

Title	共通教育科目における武道の実践について : 木刀による剣道基本技稽古法, 居合の動き, 竹刀の操作の導入
Author(s)	坂東, 隆男; 杉江, 正敏; 木原, 資裕
Citation	大阪大学大学教育実践センター紀要. 2008, 4, p. 13-22
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/4256
rights	本文データはCiNiiから複製したものである
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

共通教育科目における武道の実践について

— 木刀による剣道基本技稽古法, 居合の動き, 竹刀の操作の導入 —

坂東 隆男・杉江 正敏・木原 資裕

Practice of BUDO in General Education Program:
Introduction of the methods for basic KENDO techniques using wooden swords,
IAI-DO and handling of SHI-NAI to Lesson

Takao BANDO, Masatoshi SUGIE, and Motohiro KIHARA

General education program at universities must include sports-related courses that students can enroll in with interest, development and implementation of appealing BUDO (Japanese martial arts) courses are of significant importance. However, in general, BUDO is not popular with students than other competitive sports in sports-related courses at schools. Therefore, in the present study, we implemented courses consisting of the three contents of practice methods for basic KENDO techniques using wooden swords, IAI-DO (Japanese sword-drawing movements), and handling of SHI-NAI (bamboo swords), and assessed the results of these courses based on the records of instructors as well as forms completed by participating students. The results showed that in the implementation of courses on practice methods for basic KENDO techniques using wooden swords and IAI-DO, many students reported that they gained an interest in the meaning and basis of motions and movements. In contrast, in the implementation of courses on handling of SHI-NAI, students reported enjoyment on a sensory level, such as the interesting and refreshing nature of movements. Students reported that understanding was made easier throughout all courses due to the similarities in handling methods among the wooden swords, Japanese swords, and SHI-NAI that were used during courses. Students felt that course objectives were well achieved due to the understanding of knowledge and acquisition of concentration and observation skills, in addition to the enhancement of specific motion techniques. As the amount of exercise among male students tended to be low during these courses, the contents of courses must be modified to increase the amount of exercise.

緒言

武道は、日本古来の剣術や柔術などの武術から発生した日本固有の運動の文化であり、伝統的な行動様式を重視する格闘形式の運動である¹⁾。従来、学校教育において武道は、中学校、高校の保健体育学習指導要領の「格技」という領域の中に設けられ、柔道、剣道として実施されてきた。これらの内容は、一般的な他のスポーツと同様に、基礎技術や対人技術の習得、ルール・マナーの理解に加え、礼に代表される伝統的な行動様式の実践も含まれている。「格技」は1989年から「武道」に名称変更され、その後、2007年には中央教育審議会の中間報告において、中学校での必修化が計画されている⁸⁾。

現在、大学教育の体育・スポーツ関連授業において、

武道を実施している大学は多い。しかしながら、一般的に他の競技スポーツと比較し、武道は受講者に人気がない^{2) 13)}。剣道ではその理由として、「(打突され)痛い」、「(剣道具が)重い、臭い」などの感覚的な理由、礼法や所作が「堅苦しい」「暗い」など、イメージに関する理由、そして、夏は剣道具の装着により「暑い」、冬は裸足のため「寒い」といった、季節・環境面での理由が挙げられる。

浅見¹⁾は学校教育における剣道授業の指導内容について、学習者の実態を把握し、興味を持って取り組める課題設定と、わかりやすさ・技能向上のしやすさを考慮する視点が必要であることなどを述べている。この様な観点から、剣道授業において、日本剣道形¹⁶⁾や木刀による剣道基本技稽古法¹⁷⁾などの、木刀を用いる形(か

た)の練習や、剣道に類似した運動などを導入する試みがなされている⁶⁾。しかしながら、剣道と同様に刀の操作技術を中心とする武道である居合道⁵⁾について、学校教育に導入した実践報告は過去に皆無である。

中学校および高等学校における保健体育の授業では、指導内容の指針となる学習指導要領¹¹⁾が定められているものの、大学の体育・スポーツ関連授業では、共通の基準はなく、個々の教員の裁量にゆだねられているのが実情である。大学教育における各種の改革が進められる中で、特に共通(教養)教育では、特色あるカリキュラムや、魅力ある授業内容などが要求されている¹⁰⁾。体育・スポーツ関連授業においても、受講者が興味・関心を持つ授業は必要であるが、特に武道に関してそのような観点での授業内容に関する実践的研究は報告されていない。

そこで本報告では、木刀による剣道基本技稽古法、居合の動き、竹刀の操作、の内容を体育・スポーツ関連授業に導入し、受講学生の記入シートをもとに授業の成果について分析し、共通教育における武道の実践について検討することを目的とした。

