法（お互いに尊重する態度）や試合における公正さ等が要求される。

現代文明の進歩と、日常生活の変化から、授業では礼（挨拶・礼儀作法）の意味や正座はもとより紐を結ぶ防具の着脱など、その解説や指導には多くの時間をついやすが、剣道を学習することは、意義深いことと考える。

### 2. 研究のねらい

当教科では、「生涯体育・スポーツ」を念頭に置いて、6年一貫教育を行ってきた。それには生徒一人ひとりが単元の展開からまとめまでの一時間、一時間の意味や個々の練習の意味を理解・意識すること、自分の習熟度を自己診断（評価）でき、そこから明確な課題意識を持ち、工夫し実践を繰り返しながら、他の生徒と「教えあい学びあい」学習を積み重ねながら技能を身につけていくこと、それを教師が援助（指導）していくことが大切である。剣道の授業もこのことを根底に展開している。「守・破・離」という道を修める際の言葉があるが、これは指導者の教えを忠実に守ることから、自分の世界を創造するまでの段階を端的に示している。何事においても、大きく進歩するには、基本を身につける段階の「守」を大切にすることが特に重要であることを示しており、ある意味では、いつの段階でも「守」であるといっても過言でない。

剣道の授業では、基礎的な打突などの練習を行わせたりする際、一つひとつの練習が、総合的練習と無関係に行われたり、相互の対人関係なしに指導したのでは、学習効果をあげることは出来ない。そのためには、あらかじめ技術や要素的部分との相互の関連や同一の発展系統に基づく内容や方法・順序などを考えて練習の方法を体系化して学習する必要がある。今回の授業では、初心者も多数おり、基本動作（構え・体さばき・素振り・基本打突）を学習することに時間をかけるようになるが、対人関係の中で「打突の好機」を捉えることを意識させた幾つかの「パターン練習」を実践することに重きをおき、単に形だけをまねた「守」の練習に終わらないようにしたいと考えた。剣道では、相手も自分も絶えず動いて攻

\* 広島大学大学院教育学研究科との共同研究の一部である。

\*\* 広島大学大学院教育学研究科

防を繰り返しており、その中に打突の機会（隙）が多く生じるが、その機会は、瞬間的で失いやすいものでもある。これを発見したら機を失うことなく、打突しなければならないが、思わず知らずに打突できるようになるまでには、一般的に言えば相当の練習を積み重ねることが必要である。しかし、相互の対人関係を意識させた練習を体験させることによって、打突の機会がはっきりと見えて来る可能性がより高くなれば、生きた「守」が体得できるのではなかるうか、様々な生涯学習の中で「破」や「離」につなげる為にも、生きた「守」となる体験というものは大切であると考えます。

そこで、今回の授業では単に形だけをまねた「守」の練習に終わらないように①対人関係の中で「打突の好機」をとらえることを意識させたいいくつかのパターン練習を取り入れ、②相手を尊重する態度、試合における公正さからくる、剣道独自の礼儀作法にも触れさせることも取り入れ、意欲的に剣道の授業に臨み、基本動作が学べる授業計画を作成し、授業を実施し、より意欲的に学べる剣道の効果的な指導法を探りたい。

### 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  
一年生 男子 74名  
(内、初心者30名)
- 2) 期 間 2002年9月～10月
- 3) 研究の方法

当教科の「生涯体育・スポーツ」を念頭においた6年一貫教育プログラムを基盤に以下【表1】に示す学習計画で15時間の実験授業を行った。今回は、授業での生徒たちの学習ノートから毎時の課題意識や授業後のアンケートによる授業評価や感想からこの学習計画を検討

し、意欲的に学べる剣道の基本動作の効果的な指導法を探ろうとした。

今回の学習計画の立案で特に考慮・工夫したことは、次の点である。

1. オリエンテーションを充実する。(指導者の授業の意図を生徒に理解させることは大切である)
2. 毎時課題を持ち、考え工夫することを強調する。
3. お互いに認め合い、尊重すること。それを礼で表現すること。
4. 防具は、早い時期からつけ、気構えをつくる。(着構え\*\*\*・緊張感、やる気を鼓舞させる。)
5. 足さばき・体さばき・素振りは、ただ単に基本動作に止まらず、対人で向かい合いおこなう。(対人関係を意識した練習をさせる。)
6. お互いの動きながらの攻め合いから笛の合図により同時に打突(面打ち)する。(攻めの気持ち、足さばき、体さばき、鋭い踏み込み、打突の練習をさせる)
7. 対人での動き・構え・基本打突で相手の中心をとる(攻める)こと、打突時の右足の踏み込み、打突後の素早い左足の引き付けする。(正中線を攻める、鋭い踏み込みからの打突、打突後次の動作に素早く移るための左足の引き付けを素早くさせる)
8. パターン練習をする。(攻防の中で相手の隙の生まれる所を幾つかパターン化し、その隙を逃さず打突させる)
9. 地稽古を早めに実施する。(基本練習との関連を考えさせる)
10. 地稽古直後に基本打ち(面打ち)を実施する。(有効打突がどんなものかを再確認させる)

【表1】 学 習 計 画

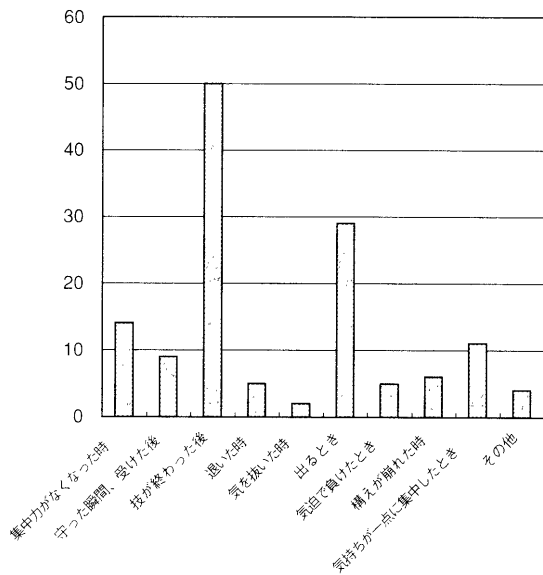
時間	指 導 項 目	指 導 の ポ イ ン ト
1	オリエンテーション(授業の進め方) VTR視聴(防具の着装・基本打突)	課題意識をもって工夫しながら取り組むこと 有効打突(気・剣・体の一致・残心)、礼の意味とその重要性、竹刀の名称(打突部刃部で打つ、)
2	正座、礼 相対しての構え・間合い、足さばき 素振り(上下振り、正面振り)、相対しての素振り	座礼・立礼、礼の意味(お互いを尊重する・認め合うことの表現、自分の心が相手に伝わるか) 間合い(一足一刀の間・近間・遠間・9歩の間合)、礼→蹲踞→一足一刀の間合→足さばき→蹲踞→礼 間合い、視線(目付け)、中心をとる、刃筋を立てる

