

小学生を対象とする剣道体験プログラムの試行

Trial of a Kendo Experience Program for Elementary School Students

体育学部体育学科
平田 佳弘
HIRATA, Yoshihiro
Department of Physical Education
Faculty of Physical Education

岡山県立大学保健福祉学部
京林由季子
KYOUBAYASHI, Yukiko
Department of Health and Welfare Science
Okayama Prefectural University

体育学部体育学科
大井 理緒
OI, Rio
Department of Physical Education
Faculty of Physical Education

Abstract : This study seeks to develop Kendo teaching materials for elementary school students. Kendo experience program was practiced for 37 elementary school students who participated in the Kids Sports Park event held at International Pacific University in May 2022. The Kendo experience program held this time was designed for children experiencing Kendo for the first time so that they could enjoy the movements of Kendo and the handling of bamboo swords. Kendo club members of university students supported children who participated. Through the kendo experience, the children's image of kendo changed positively. The introduction of games with easy-to-understand rules and immediate feedback on the results is thought to have brought about positive changes, such as children being able to experience the joy of striking a bamboo sword.

Keywords : kendo, kendo experience program, kendo teaching materials

1. はじめに

日本の伝統文化の一つとして位置づけられる剣道は、2012年度から中学校の保健体育科において他の武道種目と共に必修化された。2017年には新中学校学習指導要領（文部科学省，2018）が告示され2021年度から全面実施された。保健体育科における改善点として、中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編（文部科学省，2019）では、第1章総説2（2）「ウ 内容及び内容の取扱いの改善」に「小学校から高等学校までの12年間を見通して、各種の運動の基礎を培う時期、多くの領域の学習を経験する時期、卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ、小学校段階との接続及び高等学校への見通しを重視し、系統性を踏まえた指導内容の見直し」が図られたことが示されている。また、武道について

は「内容の取扱い」に、我が国固有の伝統と文化への理解を深める観点から、日本固有の武道の考え方に触れることができるよう、「柔道、剣道、相撲、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などを通して、我が国固有の伝統と文化により一層触れることができるようにすること」が新たに示されている。

しかしながら、小中高12年間の系統性や日本固有の伝統と文化に一層触れることが明示されているものの、剣道を含む武道領域は、これまで通り中学校から初めて履修する内容として示されている。この点について、奥儀・高橋他（2021）は、「柔道を含む武道領域は、球技や水泳などの運動領域とは異なり、児童生徒の発達段階に応じて小学校から系統的にカリキュラムが編成されていない現状である」とし、小学校体育からの系統的な運動技能の接続がなされていないことは憂慮すべき状況であることを指摘している。

一方、地域社会においては、近年の少子化に加え、

習い事としてのスポーツの多様化、サッカーや野球のようにメディアで目にする機会も少ないことから、剣道を習う子どもの数は減少傾向にあり、武道全体としても同様の傾向と考えられる。例えば、小学生白書Web版（学研教育総合研究所，2012）では、2012年4月から中学校で武道が必修化されることを踏まえ、その前年に、やがて中学生となる小学生が「武道」をどのようにとらえているのか調査を行っている。ここでは、「よくやるスポーツ」として武道と回答した小学生は4.3%と少なく、「一番好きなスポーツ」では1.9%とさらにその割合は低くなっていた。そして、小学生白書Web版（学研教育総合研究所，2021）による2021年8月調査でも、小学生の習い事の第1位は水泳（25.7%）、2位は学習塾（18.7%）、3位は通信教育（15.3%）であり、武道は12位（3.6%）とさらにその割合は減少している。このように生活の中であまり馴染みのない剣道をはじめとする武道を、中学生になり突然習うことに戸惑いを覚える小学生が多いであろうことは、武道必修化の開始当初から指摘されていたことであり、現在においても懸念される状況は続いていると考えられる。

剣道に関しても、忍者ごっこやチャンバラなどで剣道特有の動きを現代の子どもたちが遊びの中で経験する機会は極めて乏しくなっている。日本の伝統文化として、中学校において生徒が主体的に剣道に取り組む準備となるように、また、生涯スポーツとしての剣道の普及のためにも、幼少年期にある子どもたちに剣道に触れる機会を積極的に設け、剣道に対する興味・関心を育んだり、剣道特有の動きを体験したりできる機会を学校や地域社会に作る必要があるとらう。そのためにも、幼少年期にある子どもたちに向けた剣道体験の内容や教材開発が求められる。