方 法

1. 対象授業

平成17年度および18年度における、大阪大学共通教育科目「スポーツ実習A」(1年次生対象、90分授業、15回)の2つのクラスを対象とした。

1クラスの受講者数は35~40名、男女混合の構成であり、9割以上が、剣道の経験がなく、居合道の経験者はいなかった。

指導教員は48歳男性、剣道7段・居合道初段であった。

なお、シラバスに掲載されているスポーツ実習A(全学生必修科目)のねらいは、「スポーツ・運動の実践を通して、固有の技術習得や身体能力の向上を目指し、技術やルールの社会・文化的背景を学ぶとともに、自己を見つめる能力を養う」としている。

2. 授業内容

第1回目：クラス分け・ガイダンス

第2回目(講義)：授業内容の概要説明

第3回目~第5回目(実技)：「木刀による剣道基本技稽古法」¹⁷⁾ 構え 足さばき 打突 素振り

基本1(正面 小手 胴 突き)

基本3(払い技) 基本6(すりあげ技)(写真1)

第6回目(講義)：前回までの整理、今後の活動の説明

第7回目~第9回目(実技)：「居合の動き」抜きつけ 斬り下ろし 血振り 納刀 全日本剣道連盟制定居合「一本目・前」⁵⁾(写真2)

第10回目(講義)：前回までの整理、今後の活動の説明
第11回目~第13回目(実技)：「竹刀の操作」「一本打ちの技・(右)胴」「抜き技・面抜き(右)胴」¹⁶⁾(写真3)

第14回目(実技)：実技内容のまとめと補足、評価

第15回目(講義)：授業のまとめ、レポート提出



写真1 木刀による剣道基本技稽古法



写真2 居合の動き



写真3 竹刀の操作

木刀による剣道基本技稽古法では、標準の長さ（約1m）の木刀を使用した。居合の動きでは、居合用の模擬刀を使用した。長さは刀身2尺1寸（約64cm）から2尺3寸（約70cm）を、受講生の身長に応じて割りあてた。竹刀の操作では、男子3尺8寸（約115cm）、女子3尺7寸（112cm）の竹刀を使用した。

居合用の模擬刀の刃部は、合金製で物が切れないように製造されているが、先端部（剣先）は鋭利なため、念のため丸く削り、安全性を高めて使用した。

3. 調査内容

毎回授業終了後に提出（写真4）した記入シートおよび、授業期間終了時に提出した記入シートの2種類について、集計、分析、検討を行った。

(1) 毎回授業終了時提出の記入シート

- a. 記入者学部・学科・専攻・学籍番号・氏名
- b. 授業に望む前の体調はどうでしたか（○印）…
とてもよかった よかった ふつう わるかった
とてもわるかった
- c. 授業時間中の体調はどうでしたか（○印）…
とてもよかった よかった ふつう わるかった
とてもわるかった
- d. 本日の授業で、興味・関心を持った内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。
- e. 本日の授業で、つまらないと感じた内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。
- f. 本日の授業で、理解できなかった内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。



写真4 毎回授業終了時の記入シート

- あった場合には、その内容を教えてください。
 g. 本日の運動量はあなたにとってどうでしたか（○印）…

とてもきつかった きつかった ちょうどいい
ものたりない まったくものたりない

- h. そのほかのことで、何か気づいた点や、感じたことがもしあれば、書いてください。

(2) 授業期間終了時提出の記入シート

- a. 記入者学部・学科・専攻・学籍番号・氏名
- b. 授業期間を通じて、興味・関心を持った内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。
- c. 授業期間を通じて、つまらない、理解できないと感じた内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。
- d. 授業期間を通じて、達成度が高かったと感じた内容がありましたか（○印）…
あった なかった
 あった場合には、その内容を教えてください。
- e. そのほかのことで、何か気づいた点や、感じたことがもしあれば、書いてください。

(1)の毎回授業終了時提出の記入シートにおける、b. 授業に望む前の体調と、c. 授業時間中の体調に関する調査結果については、今回の分析から除外した。

結果

1. 毎回授業終了時提出の記入シート

(1) 木刀による剣道基本技稽古法

表1は、木刀による剣道基本技稽古法の授業終了時にシートへ記入させた内容について示したものである。

興味・関心を持った内容・感想として、「払いや抜き動作に興味を感じた」（26件）、「動作の理由がよく理解できた」（19件）、「素振りを実際にやってみると楽しかった」（12件）などが多く、「残心を持つ意味に興味を持った」（11件）、「払いの音が気持ちよかった」（9件）、「礼（立礼・座礼）の方法に興味を持った」（4件）などがこれに続いていた。