3	胴の着装、防具のしまい方 相対しての足さばき・素振り、 面打ち（竹刀を打つ）	着構え***（比較的早い時期に着装してやる気の鼓舞） 垂れは下腹に圧迫感がある位締める、胴の下紐を忘れずに結ぶ、右肘をしっかり伸ばす、左手を引く、力を入れるところ・抜くところ、足さばきと一致、踏み込み足・送り足、発声、残心の大切さ
4	面の着装（手拭い、面紐）、 防具のしまい方 相対しての足さばき・素振り、 面打ち	手拭のつけ方、面紐のつけ方・結び方 剣先は相手の中心を外さない、相手の目をみる 発声・残心の大切さ、面打ち（面布団を打つ）
5	相対しての足さばき・素振り （左右面）、面打ち、連続技 （面→面）	連続技での足さばき（打突後の左足のひきつけを速く）
6	相対しての足さばき・素振り （左右面）、 面打ち、面の受け方、払い面 （打ち落とし面） 地稽古（面のみ）	左右面（手首を返して、刃筋をたてる） 打ち落とし面での足さばき（左足の引きつけを速く） 受け方（表・裏、肘を伸ばし、前でかわす）、中心をはずさない（面打ち、受け方） 地稽古（基本の大切さを感じさせる）
7	相対しての足さばき・素振り、 二足一刀の素振り小手打ち、 小手の受け、小手→面 パターン①（小手→面→←打 った後振り向くところを面） 地稽古（小手・面のみ）	二足一刀の素振り（手足の動き・バランス） 小手打ち（よく締めて打つ）小手の受け（表・裏、逆襲出来るように） パターン①（技の尽きたところ、不十分な残心、振り向く所をすかさず決める） 地稽古（基本の大切さを感じさせる）
8	相対しての足さばき・素振り 連続面の打ち込み 胴打ち 約束練習（小手・面・胴） パターン① 地稽古	連続面の打ち込み（振り上げてから踏み込んで打つ、左足の引きつけを速く） 胴打ち（手首の返し、打ち間から交互に胴うち→一足一刀の間から胴打ち→一足一刀の間から胴打ち・右抜け・左抜け） 地稽古（基本打ち・受けを生かす）
9	胴打ち、胴の受け パターン②（面→面←抜き 胴・返し胴） つばせり←引き技（面・胴） 地稽古	胴の受け（逆襲出来るように） パターン②（出てくる所をすかさず決める） つばせりあいから相手が押して来る所や構えを崩し、気迫を込めて打突する。
10	パターン③面→体当たり→引 き技（面・胴） 地稽古	パターン③（動きの止まった所を気迫を込めて打突する）
11	パターン④小手・面→体当た り←引き胴→打ち落とし面	パターン④（引き際、体勢が整わないところすかさず決める）
12	パターン①、②、③、④ 地稽古	地稽古では、しっかり声を出し、攻めの気持ちを持つ
13	パターン①、②、③、④ 地稽古	地稽古では、最初と最後の礼は心を込めてしっかりやる
14	パターン①、②、③、④ 地稽古	地稽古では、今までの成果と得意技を作る意識を持つ

\*\*\*着構えとは、着装することで緊張感を生み、やる気を鼓舞させ、気構えを作ることを表現した筆者の造語

#### 4. 結果と考察

##### 1) 隙が生ずる時



【図1】隙はどんな時にできると思うか

事後アンケートの項目「隙はどんな時に出来るとおもうか」（複数回答可）を整理し、まとめたものが図1である。

学習計画に示したようにパターン練習4種を授業で実施した。これは打突の好機を実際の対人関係の動きの中で有効打突をとらえ体感できるように考えて構成したが、これは「剣道小読本」（広島県剣道連盟編）に示されている「打突の好機」を参考の一つとして作成した。「剣道小読本」よれば、打突の好機を次のように整理している。

- ①【出頭（でばな）】、相手が動作を起す時は、必ず隙（すき）が生まれる。この動作を起そうとする瞬間を打突する。
- ②【退く処】、攻め立てられ技が尽きて退いたり、退いた立場にいる時は、早くもとの体勢を取り戻そうとする。そこをすかさず打突する。
- ③【技の尽きた処（最後の技が終わった処）】、相手が連続して打突してくるのを体勢を失わないように受け止めたり、しのいだりすれば、相手の技は一段落して、どうしても気の抜けるものである。そこをすかさず打突する。
- ④【居ついた処（動けない処）】居つくとは、一つの所から前にも後ろにも動かないことである。また、動けない状態である。打とうと思うが、打って出れば打たれそうだし、退いて逃げれば、これもまた打たれそうだと思い、思案にくれて、心身の活動が鈍り、瞬間的に一時停止する。そこをすかさず打突する。
- ⑤【受け止めた処】、相手がこちらの技を受け止めた時、

一寸した安心感が生じる。そこに隙が出来る。すかさずその隙を打突する。

- ⑥【その他】、例えば、相手が息を深く吸う処とか、相手に狐疑心の生じた処とか、驚懼疑惑の心が生じた処などすかさず打突する。

図1を見ると、【技が終わった後】が最も多い。「相手の技が終わり、相手が安心しきっている時を狙った」、「相手がひたすら打ってくるのをかわし、終わった所を攻めた」、「攻撃をかわした後、相手が残心を取ろうと振り向く瞬間」等、授業の中でパターン①（技の尽きたところ、不十分な残心、振り向く所をすかさず決める）の練習の中で感じ取ったものと思われる。次にパターン②（出る所をすかさず決める）で練習した【出るとき】が多い。相手が攻撃に出る所あるいは、出ようとする瞬間が隙ができると感じている。「相手を威嚇し、構えで攻め、たまらずでてくる所をねらった」、「わざと隙を見せ、相手がそこを打ってくる所を打った」等、いわゆる「出ばな」に隙が生ずると感じている。パターン③（動きの止まった所をすかさず決める）、パターン④（相手の引いて体勢の整わない所をすかさず決める）などパターン練習で実施したものや「終盤に疲れて来て、竹刀の動きが鈍って来た時」、「相手の集中力がと切れ、様子見程度の技を仕掛けて来た時」等の【集中力がなくなった時】、また、「攻撃しか考えてない時」、「気持ちが攻めに偏ったとき」等の【気持ちが一点に集中したとき】も多い。