以上の課題を背景に、本研究では、小学生を対象とする剣道体験プログラムを考案・実践し、その有用性について検討することを目的とする。

2. 方法

2.1 剣道体験プログラムの概要

IPU環太平洋大学で2022年5月に開催されたキッズスポーツパークのイベントに参加する小学生のために、剣道体験プログラムを考案・実施することとした。

キッズスポーツパークは、公益社団法人岡山青年会議所2022年度まちづくり室こどもまちづくり委員会と

環太平洋大学が主催し、「スポーツ体験や測定を通して自分の能力や特性を知り、新たな才能を開花させよう！」というキャッチフレーズの下、大学の最先端の設備で様々なスポーツ測定を行うことで子どもたちの能力や適性を知り、また、スポーツに触れることで、子どもたちの夢を広げる事を目的に事業が実施されたものである。スポーツ測定は、ボディースキャナ、50m疾走中の地面反力、超音波測定（筋肉の厚さを測定）、リバウンドジャンプ、立ち幅跳び、スピードガン測定（ボールスピードを測定）、重心動揺（重心の位置や足圧を測定）、低酸素体験（体内の動脈血酸素飽和度を測定）、全身反応時間、ステッピングの測定等が実施された。また、スポーツ体験は、バスケットボール、ハンドボール、陸上競技、ボッチャ、ラグビー、チアダンス等の種目が用意され、その中の一つが剣道体験であった。当日は、約300名（小学生以下）の子どもたちが大学に集まり、スポーツ体験は1人が3種目体験できるよう企画され、剣道体験には約40名の子どもたちが参加する予定であった。

2.1.1 剣道体験のねらい

剣道体験は、剣道に初めて触れる小学生が多いことを想定し、剣道（武道）における礼、竹刀素振り、打ち込み等を体験させ、「剣道がかっこいい、楽しい、もっとやってみたいと思うイメージ」を持たせることをねらいとした。

2.1.2 剣道体験の内容

剣道体験の内容は、『学校体育実技「武道」指導資料 中学校武道の必修化を踏まえた剣道授業の展開』（全日本剣道連盟，2009）「はじめての剣道体験」の内容の一部を、小学生でも安全に短時間で体験できるよう工夫して取り入れることとした。また、小学校低学年の体育の内容である体づくりの運動遊び、器械・器具を使つての運動遊び他を参考に剣道の運動遊びを模索した。最終的に、武道と剣道の歴史の説明、剣道における礼の体験、剣道基本動作体験の大きく3つの内容から剣道体験を構成し、主活動である剣道基本動作体験には、すり足、素振り、新聞紙切りを取り入れることとした。

小学生が使用する竹刀は、3尺6寸以下の規定があるが、低学年の子どもも参加予定であったので3尺4寸の竹製の竹刀を使用し、剣道着・袴、面、小手、胴は着用しなかった。

2.1.3 剣道体験の実施体制

剣道体験は、指導者2名、サポートのための大学生剣道部員（以下、サポート学生）5名の計7名で実施した。体験時間は約50分であり、1回あたりの定員は小学生12～13名とした。剣道体験は同じプログラムで計3回実施した。

2.2 参加児童の剣道のイメージ調査

2.2.1 目的

剣道体験に参加した児童の剣道のイメージが、体験の前後で変化するのかどうか明らかにする。

2.2.2 調査対象

IPU環太平洋大学で2022年5月に開催されたキッズスポーツパークのイベントにおいて、剣道体験に参加した小学1年から6年の児童37名を対象とした。

2.2.3 調査方法

剣道体験の前後にアンケート調査を実施した。アンケート調査は小学低学年の児童にはサポート学生が児童に口頭で質問し記入、小学高学年児童は自身で記入した。アンケートは無記名であり、調査用紙に、答えたくない質問がある場合は答える必要がないことを明記した上で、アンケート実施時に口頭でも説明し実施した。回収率は100%であった。