一方、つまらない・理解できないと感じた内容としては、「木刀が重い」（12件）、「手首（肘、腕）が痛い、痛

くなった」(6件),「すり上げがむつかしかった」(4件),「早素振り(跳躍素振り)がむつかしい,できなかった」(3件)などが出されていた。

**表1 授業終了時の記入シート内容
—木刀による剣道基本技稽古法—
(カッコ内は同じ記述の件数, 数字なしは1件)**

興味・関心を持った内容・感想

「払いや抜き動作に興味を感じた」(26)
「動作の理由がよく理解できた」(19)
「素振りを実際にやってみると楽しかった」(12)
「残心の持つ意味に興味を持った」(11)
「払いの音が気持ちよかった」(9)
「礼(立礼・座礼)の方法に興味を持った」(4)
「すり足の動きに興味を持った」
「木刀を持つと, 気が引き締まった」
「昔からの方法を現代でやるというのがおもしろい」
「先生が打たれる役というのがおもしろい」
「いろいろな動作がよく考えてあると感心した」
「木刀を受けたときの音が気持ちよかった」
「残心(の動き)を見てカッコいいと感じた」
「上座・下座は普段の生活でも, 心に留めておこうと思った」

つまらない・理解できないと感じた内容

「木刀が重い」(12)
「手首(肘, 腕)が痛い, 痛くなった」(6)
「すり上げがむつかしかった」(4)
「早素振り(跳躍素振り)がむつかしい, できなかった」(3)
「相手に対し, 木刀を振るのが少し怖い」
「間合をうまく取るのがむつかしい」
「払いが難しかった」
「木刀の動きは実戦的ではないので, つまらなさと感じた」
「形の動きを繰り返すのはつまらなかつた」

(2) 居合の動き

表2は, 居合の動きの授業終了時にシートへ記入させた内容について示したものである。

居合の動きにおいて, 興味・関心を持った内容・感想として, 「刀の抜き差しの方法に興味を持った・楽しかった」(37件), 「居合の動きに興味を持った」(31件), 「刀の納め方が思ったよりむつかしかった・大変だった」(29件), などが多く, 「動きに魅力を感じた・カッコいいと思った」(19件), 「場面の想定に興味を持った」(12件)などがこれに続いていた。

一方, つまらない・理解できないと感じた内容としては, 「納刀がうまくできなかった」(17件), 「刀が意外に重かった」(13件), 「ひざがいたかった」(4件), 「納刀のとき刀の先端が手に当たり痛かった」(3件), 「鞘が骨盤にあたって痛かった」(2件)などが出されていた。

**表2 授業終了時の記入シート内容—居合の動き—
(カッコ内は同じ記述の件数, 数字なしは1件)**

興味・関心を持った内容・感想

「刀の抜き差しの方法に興味を持った・楽しかった」(37)
「居合の動きに興味を持った」(31)
「刀の納め方が思ったよりむつかしかった・大変だった」(29)
「動きに魅力を感じた・カッコいいと思った」(19)
「場面の想定に興味を持った」(12)
「刀が重かった」(10)
「複数の人間を相手にした想定に興味を持った」(8)
「演武—緊張した」(7)
「前の動作が合理的だと思った」(6)
「昔の人は刀で指を切らなかったのでしょうか?」(5)
「演武—他人の動作に関心を持った」(4)
「納刀がうまく出来てうれしかった」(4)
「刀の金額が知りたい」(3)
「昔のひとの技術に感心した」(2)
「刀の抜き差しで, 手の長さがたりなかった」(2)
「抜刀がおもしろい」(2)
「袈裟きりに興味を持った・時代劇ぽかった」(2)
「居合はカッコいいと思った」(2)
「刀を左に差すことと, 左側を歩くのは, 何か関係があるのでしょうか?」
「動きはあんなにゆっくりでいいのでしょうか?」
「本格的に侍のようであれしかった」
「時代劇の俳優さんはよく練習しているんだなと思った」
「刀への礼」
「刀は思っていたより長かった」
「結構重かった」
「呼吸を整えると落ち着くことを実感した」

つまらない・理解できないと感じた内容

「納刀がうまくできなかった」(17)
「刀が意外に重かった」(13)
「ひざがいたかった」(4)
「納刀のとき刀の先端が手に当たり痛かった」(3)
「鞘が骨盤にあたって痛かった」(2)
「刀の抜き差しで, さやを引くのがむつかしかった」
「途中で動きを忘れてしまう」
「動作を覚えるのが大変だった」

(3) 竹刀の操作

表3は, 竹刀の動きの授業終了時にシートへ記入させた内容について示したものである。

興味・関心を持った内容・感想として, 「動きがおもしろかった・楽しかった」(25件), 「胴を実際に打って, 爽快だった・楽しかった」(18件), 「胴を打った音が, 気持ちよかった」(13件)などが多く, 「竹刀は木刀・刀より軽くて使いやすかった」(6件), 「剣道具をつけておもしろかった」(6件), 「剣道具のつけ方は, 昔ながらの方法で変わらないよさがあると思った」(5件)「剣道具は思っていたより軽かった」(5件)「胴は打たれても意外に痛くなかった」(3件)などがこれに続いていた。

つまらない・理解できないと感じた内容については,

「道具のつけ方がむづかしかった」(4件),「剣道具のしまい方がわからなかった」(2件),「まめが出来て痛かった」(1件),「防具がすこし湿っていた」(1件)などが出されていた。