全体的に見ると「剣道小読本」に整理されている打突の好機を授業の中でほとんど体感していると言える。

剣道は、互いに竹刀を持ち、防具をつけて一対一で面・小手・胴・突への有効打突を競い合う競技であり、お互いに有効打突をねらい、そこに攻防が生じ、いきなり有効打突が決まることはない。いわゆる相手の「隙」がある所を打突して有効打突となる。今回は、その隙がどのような時に生ずるかが判り、「おもしろさ」が増し、意欲的に授業に臨んだと思われる。パターン練習は、生徒たちにとって打突の好機が見え、体感しやすく、これを次の段階の体得、修得へと高めていくためにも効果があったものと思われる。

##### 2) 一本をとる工夫

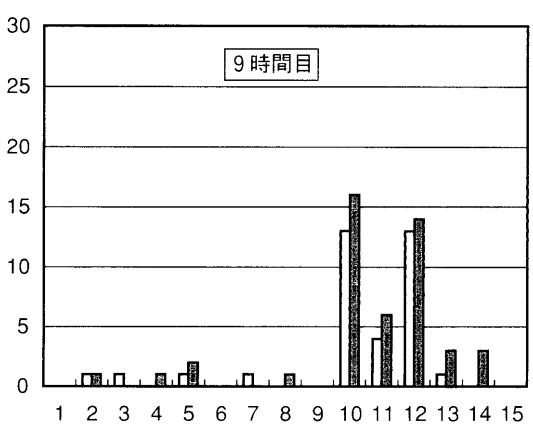
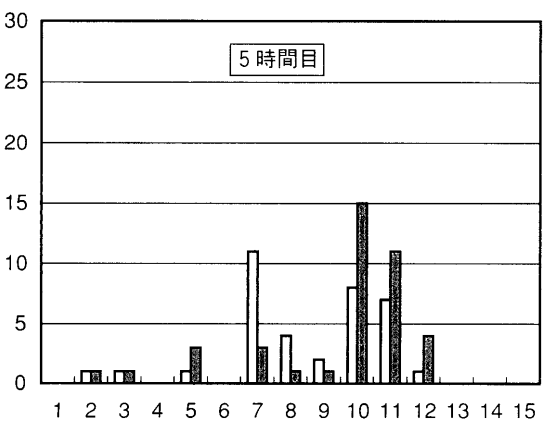
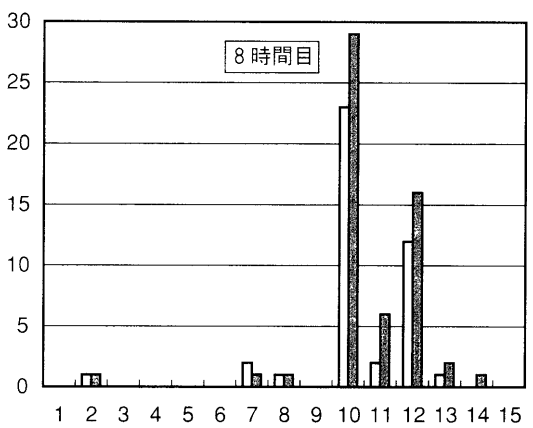
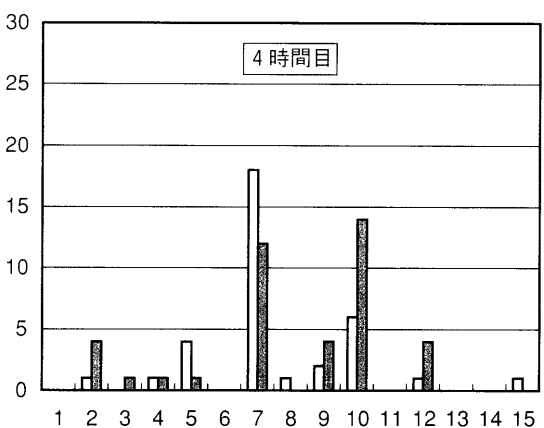
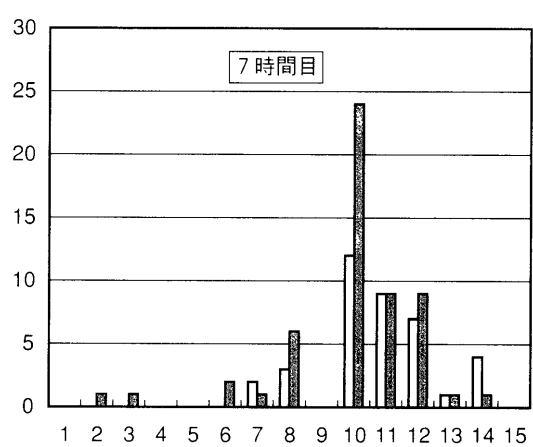
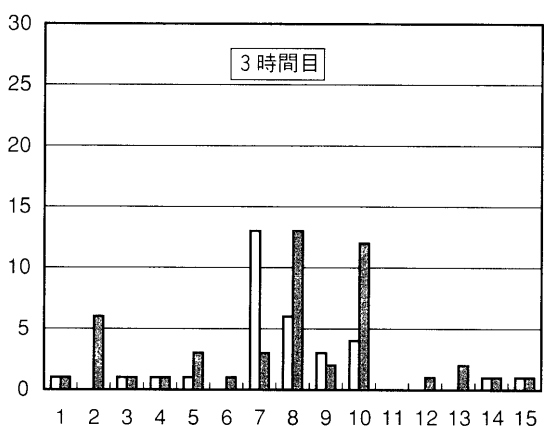
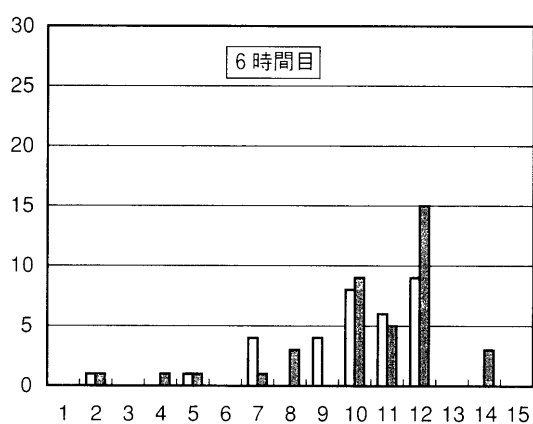
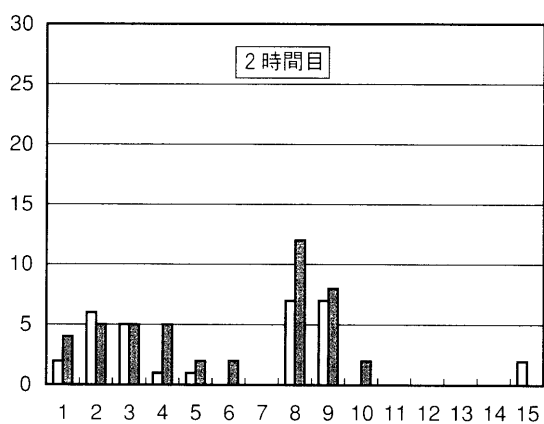
生徒たちは、攻防の中から生まれた隙や積極的に相手の隙を作るなどをして有効打突をとるためどのように考え・工夫をしたか。回答から代表的なものあげたものが【表2】である。生徒たちは、相手との攻防の中、練習で培った自分の力を自己診断し、それを基に「一本をとる」（課題の達成）ため、未熟ながら考え・工夫をしているのがわかる。

