

# 剣道の学習指導の手引き

## 目 次

1	剣道学習について	P 2
2	剣道学年別学習内容	P 5
3	学習指導案 入学年次	P 7
4	学習指導案 2年次	P 19
5	学習指導案 3年次	P 31
6	資料	
	・ DVD資料	P 45
	・ 中学校学習指導要領解説抜粋	P 73
	・ 平成23年度支部・加盟団体連絡先一覧	P 74

# 1 剣道学習について

## 1 剣道授業の実施にあたって

平成21年度、(財)全日本剣道連盟が実施した「中学校武道（剣道）に関する実態調査」によると、生徒へのアンケートでは、剣道に対して「伝統的」で「礼儀正しい」というイメージを抱いている生徒が多く、剣道の授業を「少しはやってみたい」と答えた生徒が半数以上いるが、「やりたくない」「むずかしそう」「痛そう」と答えているも多いという結果が出ている。一方、教員へのアンケートでは、剣道具の不足、専門的に指導できる教員がない、武道場がない等の課題を抱えている学校が多いという結果が出ている。

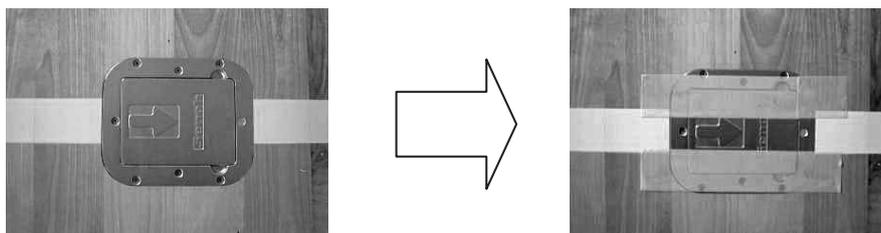
剣道授業の実施にあたっては、様々な課題を解決して、日本の伝統的な文化である剣道の特性を踏まえ、工夫した指導方法により、わかりやすく、楽しい学習にする事が必要である。

## 2 剣道学習を始める前の準備

### (1) 学習場所の安全管理について

体育館を学習場所にする場合、裸足で行う環境が整っているかを確認する。

- ①床面に危険な箇所や突起物がないかどうか確認し、必要に応じて修繕する。
- ②支柱用床金具のカバーが浮いていないか、または外れていないか確認し、必要に応じて修繕する。金属のカバーは、ラインテープ等で浮かないように固定し、足の怪我がないようにする。



- ③体育館は上履きとの併用のため、ゴミや危険物がないかどうか確認する。

### (2) 竹刀の準備

竹刀を準備する上での注意点。

#### ①安全な竹刀であること

- ・中学生に適した長さで、ささくれや亀裂のない竹刀

#### 竹刀の基準

中学生男子 長さ：114cm以下 重さ：440グラム以上 太さ：25mm以上

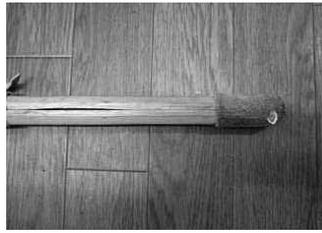
中学生女子 長さ：114cm以下 重さ：400グラム以上 太さ：24mm以上

#### ②安全性が保証できない竹刀は使用しない

- ・竹が折れたり、ささくれている竹刀
- ・竹に虫食いやキズある竹刀
- ・皮部にカビが発生していて不衛生
- ・先皮が破れた竹刀
- ・中結いがゆるんでいたたり、切れたりしている竹刀
- ・中結いが剣先より全長  $1/4$  の位置に固定されていない竹刀
- ・弦がゆるんでいる竹刀
- ・テープなどで補修した竹刀
- ・部品が破損している竹刀
- ・鐙を固定していない竹刀



〈中結び・弦のゆるみ〉



〈竹の割れ・先革の破損〉



〈ささくれや亀裂〉

③竹刀の個人購入は安全面での維持が難しい場合がある。点検に留意し、古い竹刀の使用は避ける。

④授業中も点検時間を取りながら行わせる。

### (3) 剣道具の準備

#### ①面

- ・古い防具は天日干しが必要
- ・紐が適切な長さであること（縛った際に40cm）
- ・面の内輪が衛生的であること（抗菌スプレーは有効）
- ・破損がないこと

#### ②小手

- ・手の内の皮が破れていないこと（指の負傷につながる）
- ・小手紐が切れていないこと（紐は締めない）、その他、破損がないこと
- ・抗菌スプレー等で消毒してあること、または天日干ししてあること