表3 授業終了時の記入シート内容—竹刀の動き—
(カッコ内は同じ記述の件数, 数字なしは1件)

興味・関心を持った内容・感想

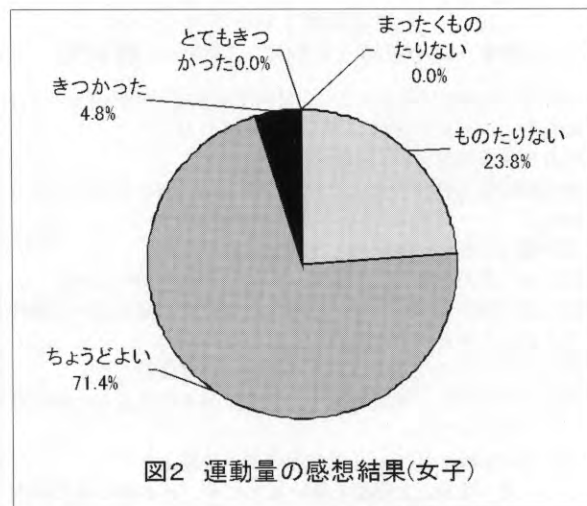
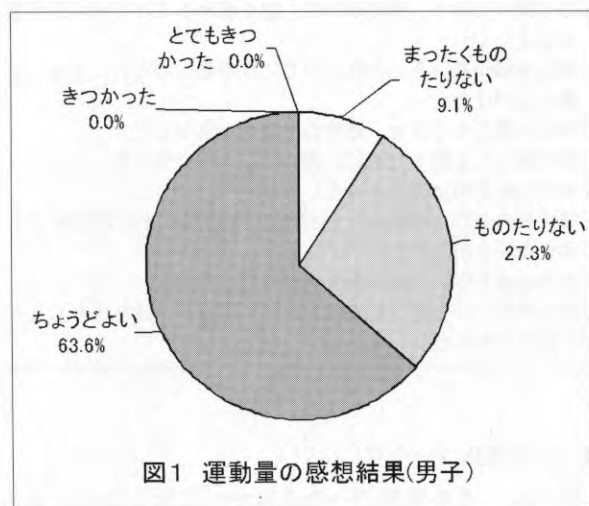
- 「動きがおもしろかった・楽しかった」(25)
- 「胴を実際に打って, 爽快だった・楽しかった」(18)
- 「胴を打った音が, 気持ちよかった」(13)
- 「竹刀は木刀・刀より軽くて使いやすかった」(6)
- 「剣道具をつけておもしろかった」(6)
- 「剣道具のつけ方は, 昔ながらの方法で変わらないよさがあると思った」(5)
- 「剣道具は思っていたより軽かった」(5)
- 「胴は打たれても意外に痛くなかった」(3)
- 「面をつけてみたかった」(3)
- 「面抜き胴」の動きに興味を持った」(2)
- 「剣道具は思っていたより重かった」
- 「小手をつけてみたかった」
- 「肩がこっていたので気持ちよかった」

つまらない・理解できないと感じた内容について

- 「道具のつけ方がむづかしかった」(4)
- 「剣道具のしまい方がわからなかった」(2)
- 「まめが出来て痛かった」
- 「防具がすこし湿っていた」
- 「胴ではないところを打ちそうで怖かった」
- 「剣道具はあまり清潔でなかった」
- 「意外に動きづらかった」

(4) 授業の運動量

図1, 図2は, 授業期間中における実技の運動量の感想について男女別に示したものである。男子では, 「まったくものたりない」と答えた者は9.1%, 「ものたりない」と答えた者は27.3%, 「ちょうどよい」と答えた者は63.6%, 「きつかった」, 「とてもきつかった」と答



たものはいなかった。女子では, 「まったくものたりない」と答えた者はなく, 「ものたりない」と答えた者は23.8%, 「ちょうどよい」と答えた者は71.4%, 「きつかった」と答えた者は4.8%, 「とてもきつかった」と答えたものはいなかった。

2. 授業期間終了時提出の記入シート

(1) 興味・関心を持った内容について

表4は, 授業期間を通して, 興味・関心を持った内容について示したものである。

「なぜその行動があるのかという説明が具体的で興味深かった」, 「動作の一つ一つが洗練されていると感じた」, 「居合の動きに非常に興味を持った」などのほかに, 「時代劇で見る動きの意味を教えてください、興味を持って楽しめた」, 「刀を使って居合をしたことが楽しかった」, 「はじめて木刀や竹刀, 刀を持ったことが興味深かった」などが出されていた。また, 「居合道で動作の前に呼吸を意識することで, 落ち着いて動作できることがわかった」, 「相手をたたいて怪我をさせたりしないよう注意した」, 「教室での授業で, 剣道に関する話やビデオを見ることが出来たのがよかった」, 「日本刀の映像を見て, 日本文化の誇りに思えた」, 「木刀・刀・竹刀と3種類を使いましたが, 基本的に同じ操作の仕方であまり扱えることができた」, 「居合道は年をとっても出来そうなので, 機会があればぜひ習いたいと思う」などの内容も出されていた。