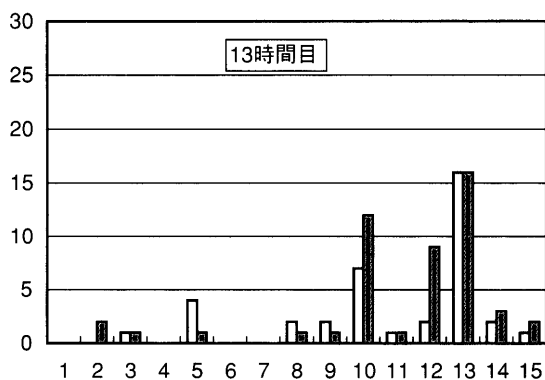
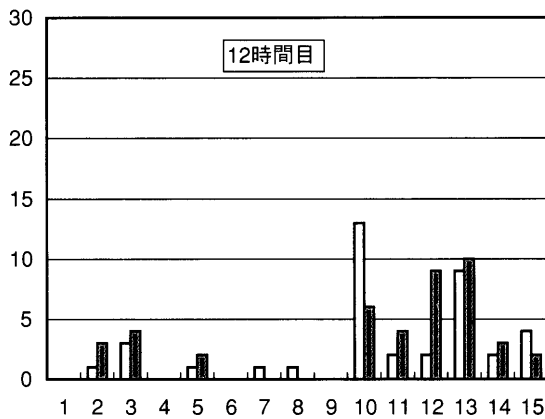
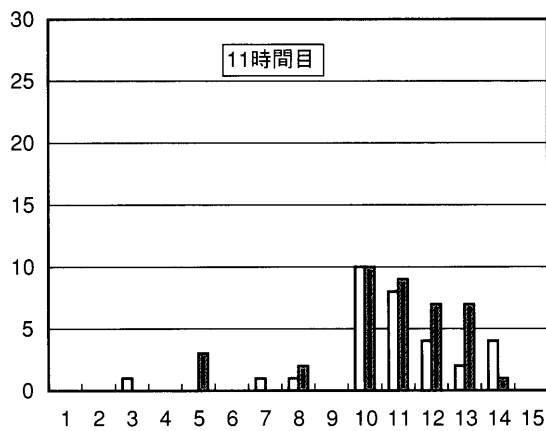
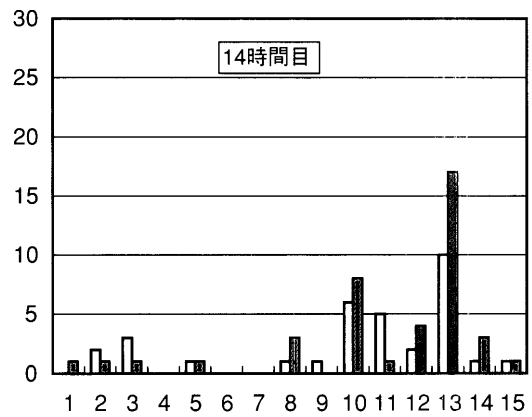
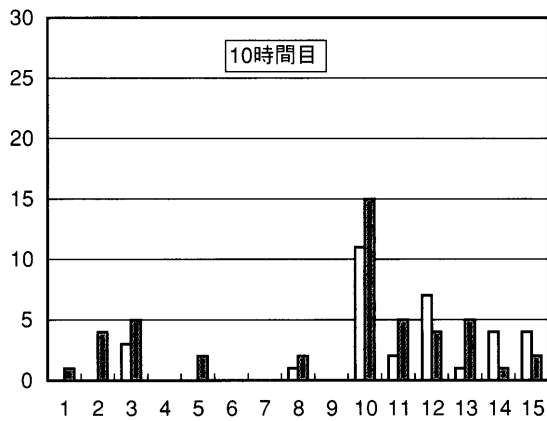
【表2】