#### ③胴

- ・長短の紐が適切であること
- ・胴台に亀裂がないこと

#### ④垂

- ・帯が切れていないこと
- ・平帯の状態がよいこと（紐になってしまっていないか）

#### ⑤その他

- ・剣道具の数が足りない場合、近隣の中学校と協力して、時期をずらして学習を行い、剣道具を借りることも有効である。高等学校に相談してみる方法もある。
- ・手ぬぐいは持参、衛生面で清掃用とは別の物が好ましい。
- ・剣道具の衛生面で、「面下」「小手下・手袋」など有効。また、長袖の運動着や少し厚い物を重ね着すると、打撲を防げる。
- ・面紐を縛りやすいようにするため、面紐が後ろで交差する部分にゴムホースを取り付けるとよい。



面下



小手下



ホース

### (4) 剣道具管理について

- ・できるだけ湿気のある場所は避けてほしい。（新聞紙を丸めて入れておくなど）
- ・使用前の点検は必ず行う。
- ・長野県剣道連盟、各地区剣道連盟（p75）に依頼すると、竹刀・剣道具等の点検が可能です。ただし、修理にかかる費用は学校負担です。

(5) 地域連携の指導について

- 地域の指導者の協力を得て授業を行う。
- 地域の指導者から指導法を学ぶ。
- 事前、事後の用具の点検・修理を依頼する。
- 地域における指導者の協力要請は、各地区剣道連盟事務局（p75）まで。

3 手引き書活用上の留意点

- (1) 本手引き書では、初めて剣道を学ぶ生徒に対する指導事例を、各学年10時間で、段階的な指導事例で示してある。また、剣道が専門ではない保健体育科の先生でも指導が行いやすいように、礼法、基本動作、対人的技能、試合の方法などについて、学習指導案の「指導者が必要な知識・技能」の欄に、それぞれの知識や技能についてDVD資料の目次に対応するように数字で示してあるので、各校の実情に応じて、内容を扱っていただきたい。
- (2) 剣道学習に対するマイナスイメージをもたないようにするため、導入場面では、ゲーム的な要素を取り入れた中で、伝統的な礼法や行動の仕方などを学ぶことが有効である。
- (3) グループ学習や対人的技能を取り入れた段階的な指導を行い、学習した内容でできる試合を工夫して、早い段階でいろいろな試合を行うことが有効である。

## 2 剣道学年別学習内容

学年	1年	2年	3年
ねらい	1 剣道を楽しく受け止め、学習に興味や関心を持てるようにする。 2 基本動作を身につけ、礼法を大切にして、基本となる技で攻防が展開できる。	1 身につけた基本動作を用いて稽古や試合ができる。 2 応用動作を身につけ、相手の動きに応じた攻防を展開することができる。	1 身につけた基本動作や応用動作を用いて、有効打突を競い合うことができる。
基本動作	○礼法（立礼・正座・座礼・黙想） ○着装（剣道具の扱い） ○竹刀の扱い ○構え ○体さばき（足さばき） ○素振り（上下振り・斜め振り・空間打突） ○掛け声 ○基本打突（面・小手・胴の打ち方・竹刀で受け方） ○間合 ○残心		
対人的技能	1 相手の変化に応じた基本打突 (1)面（剣先が下がる、開く） (2)小手（剣先が上がる） (3)胴（手元が上がる） 2 応用動作 (1)連続技 ①小手一面 ②面一胴 (2)引き技 ①引き面 ②引き胴 3 稽古 (1)打ち込み稽古 ①決められたパターンで打ち込む ②相手が決めた部位を打ち込む (2)互格稽古 (3)見取り稽古	1 1年次の既習打突の復習 2 応用動作 (1)払い面 (2)払い小手 (3)小手抜き面 (4)面抜き胴 (5)出ばな小手 2 稽古（既習技による稽古） (1)打ち込み稽古 ①決められたパターンで打ち込む ②相手が決めた部位を打ち込む (2)互格稽古 (3)見取り稽古	1 2年次までの既習打突の復習 2 応用動作 (1)小手すり上げ面 (2)面すり上げ面 (3)面返し胴 (4)小手返し面 2 稽古（既習技による稽古） (1)打ち込み稽古 ①決められたパターンで打ち込む ②相手が決めた部位を打ち込む (2)互格稽古 (3)見取り稽古
試合	1 素振りの判定試合 2 基本打突の判定試合 3 相面（互いに面を打ち合う）の試合 4 時間内に有効打突の数を競い合う試合 5 個人試合・団体試合	1 1年で行った簡易の試合 2 有効打突を競い合う試合 1本勝負・3本勝負 3 個人試合・団体試合	1 有効打突を競い合う試合 1本勝負・3本勝負 2 個人試合・団体試合 3 トーナメント戦 リーグ戦

\*練習方法は、剣道の伝統的な用語である「稽古」を使用した。互格稽古・見取り稽古等

\*2, 3年の応用動作は、実情に応じて扱うこととする。