(2) つまらない・理解できないと感じた内容について

表5は, 授業期間を通して, つまらない・理解できないと感じた内容について示したものである。

「内容ではありませんが, 全般に運動量が少なかった

表4 授業期間終了時の記入シート
—興味・関心を持った内容・感想— (順不同)

「なぜその行動があるのかという説明が具体的で興味深かった」
 「動作の一つ一つが洗練されていると感じた」
 「居合の動きに非常に関心を持ちました」
 「時代劇で見る動きの意味を教えてください、興味を持って楽しめた」
 「刀を使って居合をしたことが楽しかった」
 「はじめて木刀や竹刀、刀を持ったことが興味深かった」
 「居合道で動作の前に呼吸を意識することで、落ち着いて動作できることがわかった」
 「相手をたたいて怪我をさせたりしないよう注意した」
 「教室での授業で、剣道に関する話やビデオを見ることが出来たのがよかった」
 「日本刀の映像を見て、日本文化の誇りに思えた」
 「木刀・刀・竹刀と3種類を使いましたが、基本的に同じ操作の仕方であまり扱えることができた」
 「居合道は年をとっても出来そうなので、機会があればぜひ習いたいと思う」
 「剣道の姿勢のよさに魅力を感じた」
 「呼吸を整えるのは、授業以外でも役に立つように思えた」
 「相手の胴を実際に打つことが楽しかった」
 「昔の剣術から現代の剣道の流れが理解できた」
 「剣道に関することはほとんど全て楽しかった」
 「刀を振ること自体楽しかった」
 「刀の抜き方が、簡単そうでもむつかしかった」
 「日本刀の見た目の美しさが印象に残った」
 「高齢の剣道家の映像」
 「時代劇や映画などで、剣の使い方を注意してみるようになった」
 「剣道のいろいろな技を知ったこと」
 「(映像を見て)剣道がこんなに速くて緊張感があるとは知らなかった」
 「初心者でも出来る授業だった」
 「武道の科学的な話に興味を持った」

表5 授業期間終了時の記入シート
—つまらない・理解できないと感じた内容— (順不同)

「内容ではありませんが、全般に運動量が少なかった点」
 「もう少し激しい運動をしたかった」
 「竹刀をもう少し振りたかった」
 「居合の動きはむつかしかったので、もう少し練習したかった」
 「もう少し踏み込んだ内容があつてほしかった」
 「手首が痛かった」
 「肘が痛かった」
 「防具(胴・垂)がくさかった」
 「胴・垂しかつけず、面・小手をつけなかったこと」
 「もっとビデオをみたかった」
 「声聞き取りにくかった」
 「素振りが必要とわかってはいたが、あまり面白とは思わなかった」

点」, 「もう少し激しい運動をしたかった」, 「竹刀をもう少し振りたかった」など、活動量が少なかったとする内容のほか、「居合の動きはむつかしかったので、もう少し練習したかった」, 「もう少し踏み込んだ内容があつてほしかった」など、次の段階の内容にすすみたかったという感想が出されていた。また、「手首が痛かった」,

「肘が痛かった」などの感想が出されていた。

(3) 達成度が高かったと感じた内容について

表6は、授業期間を通して、達成度が高かったと感じた内容について示したものである。

「相手の動きを察知して行動に移るための観察力が必要だった」, 「形の練習で相手と向き合い、呼吸を合わせる集中力が必要だと思った」, 「形の練習や演武の前に、落ち着くために呼吸を整えることを意識しました」, 「刀を振るときや正座をするときに、正しい姿勢を意識しました」, 「木刀にしる竹刀にしる日本刀にしる手に持つと不思議に精神が静まり、動きや演武に集中できた」などの内容が出されていた。また、「日本刀・武道の知識をたくさん得た」, 「日本文化のすばらしい点を見出すことができ、有意義だった」, 「日本刀や武術について、いろいろと詳しくなりました」などの、知識の修得に関するものもあげられていた。

表6 授業期間終了時の記入シート
—達成度が高かったと感じた内容— (順不同)