## 有効打突の一本をとる工夫をいかにしたか

相手の竹刀を何回もたたいて、気がそれたときに攻める。技を出す前に後の展開を考えて攻めた。  
 相手の技の終わりを見て、直に技を出した。  
 連続技を出し、相手が疲れたところ、ひるんだ所を攻めた。  
 相手との間合いをきちんと取り、相手の出してくる技のくせを見抜けるようにした。  
 大声や相手を鋭くにらみ威嚇しながら攻めた。攻める時の速さに強弱をつけた。  
 相手の隙を作るため、二回同じ攻め方をし、三回目に別の攻め方をした。  
 無理に攻めようとせず、じっくり構え相手の攻めをよけるか払い落として次の瞬間に攻めた。  
 相手を威嚇し、構えで攻め、じりじりと間合いをつめ、たまらずでてくる所をねらった。冷静になることが大切。  
 相手との間合いを一足一刀だけでなく、近間・遠間など色々変えた。  
 守ってばかりだと相手を取られるので、とにかく先手をとるようにした。  
 力任せでなく、相手の動きを見て、一本でもいいからキレイに決めようと集中した。  
 剣先を細かく動かして、いつ打つのか分りにくいようにした。  
 面を打つふりをして相手が驚いている隙に胴を打った。結構成功した。  
 背が高く歩幅もあるので遠間にとり、腕も長いので構えるとき腕を少し曲げ、相手を誘い込んだ。  
 始め、の瞬間、相手が集中していないところを小手・面、体当たり、引き胴や引き面などの連続技で攻めた。  
 小手・面でけん制しながら間合いを取り、相手が突進してくるところを打った。  
 相手の裏の裏を取ろうとする気持ちを持つこと。  
 中心を取り、剣先を喉元につけ、前に出て攻めると相手がのけぞるので、そこを打った。  
 力ばかりに頼らずからだの全体で動きを利用し、相手の力も利用できるように工夫した。  
 連続して打ったり、突然攻めたり、攻めに強弱をつけた。  
 一瞬の相手の動きに反応出来るようにし、力まずに心を落ち着かせ、いつでも動けるようにした。  
 竹刀を一度下げ、相手が面を打とうとした瞬間を攻めた。  
 気持ちで負けないように大きな声を出す。相手から目を離さない、剣先を相手に向け中心を取る。  
 わざと隙を見せ、相手を誘い込んだ。  
 一本目はかわされるので打った後、左足の引きつけを素早くして次の技のスピードを速くした。  
 面を直ぐ打つくせがある。たいてい守られるので、そこからの攻撃を考えた。



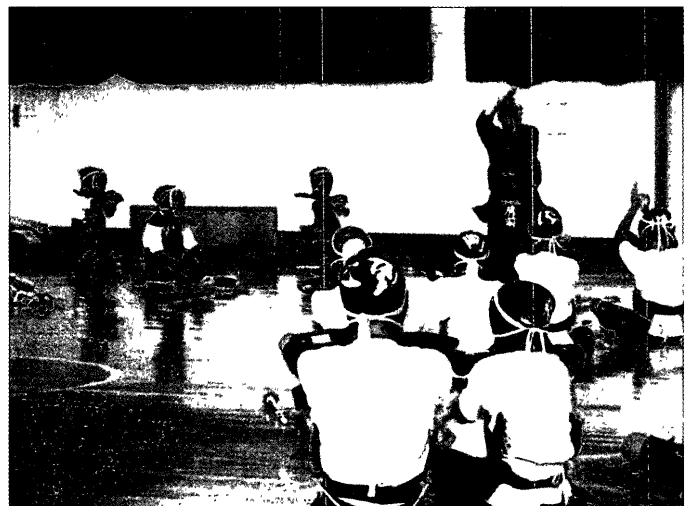




- 1- 礼儀作法・挨拶・相手を尊重する
- 2- 精神・集中・暑さに負けぬ真面目に
- 3- 基本を学ぶ・基本を大切に
- 4- 思い出す
- 5- 発声・大きな声を出す
- 6- 体力をつける・腕力をつける
- 7- 着装を早く・手拭をしっかりと・しまい方
- 8- 構え・足さばき・体裁き
- 9- 素振り・撓いの持ち方
- 10- 基本打突・すばやく打つ・残心
- 11- 連続技・ひきつけ足を早く
- 12- 対人動作・間合い・払方・受け方
- 13- 駆け引き・隙をつく・構えを崩す
- 14- 攻めの気持ち、冷静さ、恐れがない
- 15- その他・早く追いつく、成果を出す

□ 初心者    ■ 既習者

【図2】 授業の進行と課題の変化



### 3) 授業の進行と課題の変化

学習ノートの「練習での君の課題」を15項目に整理してまとめたものが図2である。

#### ①【個人個人が修得すべき課題】

項目1～9は礼儀作法・発声・素振り・足さばき・着装等の課題である。これを見ると7（着装）は、当然のことであるが初心者が多い。2, 3時間目に着装指導を実施しているので数値が高くなるのは当然であるが初心者においては単元後半にも着装を課題にしている者もいる。これはパターン練習や地稽古など動きが激しくなればなるほどしっかりした着装をする必要があるからである。おおむね初心者は着装に慣れるには、6～7時間くらいの授業が必要であることも示している。

#### ②【基本打突での課題】

項目10～12は対人での基本打突での課題である。授業の進行に合わせて5時間目あたりから多くはなるが、既習者はそれ以前から課題に挙げている者もいる。授業の13時間目から減少してくる。

#### ③【かけひき・心の内面での課題】

項目13～14は対人での駆け引きの課題である。単元の後半に多くなるが、既習者においては単元の中盤6時間目あたりから出ている。

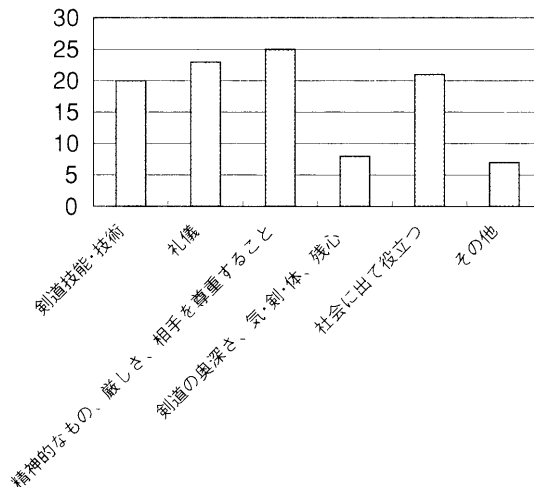
課題の変化を見ると大まかに①⇒②⇒③と変化する。既習者と初心者のそれを比較すると初心者は単元の内容の進行と並行して①⇒②⇒③変化していくが、既習者は比較的早くから【基本打突での課題】や【かけひき・心の内面での課題】を課題にあげて授業に臨んでいることがわかる。

