

攻撃剣道を支える基礎的修練に関する検討—鹿屋体育大学の事例—

竹中 健太郎, 前阪茂樹, 下川美佳

鹿屋体育大学

キーワード: 二、三段の技(連続技)、縁、反射、攻防一致

【要旨】

本研究は、攻撃を主体とする剣道の実践に向けた日々の基礎的修練の在り方、且つその重要性について、実証的に明らかとするため、鹿屋体育大学(以下鹿体大)の取組を提示する。鹿体大では、攻撃力強化に向け「①打ち切る」「②決まるまで打つ」「③受けたら直ちに打ち返す」の実戦における3つの技術要素の習熟を目指し、伝統的に継承されてきた稽古法を実践している。つまり、攻撃を主体とすること、あるいは防御しても即座に攻撃に転ずる(攻防一致)ことをねらいとして指導を行っている。平成21年度の対外試合において、「技の繋ぎを活用した技」が多く繰り出されるような状況がみられることとなれば鹿体大の稽古法の有用性を指摘し得るものとなる。

鹿体大では実践している各稽古において、上述の三要素を選手に徹底させている。本研究では、これらの指導を通して得られたと考えられる各稽古のねらいや留意点、着眼点等を整理し、基礎的修練における基本的な竹刀操作や体捌きの位置づけや応用について、その有用性を提言する。攻撃剣道を目指した取組を明確にした基礎的な修練の重要性が示唆される。

スポーツパフォーマンス研究, 2, 246-258, 2010年, 受付日:2010年7月21日, 受理日:2010年12月1日

責任著者:竹中健太郎 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水1 鹿屋体育大学 takenaka@nifs-k.ac.jp

Fundamental training for attack kendo as practiced at the National Institute for Fitness and Sports in Kanoya (NIFS-K)

Kentaro Takenaka, Shigeki Maesaka, Mika Shimokawa

National Institute for Fitness and Sports in Kanoya

Key Words: second and third stage technique (chain technique), edge, reaction, attack-defense match

[Abstract]

The present study describes the practical kendo training system that has been adopted at the National Institute for Fitness and Sports in Kanoya (NIFS-K), in order to clarify the importance of daily basic training for attack. At NIFS-K, the traditional kendo training aims at acquisition of three technical skills for strengthening the attacking power in kendo: (a) strike through, (b) keep striking until deciding, (c) on receiving, immediately

strike back. Thus, the training aims at the principal attack, that is, immediately turning from defense to attack (i.e., an attack-defense match). NIFS-K kendo competitors' training consistently focuses on these three factors. At the extramural matches in 2009, if the technique utilizing chain techniques is used, that will prove the validity of the NIFS-K training method. The present study suggests the validity of basic sword operation and body control in fundamental training by summarizing the target, points to be noted, and points aimed at for each step in the training. It demonstrates the importance for attack kendo of fundamental training with a clear target.