「相手の動きを察知して行動に移るための観察力が必要だった」
 「形の練習で相手と向き合い、呼吸を合わせる集中力が必要だと思った」
 「形の練習や演武の前に、落ち着くために呼吸を整えることを意識しました」
 「刀を振るときや正座をするときに、正しい姿勢を意識しました」
 「木刀にしる竹刀にしる日本刀にしる手に持つと不思議に精神が静まり、動きや演武に集中できた」
 「日本刀・武道の知識をたくさん得た」
 「日本文化のすばらしい点を見出すことができ、有意義だった」
 「日本刀や武術について、いろいろと詳しくなりました」
 「相手を傷つけないよう木刀を止めたり、相手が振る木刀のタイミングを計るために集中した」
 「木刀を使った形の練習で、常に相手を観察することを心がけていました」
 「一点を集中して見るのではなく、全体を見る観察の仕方ができるようになった」
 「刀を持つだけで、背筋が伸び、脇を締めることで気も引き締まりました」
 「普段姿勢が悪いといわれるので、礼や動作のときに正しい姿勢を心がけた」
 「呼吸を整えることで、集中力を増せた気がした」
 「注意深く人を観るために、間合の取り方に気を配った」
 「木刀を振るのは楽しかった」
 「時代劇の中でしか見られなかった抜刀や納刀が出来て感激した」
 「大きな声を出した」
 「自分の身を守るための動きが理解できた」
 「はじめきつと感じた素振りが、授業後半にはあまりしんどく感じなかった」

(4) その他気づいた点について

表7は、その他気づいた点について示したものであ

る。

「もう少し、竹刀でやりたかった」、「もう少し授業回数を増やして、竹刀と防具をつけて実践練習をしたかった」、「竹刀を使った練習がもう少ししたかった」といった内容のほか、「運動量がそれほどでもなかったの、体力に自信のない私にはよかった」、「ただ動き回る体育ではなく、無駄な動きをなくし、集中して動くという、有意義な体育だった」といった意見も出されていた。また、「意外に腕の筋力が必要だと感じた」、「刀を振るのははじめてでしたが、意外に重かった」などのほか、「面をつけなかったの、痛い思いをしなくてよかった」、「講義のときに映像を多く見せてもらえ、楽しめた」などの内容が出されていた。

考察

(1) 興味・関心について

木刀による剣道基本技稽古法では、動作に興味を感じた、動作の理由がよく理解できた、動作の持つ意味に興味を持ったなど、動作そのものの意味や理由に興味や関心を持っていた。これらは居合の動きにおいて、動作の方法に興味を持った・楽しかった、(居合の)場面の想定に興味を持った、などの感想と共通するものであり、記載の件数も多かった。また、授業期間を通して興味・関心を持った内容として出されていた、なぜその行動があるのかという説明が具体的で興味深かった、といった感想とも共通するものと考えられた。

武道関連の授業では、単調な動きの繰り返しによる技術練習が、授業に対する興味関心を低下させる傾向があるため、なぜその動きがあるのかという様な、動作の意味や理由を受講者に十分理解させることは、魅力的な授業を構築する上で重要であると考えられる。その意味において、今回導入した木刀による剣道基本技稽古法および居合の動きは、効果的であったと判断された。

特に、木刀による剣道基本技稽古法と居合の動きについては、全員が初めて実施する内容であったため、関心が高かった面もあると考えられる。多くの受講生が刀を使うシーンをテレビや映画の時代劇で見た経験はあるものの、実際の操作については知らないため、本授業において、木刀や模擬刀を使う体験により、実は(刀は)こういう使い方をしていたと、はじめて知ることに関心を感じたものと思われた。また、本格的に侍のようであれしかった(表2)、ナルシズムを感じた(表7)という感想に見られるとおり、典型的な模倣(mimicry)による楽しさ¹²⁾を含んでいると考えられる。

木刀による剣道基本技稽古法と居合の動きに対し、竹刀の操作では、動きがおもしろかった・楽しかった、実際に打って楽しかった、打った音が気持ちよかった、など、動作そのものに対し率直に楽しさを感じていた。木刀による剣道基本技稽古法では、相手に対して振り下ろした木刀が相手に当たらないよう、手前で止めなくてはならず、居合の動きにおいても、同様に止める動作を行う。これに対し、竹刀の操作では、相手が装着している剣道具(防具)を直接実際に打撃するため、人を打つという、日常的には経験しない体験に興味を感じたもの¹²⁾と思われる。また、今回は装着した胴を竹刀で打撃したため、大きな衝撃音が発生していた。これらの経験は、受講者に感覚的、直感的な印象や爽快感を強くもたらし

表7 授業期間終了時の記入シート
—その他気づいた点— (順不同)