2.2.4 調査内容

調査内容は回答者が小学生であることを考慮し、大学生を対象に実施された木原ら（1987）や小林ら（2018）の先行研究を参照しながら、項目数、内容とも大幅に精選、簡略化し、ふりがなをつけたものを独自に作成した。剣道体験前のアンケート1は、属性3項目（学年、性別、運動の習い事経験）、及び、以下に示す剣道のイメージ5項目であり、剣道体験後のアンケート2は、剣道のイメージ5項目、及び、以下に示す事後の評価2項目であった。剣道のイメージ5項目については、「おもう」4点、「すこしおもう」3点、「あまりおもわない」2点、「おもわない」1点として参加児童の平均得点を算出した。

〈剣道のイメージ5項目〉

- 剣道はカッコいいスポーツと思いますか
- 剣道は楽しいスポーツと思いますか
- 剣道は安全なスポーツと思いますか
- 剣道はこわいスポーツと思いますか
- 剣道は痛いスポーツと思いますか

〈事後の評価2項目〉

いちばん楽しいと思った体験はどれでしたか

剣道をまたやってみたいと思いますか

さらに、サポート学生にも、体験指導の感想について記述による回答を求めた。

表1 参加児童の属性

学年／性別	男児	女児	合計
小学1年	4	2	6
小学2年	5	1	6
小学3年	1	5	6
小学4年	3	1	4
小学5年	5	2	7
小学6年	7	1	8
合計	25	12	37

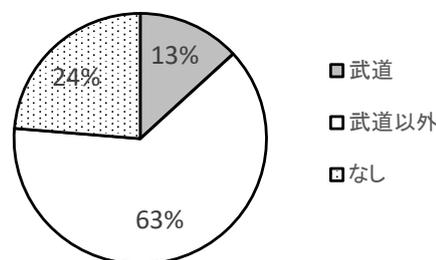


図1 運動の習い事の有無

3. 結果

3.1 参加児童の属性

参加児童37名の学年と性別は表1に示す通りである。運動の習い事経験は、サッカーやスイミングなどの「武道以外」の習い事が24名（63%）と最も多く、ついで、「なし」が9名（24%）、空手や合気道を含む「武道」は5名（13%）と最も少なかった（図1）。

3.2 剣道体験の実際

3.2.1 集合・整列（5分）

剣道体験にきた子どもたちを指導者・サポート学生が剣道場に笑顔で迎え入れ、二列横隊になるように誘導し、最初は体育座りで整列させた。名前を呼ばれたら大きな返事と手を挙げるように指示し出席確認を行った。その後、子どもたちを3～4人1組のグループに分け学生を1名ずつ配置し、剣道体験前のアンケート1の質問をし、サポート学生が回答を記入していった。アンケート1を終了後に剣道体験を開始した。

3.2.2 武道と剣道の歴史（2分）

剣道の歴史について、剣道は日本固有の伝統文化であること（日本という地で昔から行われていたこと）、「六三四の剣」、「鬼滅の刃」等の漫画でも話題になって来たことを説明した。話が長くなると子どもたちが飽きてしまうため、簡潔に説明した。

3.2.3 準備体操（3分）

コロナ禍であるため、全体の間隔を広く取り、竹刀を使用しての簡単な準備体操を行った。具体的には、竹刀の柄と刃部を持たせてのストレッチ、アキレス腱伸ばし等を行った。

3.2.4 剣道における礼の理解（7分）

- ①立礼（上座30度、お互い15度）
- ②正座（左座右起）
- ③座礼

家庭生活上で挨拶があるように剣道場でも挨拶の仕方があることを説明し、三つの礼（場への礼、先生への礼、お互いの礼）の仕方を体験させた。違いを分かりやすく説明してから実践させた。「空間や場所の神様」「相手や戦う前と後」などイメージしやすい言葉を使用した。なぜ左足から座り右足から立つのかを説明した（座っている時に相手に斬りかかられたら応戦するため）。剣をすぐ抜くには右足を先に立てた方が剣を抜きやすいことを、昔の侍の話や侍の真似をして子どもたちが理解しやすい工夫をした。一人で行わずペアをつくり向き合って、相手と呼吸（タイミング）を合わせる意識をさせた。

