

剣道における正面打ち打突技術の習熟過程において「余勢」に着目した指導事例

前阪茂樹

鹿屋体育大学

キーワード: 打突行動, 正面打ち, 習熟余勢

【要旨】

剣道の技術指導において, 基本正しい打突技術を身につけるのは大切であるのは言うまでもない. 本指導研究事例は, 剣道の打突技術で最も基本的であるとされる, 正面打ち打突において, 打突後の「余勢」に着目し, 習熟度に伴った段階別指導事例を展開した. 打突後の余勢・残心を意識・工夫することで, より「形(刀法の理合)」に即した実践技術を身に付ける一助となると考えられる.

スポーツパフォーマンス研究, 1, 53-58, 2009年, 受付日:2008年11月28日, 受理日:2009年2月24日

責任著者:前阪茂樹 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町1 鹿屋体育大学 maesaka@nifs-k.ac.jp

A kendo training method focusing on momentum when learning the frontal strike

Shigeki Maesaka 1)

National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

Key Words: *datotsu* action, strike in front, learning momentum

[Abstract]

In kendo training, it is important to acquire the basic skills of *datotsu* (striking and thrusting). The present case study introduces a training method suitable for different levels of proficiency that focuses on the momentum after the initiation of a vertical strike directly to the front of the opponent, which is the most basic technique in kendo. Being aware of the momentum and follow-through after the strike can help the kendo student acquire more practical techniques in relation to the unification of intent, technique, and spirit, and the theory of sword technique.