- 「もう少し、竹刀でやりたかった」
- 「もう少し授業回数を増やして、竹刀と防具をつけて実践練習をしたかった」
- 「竹刀を使った練習がもう少ししたかった」
- 「運動量がそれほどでもなかったの、体力に自信のない私にはよかった」
- 「ただ動き回る体育ではなく、無駄な動きをなくし、集中して動くという、有意義な体育だった」
- 「意外に腕の筋力が必要だと感じた」
- 「刀を振るのははじめてでしたが、意外に重かった」
- 「面をつけなかったの、痛い思いをしなくてよかった」
- 「講義のときに映像を多く見せてもらえ、楽しめた」
- 「木刀が重く、最後まで肘が痛かった」
- 「中学校で剣道を経験したが、形ばかりでつまらないという印象でした。今回、観察力や集中力といった点に注意してやることで、剣道は奥深く面白いと思えるようになった。」
- 「このクラスしか空気がなく、仕方なく履修しましたが、自然と楽しく感じてきました」
- 「居合いでは、一振り一振りに、はずかしながらナルシズムを感じてしまいました」
- 「～道というような、技術の習得にとどまらない運動は良いなあと思った」
- 「剣道の形はうまく出来ていると思った」
- 「授業の始まりに、前の時間の質問などを取り上げてくれたのがよかった」
- 「剣道8段試験の映像を見て、その合格倍率におどろいた」
- 「剣道8段試験の映像を見て、高齢になってもチャレンジする人が多いことに驚いた」
- 「剣道は結果ではなく、努力する過程が大事だと思った」
- 「スポーツに正しい姿勢という観点が組み込まれているのは武道だけだと思う」
- 「木刀を振ったり居合をしたとき、雑念を捨てて集中できた」
- 「外国でも剣道がやられている話を聞き、驚いた」

たものと考えられた。

木刀による剣道基本技稽古法、居合の動き、竹刀の操作では、それぞれ使用する用具が木刀、模擬日本刀、竹刀と異なっていた。しかしながら、受講生からは、(それぞれ使用する用具は違ってはいたものの) 基本的に同じ操作の仕方であまり扱えることができた(表4)、とする感想が出されていた。異なる内容を組み合わせていたものの、「刀とその操作」という点における一貫性を理解できたものと判断された。教室での講義の際に、刀剣、剣術流派、居合、剣道具について、発生の歴史的な流れを説明したことも、理解を助けた一因と考えられた。

(2) つまらない・理解できない点について

期間を通して、運動量が少なかった、激しい運動をしたかったという意見が複数出されていた。運動量の調査結果では、男女とも丁度良いと答えた者が全体の6~7割に達していたが、男子では全く物足りないと答えたものが1割程度存在し、これらの受講生が活動量の少なさを感じたものと推察された。一方で、運動量がそれほどでもなかったため、体力に自信のない私にはよかった(表7)や、ただ動き回る体育ではなく、無駄な動きをなくし、集中して動くという有意義な体育だった(表7)、に見られるような、運動量の少なさが、個人の体力水準にあっていたという感想や、少なかったものの、質を高めることが出来たとする意見も出されていた。従来の体育・スポーツ関連授業の教材では、運動による体力面の向上を目的のひとつとしており、競技スポーツの実施では、走る、跳ぶ、投げる、打つ、などのダイナミックな動きの繰り返しにより、全身持久力、筋力、瞬発力、敏捷性などの体力要素の向上を考慮している。しかしながら、授業の目的は、取り扱う指導内容の特性に応じて考慮する必要があると考えられる。従って、今回の授業のような内容の実施にあたっては、授業のシラバスや開講時のガイダンスで事前に受講者に充分周知しておく必要があると思われる。

木刀による剣道基本技稽古法では、木刀や刀が重く、動作が思うように出来なかったといった感想が複数出されていた。また、居合の動きでは、特に刀を鞘(さや)におさめる納刀の動作がむづかしかったとする意見が多く出されていた。これらの感想に関連・付随するものとして、手首や肘が痛い(表1、表5、表7)、(速い動きの)素振りが出来ない(表1)、などが出されていた。これらの多くは、女子の受講者から出されたと考えられ、男子と比較して、筋力が劣る女子に適合した重量や長さ

の木刀や模擬刀を用意することで、改善できると考えられた。同様に、膝が痛かった、(刀の)鞘が腰に当たり痛かった(表2)、などの点も、サポーター等の用具を準備・使用することで、解決できると判断される。

竹刀の操作では、用具の着け方(着装の仕方)がむづかしかった、しまい方がわからなかった(表3)、などのほか、用具が湿っていた、くさかった、清潔でなかった(表3、表5)、など、木刀による剣道基本技稽古法および居合の動きと同様に、用具に関連・起因するものが多かった。剣道具の装着は、昔ながらの紐による方法がとられているため、ワンタッチ式の便利なスポーツ用具の使用に慣れている受講生には不便に感じられたものと考えられる。また、剣道具は吸湿しやすい材質の部分が多いため、臭いを発する場合が多い⁴⁾。武道を嫌う原因にもなっているため、保管場所の通気を確保するなどの配慮が必要と感じられた。

(3) 達成度、その他について

達成度が高かった内容およびその他気づいた点として、観察、集中、呼吸、タイミング、姿勢、意識、察知、精神、などの語が比較的多く出されていた。従来の体育・スポーツ関連授業における競技場面では、走る、跳ぶ、投げる、打つ、などの動作が、主としてゲームなどの場面を中心に、動的に行われることが多いのに対し、今回の授業では、調整力⁷⁾的な動きや心的な要素を強く意識した行動が、特に静的な状況で実施されたことが感想に反映され、これらの関心の高さが伺われた。