授業では、教師が生徒に『目標や課題』を示し授業を展開するが、ただ単に生徒は、示されたそれをこなすだけでなく、それぞれが個人の力を自己診断し、自己の課題を持ち授業に臨むことが重要である。課題を達成するために工夫を重ね課題を克服し、新たな課題を発見といういい循環が生じる。この循環のある、なしが生徒たちが意欲的に授業に取り組むかどうかを左右する。

今回の授業では繰り返しこの趣旨を生徒に強調した。この結果、それぞれがそれぞれの課題を持ち、これを達成し、より高い課題を持って意欲的に授業に臨んでいることがうかがえる。

ただし、指導者が与える『目標や課題』は、何でそうなるのかという原理・原則にとどめ、生徒たちが考え、そして工夫する「ゆとり」のあるものにすることが肝要である。

### 4) 今回の剣道の授業で学んだものは何か



【図3】 剣道で学んだものは何か

「剣道で学んだものは何か」（複数回答可）をまとめたものが図3である。

【剣道の技能・技術】、【剣道の奥深さ、気・剣・体、残心】、例えば「中心を取り攻めると相手が動けなくなる。人間のからだの弱点」、「守ることも攻撃の一つだ」、「剣道独特の足さばき、手と足の供給動作」、「竹刀は一本のてこで、右手と左手を支点・力点にして使い分けると上手く操作できる」、「剣道の奥深さ、真剣勝負の緊張感を感じた」、等剣道の独特の技能・知識等が多いのは当然である。

【精神的なもの・厳しさ・相手を尊重すること】、例えば「いっしょに練習した相手に感謝すること」、「集中力・自分を冷静に見つめる大切さ」、「剣道は、相手に勝つことでなく、自分に勝つこと」、等や【社会に出て役立つ】、「自信を持ってやれば何でも出来る」、「物事に一生懸命に取り組む大切さ」、「人間はねばり強さが大切」、「健康であれば何でも出来る」等暑さ厳しい悪条件の元、厳しく相手と対峙し攻め合い・守り合いの中から精神的に学ぶことが多かったと思われる。「精神的な鍛錬（中だるみを直すため頑張った）」との回答からも、ややもすると厳しさ・苦しさから逃げ、安易な楽しみに走りやすい最近の高校生が剣道の授業で厳しさ・苦しさの中やそれを通した後に楽しみや喜びがあることを発見し、それが新鮮なものに写ったのだろう。

【その他】に「自分が臆病であること」、「人間が臆病だということ」、というように相手との攻防の中で心の内面で自分と対峙した記述もある。「平常心」と答えた者もいるが剣道で言われる四戒「驚懼疑惑」の戒めを感じたのであろう。また「日本のスポーツの面白さ」、「礼儀を重んずる日本文化」等が見られ、単に技術だけでなく学ぶところが多く、剣道の教材としての奥深さを感じ



られる。

#### 4) 剣道で礼を重んずることについて

『剣道は礼に始まり、礼に終わる』という言葉があるように剣道では礼儀を重んずる。この礼儀について「剣道では、礼を重んじるがそれについてどう思うか」について生徒たちの回答の代表的なものを表3に列挙する。格闘技としての剣道での礼の必要性や剣道で身に付けた礼儀作法が社会に出て役立つなど、表現は違いさまざまな角度から礼儀の重要性を回答している。しかし、礼儀はどんなスポーツでも大切に剣道が特別ではないという回

答もあった。いずれにしても今回相手をお互いに認め・尊重することを礼で表すことを重点の一つとして授業を展開したが、生徒はお互いに認め合い、尊重する礼儀の重要性を考え、授業だけでなく、社会に出て必要で大切なことだと感じたことは予想以上であった。

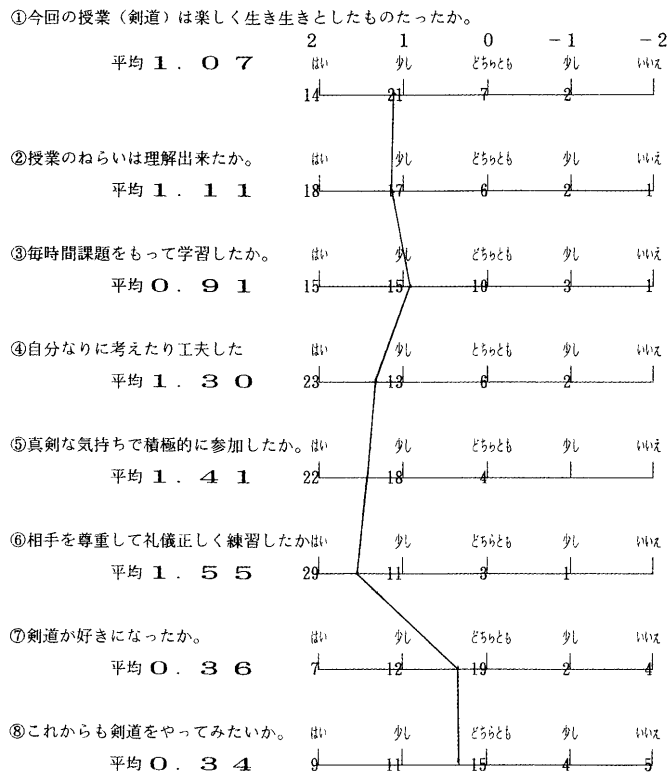
今回の授業では、パターン練習で相手の隙が分り、隙を積極的に作り攻める。工夫をする中で攻防の中身もより高度なものになり、お互いに認め・尊重する礼を重んずることがより大切であることを身をもって体験する機会も多かった。このことも礼について考えることにつながったと思われる。