3.2.5 基本動作（足さばき）体験（10分）

- ①前後の動き
- ②左右の動き
- ③前後左右の動き
- ④剣道場の試合コートのラインを使ってすり足練習
- ⑤試合場の中でのすり足鬼ごっこ（学生が鬼役）

雑巾の上に足を置き、床を拭くようなイメージを持たせた。剣道での足構え（左右の幅は15cm程度、前後は右足踵と左足親指は5cm程度）を、子どもたち自身で作やすいように、「気をつけ」の状態から順番に構えの足を作らせた。左足が右足を追い抜かないようにすることや、体重移動で体がブレないように指導した。足が交差しないように注意し、足先の方向を意識させた。腰に手を当てさせて、指導者が声を出しながら（前、後、右、左）移動させた。動きに慣れて

きたら、指導者が足の動きの指示をランダムに出し、簡単なゲーム感覚で練習させた。さらに、剣道場にある試合場の白線を使用し、足と足の間に白線を挟むようにして前後左右に進ませ、慣れてきたら、すり足の速度を速くし、視線を足下ではなく進行方向に向かせる意識を持たせた。続いて、サポート学生が鬼となり、試合コート（辺11m正方形）の中をすり足で子どもたちを追いかけ、子どもたちもすり足で鬼から逃げ回り、鬼にタッチされないよう動き回るゲームを体験させた。ルールとして、試合場から出ないこと、すり足（走らない）で移動することを説明した。怪我防止のため少人数に分けて順番に行った。

3.2.6 基本動作（素振り）体験（15分）

- ①竹刀の握り方
- ②中段の構え
- ③正面素振り
- ④新聞紙切り体験、新聞紙ボール打ち体験

自転車のハンドルを持つように、竹刀の握り方は竹刀を真上から親指とその他四本指で挟み、挟んだ後に竹刀の柄に指を添えるように指導した。剣道における中段の構えをあまり意識させずに、かっこよく構えるように指導した。事前に体験した足さばきと組み合わせて、構えたまま前後左右に移動させた。動いても剣先が高くなるように意識させた。正面素振りに関しては、自分の前の相手（指導者）の頭を打つように指導し、竹刀を振り下ろす時に、「メン」と大きな声を出させた。特に、面を打ったときの左拳の高さ（胃の高さ）を強調し、構えた時の左拳の高さ（臍前）の違いを意識させた。また、動作と発声が同時になるように反復練習をさせた。次に、3人～4人のグループに分けて、新聞紙の両端をサポート学生が持ち、子どもが新聞紙の両端の中央をめがけて竹刀を切り下ろし、新聞紙を真っ二つに切る体験をさせた。サポート学生には、真っ直ぐに破れたらOKと事前に合格ラインを説明した上で、成功した際にしっかりとリアクションをとり、褒めることを意識的に行わせた。さらに、二つに千切れた新聞紙をボールのように丸めて、サポート学生が子どもの前に投げ、子どもがその丸まった新聞紙を竹刀でタイミング良く打ち落とす体験をさせた。新聞紙ボールに当たればOKと事前に合格ラインを説明しておき、サポート学生には合格したら子どもを褒めるように促した。

3.2.7 集合・整列（5分）

集合する際に竹刀と新聞紙を回収し、子どもたちの手指を消毒、体調の変化や怪我がないか確認した。剣道体験後アンケート2を、剣道体験前アンケート1と同様に記入した。

3.2.8 まとめのお話（3分）

子どもたちに剣道体験が楽しかったかどうかを聞き、何人かの子どもの感想を公表してもらった。剣道は歳をとっても続けられる武道であり、もっと面白く感じる瞬間があることや、今日の体験では「痛い」と感じる体験は少なかったが、剣道防具を着けての稽古では少し痛いと感じることもあることを補足し、また機会を作って剣道をやってみてほしいことを伝えた。

