

## 「運動の楽しさやできる喜びを味わう 体育授業の創造」

～苦手意識のある「剣道」の授業実践を通して～

### 1. 研究のねらい

本校では、三年間を通して、剣道の授業を位置付けている。昨年度まで勤務していた学校でも同様に位置づけられていた。これまでの実践を踏まえ、まだまだ改善すべき余地があると考え、本研究を実践した。

まず、剣道の授業に入る前に、生徒に「剣道の授業をどう感じているか」というアンケートを取った結果、次のようなことだった。

- 球技と違って、普段、やらないから新たな発見があって面白い。
- 試合で一本が取れると気持ちがいい。
- 剣道は、痛いので好きではない。
- 防具をつけるのに時間がかかるし、試合で取れてしまうのであまり練習できない。
- 自分が上手くなったのかどうか、いまいち分からない。
- 自分ができているか分からないから、友達にどうアドバイスすればいいか分からない。
- 型にこだわって、昔の感じがする。

このアンケートの結果から、剣道の授業に対する興味関心が非常に低いことが共通の課題であり、本校においても、剣道の楽しさを味わえるようにしていきたいと考えた。剣道における楽しさとは、攻めるか否かのかけ引きを楽しみながら、習得した技を発揮し、一本を取って相手に勝つこと、であると私は考える。こうした喜びを味わわせることで、生涯にわたって、運動に親しむ資質や能力を育むことができると考えている

これらを踏まえ、生徒が『技能習得の喜び』を実感することができる保健体育の授業を展開す

るためには、学習への抵抗感をなくすために課題をスモールステップで設定し、課題解決に向けて生徒同士で相互援助活動ができるように、見る視点を示し、単位時間での伸びを実感できる場を位置づけることで、生徒が保健体育の本質に触れ、『技能習得の喜び』を生徒一人一人が味わうことができるだろうと考えた。

### 2. 研究の内容

上記を踏まえ、研究内容を以下の3点にした。

- (1) 付きたい力を明確にした指導計画の作成
- (2) 「できた」「上手くなった」を実感できる場の設定
- (3) 抵抗感を減らすための教材教具の工夫

#### (1) 付きたい力を明確にした指導計画の作成

アンケートの結果から、毎時間、確実に動きが身に付いていくことが、生徒が意欲的に取り組むことにつながると考える。剣道の経験者が少ない中で、どの生徒にも確実に動きを身に付けていくことができるようにするために、まず、単元の出口の姿を明確にする。

その姿になるまでの習熟のみちすじを明らかにしていく。そして、毎時間、確実に動きを身に付けながら、段階的に取り組んでいくことのできる単元指導計画を作成する。

#### (2) 「できた」「上手くなった」を実感できる場の設定

アンケートの結果から、自分の動きの変容を明らかにし、高まりを実感させる場を位置付けていくことが大切であると考えた。

そこで、まず本時の目指す動きを確認できる場

を位置付ける。さらに、授業を通して、動きの変容を実感させることができるように、終末にグループや全体での振り返りの時間を設ける。

### (3) 抵抗感を減らすための教材教具の工夫

生徒へのアンケートから、竹刀で打たれた時の痛み、型を重視する窮屈さが、剣道への抵抗感を高めていると考えた。そこで、当たっても痛くない教具や遊び感覚で扱えるような教具を開発することで、意欲的に学習に向かうことができるようにする。

## 3. 研究実践

### (1) 付けたい力を明確にした指導計画の作成

単元の出口で「相手の隙をついて一本を取る」ことを目標にした。そこで、まずは剣道への抵抗感をなくすために、「チャンバラ」を取り入れた。その後、基本打ち、素早い二段打ち、自らしかける技、相手の出方を見て攻める応じ技を学習し、出口の目指す姿に向けて、段階的に動きを身に付けていくことができる単元指導計画を作成した。単元指導計画は以下のようなものである。(表1)

1	単元・単位時間の流れをつかむ。目指す姿が分かる。映像でイメージできる。
2	復習①(面打ち・小手打ち) 左足を動かさずに、相手に対して打ち込むことができる。
3	復習②(引き面・引き胴) 左足を一歩引き、右足を引きつけ、踏み込む瞬間に打ち込むことができる。
4	技の組み合わせ(面-面、面-胴、小手-面)
5	一つ目の技を打つ際に、よける相手に対して、さらに二つ目の技を打ち込むことができる。
6	
7	しかけ技①払い面 竹刀を払った際によける相手に対して、さらに面を打つことができる。
8	しかけ技②払い小手 竹刀を払った際によける相手に対して、さらに小手を打つことができる。

9	応じ技①出ばな面 相手が攻めて打ってくる瞬間に、すかさず面を打つことができる。
10	応じ技②面抜き胴 相手が面を攻めて来る瞬間に、胴を打つことができる。

表1：一単位時間の学習内容と身に付けさせたい力

毎時間、一つずつ技を覚えられました。自分から攻めたり、相手の動きを見極めたりして、ビデオで見た試合の動きに少し近づけた気がします。

身に付けた技を活用して、本時の学習を進めることができた。段階的に指導していくことで、前時との思考の意識をつなげられた。単元の導入で、出口で目指す試合の様相を見たことで、目指す姿が明確にできた。

- 生徒への意識調査をふまえ、実態に合った単元の出口を設定したことで、抵抗感を和らげ、主体的に授業に取り組む生徒が増えた。
- 生徒がスモールステップで技を確実に身に付けることができ、技能習得の喜びを実感させられた。