【表3】

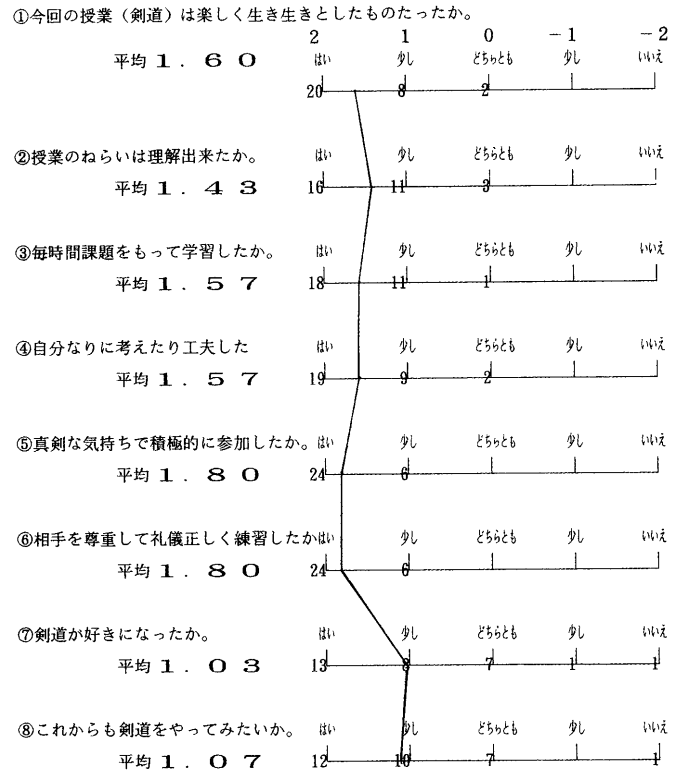
剣道で礼を重んずることについて

礼儀を大切に作る剣道は、相手との競い合い、勝ち負けの世界でないことがよくわかった。相手には最大限の敬意を払うことが戦いにおける礼儀だと思う。武道の心を今の世の中でも実感できたり、気を大切にすることはいいところだ、集中力も高まっていい。剣道だけでなく、生活の場面でも礼儀正しくしようと思う。最近では礼儀が廃れていて、礼儀に触れることが出来てよかった。お互いにいい気分で試合に臨むことが出来る。防具がないところを打突してしまっても後に残らない。他のスポーツでは体験できないものだった。剣道のように礼儀を大切にすることが少ないので良い。自分を冷静に見つめなおすことが出来る点でも良かった。社会に出てからも礼儀は大切だと思うので今回の剣道はとてもためになった。本気で打ち込んでいくためには、相手への思いやりと相手を尊重する気持ちが伴わなければならないので、剣道で礼儀を重んじるのは当然だ。礼儀を重んじることによって気持ちよく始められ、負けても勝っても気持ちがすっきりする。他のスポーツでは見られない動作や作法が多くて慣れるのは大変だったが、新鮮でよかった。良いことだ、かなり集中出来るし、相手と真剣に練習や試合が出来るから。礼儀を身に付けるいい機会だった。相手を尊重するとかそういう面で勉強になった。相手のからだを借りて自分の練習をしているのだから、礼儀がなかったら相手が不快に感じる。礼儀を重んずることは、相手に気遣い、自分を気遣うことにもつながる。武道以外ではなかなか勉強できないので大切である。日常生活でも出来るようにしたい。相手に不快感を与えないことがどれだけ大切か分った。礼儀は社会に出て大切なことであるので剣道でそれが身につくのでいいことだと思う。形式から物事は入るものであるのよこと。剣道は昔からずっとある。昔はあんな礼儀が普通だったのだろう。今の人が礼儀を知らないだけか？礼や蹲踞すると緊張感が高まり剣道に集中できる。集中力があると隙がない。集中力の訓練になる。どこの国でも同じだが、特に日本では礼を重んじていてそれは良いところだ。剣道だけでなく、生活の一場面でも礼儀正しくしようと思う。素晴らしいことだ。楽しくルールを守って試合をしたり、練習で強くなるには、相手に敬意を払うべきだし、それを示すには礼儀を正しくする必要がある。剣道だけ強調するのはおかしい。他のスポーツにおいても大事、ただ表現の仕方が違うだけ。剣道では、技能と同じくらい精神が重要視され、その特徴が礼儀だ。相手を尊重する礼儀がなければ、ただの喧嘩と同じになる。

## 5) 今回の授業イメージ



【図4】既習者（44名）



【図5】初心者（30名）

今回の授業を生徒たちは、どのようなとらえているか、既習者と初心者の違いをイメージ化したのが図4（既習者）と図5（初心者）である。この図は、8項目を肯定的な「はい」から否定的な「いいえ」までを+2から-2の5段階に数値化し、それぞれの段階の人数とその数値の積の総和を総人員で割り平均値をグラフ化したものである。

これを全体的に見ると①～⑧まで全ての項目で今回の授業を好印象でとらえてことが分る。特に⑤真剣な気持ちで積極的に参加したか。⑥相手を尊重して礼儀正しく練習したか。は高率を示している。既習者と初心者を比較すると初心者の方が高率を示している。これは初心者が30名（全体の40.5%）もおり、初心者に重きをおいた授業内容・展開になったことがその理由の一つとして考えられる。

今回の学習計画に基づく授業で生徒たちは、授業のねらいを理解し、課題を持ち、考え、工夫をし、真剣な気持ちで楽しく取り組んだ。と総括できる。

### 5. まとめと今後の課題

高校の体育での剣道授業では、その授業時間の少なさ、初心者の多さ、また生徒たちの日常生活の変化などから礼儀作法・防具の着脱指導に多くの時間を必要とするな

ど、指導上の困難点が多い。このような状況の中、意欲的に授業に取り組むための基本動作を学ぶ授業計画を作成し、それに基づき授業を展開した。「守・破・離」という道を修める際の言葉があるが、大きく進歩するには、基本を身につける段階の「守」を大切にすることは重要である。今回の授業では、初心者も多数おり、基本動作（構え・体さばき・素振り・基本打突）を学習する際、相互の対人関係を意識させ、基本打突練習では、「打突の好機」を意識させたいいくつかのパターン練習を実践した。生徒たちは、このパターン練習で見えてきた打突の好機を地稽古の中で捉えたり、意識的に打突の好機を作ることも試み、未熟ながら攻防の中で「一本を取る」と言う剣道のおもしろさを体感したようである。また、相手を尊重する態度、試合における公正さからくる剣道独自の礼儀作法にも触れさせたが、その中から剣道に日ごろの生活の中になく雰囲気や新鮮さも感じた。これらが意欲的な取り組みになった要因であると思われる。