3.3 参加児童の剣道のイメージ

参加した児童の剣道のイメージについて、剣道体験前のアンケート1で最も得点が高かった項目は「かっこいい」3.49、最も低かった項目は「安全な」1.78であった。剣道体験後アンケート2では、最も得点が高かった項目は「かっこいい」3.86、最も低かった項目は「こわい」1.59であった。体験の前後のアンケート結果に対して対応のあるt検定（SPSS 28）を行った結果、剣道のイメージ5項目すべての得点が有意に変化しており、剣道体験により、剣道を「かっこいい」「楽しい」「安全な」と思う児童が増え、「こわい」「いたい」と思う児童が減少していることが明らかとなった（表2、図2）。性別及び運動の習い事の有無による有意差は認められなかった。

剣道体験後のアンケート2では、「一番楽しいと思った体験」として33名（89.2%）が新聞紙切りと回答した。次いで、素振りが7名（18.9%）、面打ちが4名（10.8%）、その他として2名（5.4%）が鬼ごっこと回答した。複数の体験を挙げる児童も多かった。また、「剣道をまたやってみたいと思うか」については、30名（81.1%）が「思う」、4名（10.8%）が「少し思う」、1名（2.7%）が「あまり思わない」、2名（13.5%）が「思わない」と回答した。

3.4 サポート学生の感想

サポート学生が体験の指導で難しかったこと、工夫したことは以下に示す通りであった。

〈指導で難しかったこと（抜粋）〉

- ・頭の上まで竹刀を振りかぶる子どもが少なかった。

- ・足が先に出てそのあと竹刀を振ったり、という子どもが多かった。（剣と足さばきが不一致）
- ・右足が前で左足が後ろのまま素振りをすることが子どもは難しかった。
- ・竹刀を振ることに抵抗がある子どもがいた。
- ・（新聞紙切りで）どれがまっすぐ振れているのか子どもたちはわかっていなかった。
- ・待ち時間に竹刀を振り回さないなどの指導が難しかった。
- ・学年が違う子にどこまで教えたらいいのかの判断。

〈指導で工夫したこと（抜粋）〉

- ・竹刀の持ち方や足さばきを忘れないように繰り返し思い出せるよう指導。
- ・アニメなどの流行のあるものを言ったら素振りに対する意欲が向上した。
- ・新聞紙をぴんと張ったり、真ん中に少し切り目を入れたら、子どもたちが出来た、楽しいとやる気に繋がるように意識した。
- ・新聞紙切りを待っている子どもに、1回1回「危ないからもう少し下がろうか」など声をかけた。
- ・保護者からお手本を見せてほしいと言われ、ヒントをもらった。

表2 参加児童の剣道のイメージ

		得点		t 値	有意性
		体験前	体験後		
かっこいい	平均	3.49	3.86	3.19	P<0.01
	標準偏差	0.85	0.41		
楽しい	平均	3.14	3.84	3.97	P<0.01
	標準偏差	1.04	0.59		
安全な	平均	1.78	3.11	6.83	P<0.01
	標準偏差	0.93	1.03		
こわい	平均	2.57	1.59	-5.94	P<0.01
	標準偏差	1.10	1.00		
痛い	平均	3.14	2.32	-4.12	P<0.01
	標準偏差	1.17	1.23		

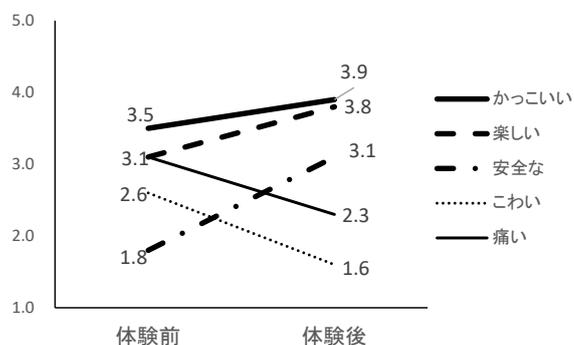


図2 剣道のイメージの変化

4. 考察

本研究では、剣道に初めて触れる小学生を想定し、「剣道がかっこいい、楽しい、もっとやってみたいと思うイメージ」を持たせることをねらいとした剣道体験プログラムを考案し実践した。参加した児童の剣道のイメージは、体験を通して、剣道を「かっこいい」「楽しい」「安全な」と思う児童が増え、「かわいい」「いたい」と思う児童が減少し、全体として肯定的な変化を見せたことから、短時間の単発のプログラムではあったが本研究の剣道体験プログラムは、一定の有用性が示唆されたと言える。