また、日本刀や武道に関する知識の習得や日本文化の意義の発見があげられていた(表6)。教室において、関連する知識の説明を、動画を多用し補足した点が効果をあげていたと判断された。

竹刀の操作について、もう少しやりたかったとする意見が複数出されていた。竹刀と剣道具を用いた授業は受講者に敬遠される傾向があり、その理由のひとつとして、(打たれることによる)痛みがあげられる。今回の授業では、打撃に対して痛みを比較的感じない胴の装着しか行わなかった。面をつけなかったため、痛い思いをしなくてよかった(表7)とする、面をつけた経験のある者と思われる感想に見られるように、面を装着しなかったことが、大きな理由と考えられる。

木刀による剣道基本技稽古法と居合の動きでは、技術内容の習得に難しさを感じたとする意見が多く出されていたが、竹刀の動きに関しては、それらの意見は見あたらず、技術的に習得しやすい要素を含んでいることが予

想された。竹刀の操作に関する内容をさらに進める場合、これらの点を生かし、学習者が敬遠することなく興味を持って継続できる授業内容を構成する必要があると考えられる。

まとめ

大学の共通教育において、学習者が興味を持って受講できるスポーツ関連の授業は必要であり、魅力のある武道授業の工夫とその実践は重要である。しかしながら、一般的に、学校のスポーツ関連授業において、武道は他の競技スポーツに比べ、学習者に人気が高い傾向がある。

そこで本研究では、木刀による剣道基本技稽古法、居合の動き、竹刀の操作、の3つの内容によって構成された授業を実施し、受講学生の記入シートから、その授業の成果について検討を行った。

その結果、木刀による剣道基本技稽古法と居合の動きの実施では、受講者は、動作や動きの意味・理由に興味を持ったとする記録が多かった。一方、竹刀の操作の実施では、受講者は、動きの面白さや爽快感など、感覚的な面での楽しさを感じていた。

授業全体を通して、使用する木刀、刀、竹刀のいずれも、操作の仕方に共通点があるため、理解しやすかったとする意見が受講者から出された。受講者は、観察、集中、呼吸、などの調整力的な動きや心的な要素を強く意識していた他、武道の知識の理解について、授業の達成度が高かったと感じていた。

この授業においては、学習者の運動量が少ない傾向であったため、対策が必要と考えられた。

文献

- 1) 浅見 裕：授業における剣道の指導「ゼミナール現代剣道」105-113, 窓社, 1992
- 2) 浅見 裕, 太田順康ほか：現代青年の剣道観についての研

- 究—剣道人口減少問題に関連して—, 武道学研究, 27:8-17, 1995
- 3) 江口大祐ほか：学校体育におけるスポーツチャンバラの要素を取り入れた剣道的なゲームの検討, 武道学研究, 37別冊:30, 2004
- 4) 石渡康二：剣道用具マニュアル, ふくだ企画, 2002
- 5) 剣道日本編集部(編)：写真で学ぶ全剣連居合, スキージャーナル, 2006
- 6) 木原資裕ほか：剣道初心者指導における使用道具の検討—スポーツチャンバラの剣と面を使用して—, 武道学研究, 37別冊:29, 2004
- 7) 飯塚鉄雄(代表著)日本体育学会測定評価専門分科会(編)：体力の診断と評価(第4版), 大修館:59-274, 1980
- 8) 本村清人：中学校武道必修正課に向けて—その位置づけと指導案—武道の位置づけとねらい, 武道, 494:22-27, 2008
- 9) 日本体育学会(監修)：最新スポーツ科学事典, 平凡社, 2006
- 10) 日本体育学会体育原理専門分科会(編)：大学教育改革と保健体育の未来像, 不昧堂出版 1991
- 11) 落合 保：武道「改訂高等学校学習指導要領の展開保健体育科編」本村清人, 戸田芳雄(編著), 240, 明治図書出版, 2006
- 12) 竹之下休蔵：学習内容「体育科学習指導の研究」竹之下休蔵, 松田岩男ほか, 31, 光文書院, 1972
- 13) 巽 申直ほか(編著)：新しい剣道の授業づくり, 大修館, 2004
- 14) ロジェ・カイヨワ(著)多田道太郎ほか(訳)：遊びと人間, 講談社学術文庫, 2002
- 15) 全日本剣道連盟(編)：剣道英和辞典, サトウ印書館, 2000
- 16) 全日本剣道連盟(編)：剣道社会体育教本, サトウ印書館, 2001
- 17) 全日本剣道連盟(編)：木刀による剣道基本技稽古法「剣道講習会資料」, 66-74, 2004

(ばんどう たかお 大学教育実践センター・准教授)
 (すぎえ まさとし 大学教育実践センター・教授)
 (きはら もとひろ 鳴門教育大学
 学校教育学部・准教授)