特に、残暑厳しい時期での実施で生徒たちは悪条件の中、大汗をかきながら、個々が課題を持ち、意欲的に取り組み、その授業評価も好評であったと言える。見学者も長期見学者1名を含み1時間あたり1.3人と他の教材に比較しても少なかった。今回の生徒たちの取り組みの積極さは正直に言えば予想以上であり、所期の目的は

十分達成できたのではないかと思われる。  
今回は、生徒たちの授業に取り組む姿勢や意識から学習  
計画を検討したが、次回は、技能面（技能の定着やその

向上）を調査・検討し、意欲的に取り組む剣道の授業の  
指導法を探りたい。最後に今回の剣道の授業を生徒たち  
が短歌にした。これを紹介しまとめにする。

## 剣道授業短歌集

### 『剣道授業』

柄頭だんだん黒へと変化する、これは私の進歩の証（しるし）  
これまでの、日々の仲では気づかない、視線で感じる相手の気迫  
情熱にさらに掛け持つ冷静さ、込めた思いに竹刀は闘う  
喜びは相手に与えたこの一撃、練習に耐え初めて生まれる  
音重ね、交わる剣の火花ちり、その数重ね、強くなるかな  
剣先の交わるところで火花散る、男と男の本気の勝負  
面打ちで前進後退するたびに、足に感じるみんなの気迫  
気を抜けば直にやられる真剣勝負、耐えに耐え抜き心を磨く  
溢れ出す竹刀の先のド根性、われ等で感ず武道の醍醐味  
打つたびにゴメンゴメンと謝って、許してもらおう慣れぬ胴打ち  
胴を打ち脇に当たってごめんなさい、次に面打ちごめんなさい  
小手打たれ痛いと思って気合入れ、胴を打ったらいやな感触  
先生の指導通りに練習し、今では私も柳生宗矩  
お相手が胴をはずしてわきの下、あの激痛はもう忘れない

### 『地稽古、駆け引き』

剣先の一寸ばかりの動きさえ、おどおどしている悲しき自分  
向かい合う相手に一喝食らわして、おびえた隙に面をいただき  
面だけをしつこく狙うあなたには、愛想が尽きた胴をいただき  
引き際を、見極めること大切だ、暴走すると後でやられる  
似たような攻撃すれば心すら、見透かされるし、勝つことできず  
胴はずしこれはいかんと思っても、やはり狙うは、胴ばかりなり  
負けるかと打ち合う竹刀鳴り響く、勝負の行方は神のみぞ知る  
面決まり、ざまあみろと思ったが、残心忘れ一本とれず  
相手との一足一刀間合いから、飛び込むときの緊張感  
冷静に、力任せは無駄なこと好機をみつけ攻めに出る  
誰とでも勝つ気でいくのが僕の道、でも先生とはやりたくないです  
剣先に気合と気迫込めて打つ、相手は、うあて余裕でかわす  
面・面・面、技を出すのはいいけれど、隙が多くて逆効果  
剣道はうかがう時と攻める時、切りかえることがうまくなるコツ  
ああいたい脇胴よりもさらに上、取られたときの相手の笑顔  
渾身の力を込めて振り下ろす、華麗に裁かれ面に一撃  
小手を打ち、つづけて面も胴も打つ、そこで気が抜け面を取られる

### 『剣道精神』

剣道は心と心の勝負なり、人に負けても我に負けるな  
練習後、正座しながら目をつむる、滴り落ちる汗と興奮  
蒼天（あおぞら）の秋空の下竹刀振る、強くなるため日々精進

あら意外剣道やはり楽しいな、大和の美意識学びたりかな  
狂い立つその棒切れが鍵となり、教えてくれた古（いにしえ）の詩（うた）  
剣道は精神力を育て、己を磨き成長させる  
剣道で鍛えられるは身と心、礼儀作法は全てに通ず  
全員が侍気分これも良し、楽しむことは何より大事  
面つけて邪心を払い剣を持ち、相手と対峙し己を律す  
心消し消さねば心攻められる、守ることこそ剣道の髓  
竹刀手に気合引き締め真剣に、学びとろうよ心・技・体  
正座をし、先生の声待ちながら、痛みに耐えるこれも修業か

### 『着 装』

垂れつけて胴つけ面つけ小手つけて、全部つけたら意外と重い  
もう少しあともう少しで届くのに、なんてくやしい滴る汗は  
防具つけカッコよげに見えるけど、後ろの胴ひもほどけてる  
必勝と書かれた手拭つけたけど、いざとなったら前が見えない  
暑い日に剣道やって汗をかき、面を外したあの爽やかさ  
面をとり皆感じるは開放感、緊張練習あればこそ  
剣道の防具つけに一苦労、相手が強いとまた一苦労  
暑い中動き回って汗まみれ、待ちどうしいかなメンとれの声

### 『季 節』

雨がまだ雪に変わらぬこの時期に、竹刀握りて血潮沸き立つ  
夏の時期暑さに負けずバシバシと、気持ちを込めて面を打つなり  
暑いなど嘆くけれども脱ぐときの、すがすがしさが剣道醍醐味  
汗流れこの暑い中やる剣道、ふと気づけば外は秋風  
夏の日に剣道たしなみふと思う、心も体も熱きことかは  
夏の日に剣道しつつ思いける、ああ冬の日の寒さ恋しき  
夏だから一層楽しい剣道だ、暑さに負けず力をつける  
面をとり、深く一息ついてみる、季節感じる秋の始まり  
暑ければ心身共に強くなる、ぬるま湯入るは、弱気者かな

### 【参考文献】

- 1) 房前浩二他：「中学校・高等学校を一貫した保健体育科の系統的学習内容の構成 一剣道一」  
中等教育研究紀要 第15巻 広島大学附属福山中・高等学校 1975年、3月
- 2) 三橋秀三：「剣道」大修館書店 1976年
- 3) 湯野正憲、岡村忠典：「剣道教室」大修館書店 1979年
- 4) 湯野正憲他：「剣道指導ハンドブック」大修館書店 1976年
- 5) 広島県剣道連盟編：「剣道小読本」
- 6) 文部省：「中学校学習指導要領解説 保健体育編」平成11年
- 7) 文部省：「高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編」平成11年
- 8) 戸田芳雄・本村清人編：「高等学校学習指導要領の展開」明治図書 2000年6月
- 9) マイスports 2002（総合版）大修館書店 2001年4月
- 10) アクティブスポーツ（総合版）大修館書店 2002年4月