剣道体験の内容は、指導資料他を参考にしながらも、初めて剣道に触れる小学生向けに、剣道の魅力を小学校低学年から経験できるように考えプログラムを作成した。特に、新聞紙切りは参加児童の9割が「一番楽しいと思った体験」と回答しているように、ルールが分かりやすく、児童自身に結果のフィードバックがすぐに分かるゲーム性を取り入れたことが、剣道のイメージが肯定的に変化したことに影響していると考えられる。剣道の本来の面白さは、剣道防具を身に付けて竹刀で相手を「打つ」、相手は「そうさせない、反撃する」ように、攻撃と防御のやり取りが同時進行で行われ、そのやりとりでいかに優位に立ち、攻撃を成功させるかが運動課題であり、それが本来のおもしろさである。しかし、小学校低学年からそれを体験させると打つことが出来た方の児童は面白いと感じるかも知れないが、打たれた方の児童は痛い、怖い経験だけで終わってしまう可能性がある。小学校低学年の剣道指導を礼法や作法、剣道遊びまでとし、剣道運動自体（打つこと）が面白いと感じるようになり、竹刀が正確に振れるようになってから、対人技能を学ばせていくことも検討していく必要がある。

また、今回の剣道体験プログラムにサポート学生の協力が得られたことも、本研究の結果に反映していると考えられる。サポート学生は小学校教員免許取得希望者に限定し、授業や実習で小学生と触れ合う機会のある剣道部員（学生）に依頼した。そのため、小学生である参加児童とのコミュニケーションをうまく取ることが出来る学生に依頼したことで、剣道体験が円滑に実施出来たと考えられる。サポート学生がいることで、3～4人の児童に1人ずつ指導者・サポート学生が付きゆとりのある指導体制を組むことができ、児童を待たせることなく実施できた。さらに、サポート学生の感想からは、剣道独特の足さばきや、竹刀操作を

短い時間でどう子どもたちに分かりやすく指導するか苦心していた様子が窺えるが、一方で、子どもの意欲を引き出す声かけや示範を示したり、成功体験ができる工夫をしたり、安全管理面への配慮を考えたりなど、子どもたちにとって剣道体験が安全で楽しいと思えるようにサポートしている様子も窺える。親しみやすい大学生の剣道部員であるサポート学生とのやりとりを通じて、参加児童は楽しく剣道体験に取り組めたのではないかと推察される。

本研究は、単発の剣道体験プログラムを試行したが、段階的な剣道体験プログラムについても今後検討していく必要がある。また、体験を通じての子どもの学びの評価方法について今後さらに検討していく必要がある。

付記

本研究は、2022年9月に開催された日本武道学会第55回大会において研究発表した内容を加筆修正したものである。

引用・参考文献

- 1) 学研教育総合研究所 (2012) 小学生白書Web版 2011年12月調査.
<https://www.gakken.co.jp/kyouikusouken/whitepaper/201112/chapter3/03.html> (閲覧日: 2022年11月30日)
- 2) 学研教育総合研究所 (2021) 小学生白書Web版 2021年8月調査.
<https://www.gakken.co.jp/kyouikusouken/whitepaper/202108/chapter7/01.html> (閲覧日: 2022年11月30日)
- 3) 木原資裕・草間益良夫 (1987) 剣道に対するイメージについて (その2). 武道学研究 20(2), 97-98.
- 4) 小林優希・平岡拓晃・桐生習作 他 (2018) 大学体育における武道種目受講学生の武道イメージ. 武道学研究 50(2), 79-87.
- 5) 文部科学省 (2018) 中学校学習指導要領 (平成29年告示), 東山書房.
- 6) 文部科学省 (2019) 中学校学習指導要領 (平成29年告示) 解説 保健体育編, 東山書房.
- 7) 興儀幸朝・高橋進・木村昌彦 他 (2021) 小学校低学年を対象とした体づくり運動における柔道遊び教材の検討. 講道館柔道科学研究会紀要 18, 67-74.

- 8) 全日本剣道連盟 (2009) 学校体育実技「武道」指導資料 中学校武道の必修化を踏まえた剣道授業の展開, 全日本剣道連盟.