

意欲的に取り組める武道指導の工夫

— 用具と簡易試合の工夫を取り入れて —

体育・保健体育班 上原 昌弘（中学校教諭）

剣道指導の課題

- ・ 竹刀でたたかれて痛い
- ・ 防具でしめつけられて暑苦しい
- ・ 技能練習の繰り返しばかりでつまらない

意欲的に取り組むために

用具の工夫

素振りや空間打突を習得する場面では、長さの違った3種類の新聞紙で作った刀を使い、生徒の技能によって段階的に長さを変えて基本指導を行った。

基本打ちの練習においては、相手を打ってもあまり痛くない塩ビパイプに凍結防止カバーを巻いた「ITAKU 竹刀」を使用して、痛さを緩和することにより学習に取り組む意欲を高めることがようにした。



簡易試合の工夫

足さばきを練習する場面では、「送り足鬼ごっこ」試合や「送り足リレー」試合を行った。また、剣道で足さばきは大切な動きなので、「送り足リレー」試合は、この時間以降も準備運動として取り入れた。

素振りや空間打突を練習する場面では、「演技」試合を行った。試合の際、引き分けばかりになると、勝敗を競い合う楽しさを味わえる機会が少なくなるので、判定の観点（「所作礼法」・「気迫」・「足さばき」・「振りの正確さ」など）をはっきりと提示し、引き分けが出ないように、3人、または5人で審判するなど勝敗を明確化するようにした。

基本打ち（面打ち・胴打ち）を練習する場面では、「ポイント制」試合を行った。1試合30秒から1分の時間を設定し、練習をした打突部位にどれだけ多く当てることのできるかを競わせた。



研究の成果

技の技能による段階的な用具の工夫をしたことや痛さを緩和する用具を使ったことにより、自分の技能レベルに応じて長さの選択をしたり、痛みが少ないので相手を気兼ねなく打突できたりして、練習への意欲が高まった。

毎時間必ず簡易試合を取り入れたことにより、本時の内容が直接試合に結び付くので、どの時間も意欲的に取り組むことができた。また、意欲的に学習することにより、できなかった技ができるようになったり、できる技はより上手になったりと技能の高まりにも効果があった。

担当指導主事 義務教育研究係 清水 雅文