### (2) 「できた」「上手くなった」を実感できる場の設定

「帯活動－全体会－グループ会(目指す姿の確認)－前半練習－(中間反省会)－テスト会－試合－グループ会(振り返り活動)－全体会(振り返り活動を含む)」の流れで授業を行った。テスト会は、得点表を用いて、姿をもとにした得点と動きの変容に対するコメントを伝えるようにした。グループ会では、本時目指す動きを各グループがホワイトボードに記入し、その目標をもとに自分自身の振り返り、ペアに対しての振り返りを行った。

テスト会では、自分が意識したポイントを、グループの子から認められて、「上手くなったのだ」と思えて、嬉しかったです。

仲間同士で伝え合うことで、自分に動きの変容

を知ることができた。試合の前に位置付けたことで、練習の成果や伸びが実感できる生徒が多かった。

○テスト会を設け、相互評価し伸びた所を言い合うことで、単位時間で動きの変容を実感できる生徒が増えた。

○自分が上手くなったという自信によって、ペアの上達を助けたという気持ちをもてた。

●三年間でどんな力を身に付けさせたいのか出口での様子を明確にし、今年度どこまで指導するか決める。それが教科研究構想の「体育科で身に付けたい力」を受けるようにする。

### (3) 抵抗感を減らすための教材教具の工夫

生徒の痛さや正しい形を求めなければならないという意識を変えて、楽しく剣道の授業に取り組めるようにしたいと考えた。そこで、実際の竹刀よりも少し短く軽い、さらにスポンジを巻いているため打たれても痛みはほとんどないスポンジ棒を竹刀の代わりに活用した。(写真1、表2) また、前時習った技の復習も帯活動の中でスポンジ棒を用いて行うことで、本時、身に付けさせたい力の習得のための準備とした。

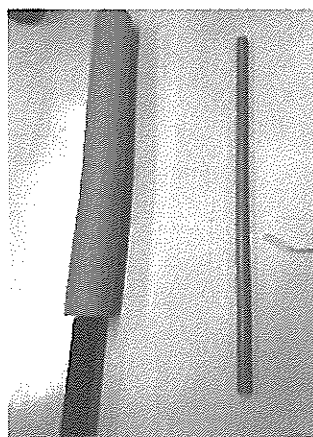


写真1  
塩化ビニル管に  
スポンジを巻いた  
チャンバラ棒

長さ	96cm	間合いを近くするため、竹刀より少し短い。
材質	スポンジ 塩ビ管	打たれても痛みのないよう配慮
重さ	120g	片手でも十分に振れる操作性の易しいもの
形状	持ち手は細い	軽く握ることができるようにした

表2：スポンジ棒の特徴

打ち合いを行う前にスポンジ棒を使って、足さばきや間合いの確認もした。5分間の帯活動の中で、基本的な技能の定着、対人種目ならではの攻め合う楽しさやかけ引きを体感できるようにしたいと考え実践した。(写真2) また、単元の始めは、防具を装着するのに時間がかかり、竹刀を使って十分な練習時間が確保できないため、防具を装着せずに打ち合いができるスポンジ棒は効果的であることを感じた。

写真2：スポンジ棒を用いた帯活動

5分間活動では、今年はスポンジ棒を使ってどんどん打ち合いができてたくさん攻められて楽しかった。

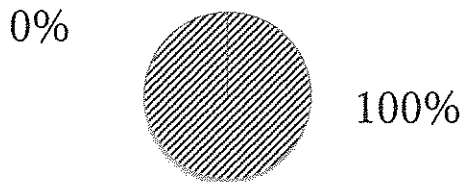
スポンジ棒でたくさん打ち合ったことで、竹刀になっても攻める姿勢をもち続けられた。試合をするのが毎回楽しみだった。



上の文章は、単元終了時に行ったアンケートの一部である。スポンジ棒で「チャンバラ」を取り入れたことにより、剣道への抵抗感は大幅に減らすことができた。前時の復習にも活用することができ、これまでの「防具を着なければ復習ができない」という課題を解消することができた。さら

に、スポンジ棒で打ち合うことで、攻める感覚をつかむことにつながり、授業終末の試合では、手数を多く攻めることができた。

「上手くなった」と感じますか。



▨はい ▨いいえ

○去年と比べて絶対に上手くなったと思います。それは、出せる技が増えたからです。去年の自分と勝負したら勝つ自信があります。

○相手の隙を見つけて一本を取りに行くことができました。余裕がでてきて、試合で慌てなくなったから一本が取れるようになったと思います。今年は、かなり上達できました。

○今までは単調な技を繰り返すことが多かったけど、今年は連続技が出せるようになりました。だから、一本になることが多くなったと思います。

○今まではひたすら打っていました。でも今年は、かけ引きして勝負することができました。間合いのかけ引き、技のかけ引きなど、相手の動きに応じて攻めることができて、充実していました。

○帯活動で「チャンバラ」を取り入れたことで、積極的に攻める姿勢づくりにつながり、自分から仕掛けることができた。

○操作性の易しいスポンジ棒で連続技を行ったことで、連続技の体の使い方を覚えることができた。

○短く設定し作成したことで、帯活動の中で「攻めるか否かの緊張感」を味わい、間合いの大切さを実感させることができた。

●三年生の発展的な技を追求していく段階では、「スポンジ棒」を活用することが難しい。

●「チャンバラ」をすることで、基本に忠実な打突（大きな面打ち、胴打ちなど）を身に付けることが難しい。

#### 4. 成果と課題

- ・単元出口で目指す姿を明確にし、その姿になるまでの習熟のみちすじを明らかにし、段階的に取り組んでいくことのできる単元指導計画の作成は、有効であった。
- ・本時目指す動きを確認し、動きの変容が実感できるようにテスト会、グループ等での振り返りの時間を位置付けたことは有効であった。
- ・打たれても痛みがなく、遊び感覚で扱えるような教具を開発したことが、意欲的に学習に向かうことにつながった。