大学体育研究　10：29－36，1988

原著論文

剣道の初心者指導に関する一考察
―正課体育受講生に対する意識調査と互格練習分析―

長尾　進　香田　郡秀

A Study of Guiding Kendo Biginners
A Research of University Students' Consciousness about Kendo Techniques and the Analysis of Gokaku-Rensyu

Susumu NAGAO, Kunihide KO-DA

Abstract

The purpose of this study was to get a basic data for guiding Kendo beginners with the research of university students' consciousness about Kendo techniques and the analysis of Gokaku-Rensyu.

134 students (59 boys and 75 girls) were answered 5 questions about the studied techniques. After that, 40 students (20 boys and 20 girls) performed Gokaku-Rensyu were filmed by video camera.

The results summerized as follows:

1. Shikake-Men was the most interest technique for boys, and the most comfortable technique for boys and girls, and also much recognized as Yuukou-Datotsu on VTR (boys 5/36, girls 11/66).
2. Kote-Men was the easiest technique for boys and girls, and much recognized as Yuukou-Datotsu on VTR (boys 4/36, girls 11/66).
3. Men-Nuki-Dou was the most interest technique for girls, but not much recognized as Yuukou-Datotsu on VTR (boys 2/36, girls 3/66). While, Girls' Men-Kaesi-Dou was most recogmized as Yuukou-Datotsu on VTR (20/66).
4. Some unlearned techniques ware recognized as Yuukou-Datotsu, for example, 2・3dan-waza which has Dou-Hitting in its last part.

Key words : Kendo beginners, Consciousness about Kendo techniques, Analysis of Gokaku–Rensyu, Yuukou–Datotsu

I　緒　言

学校体育における授業時間数には制限があり，その限られた時間内で学習効果(技術の習得やそれに伴う達成感など)をあげることが要求されるであろう。

従来，恵土[2]や内匠屋[3]の報告にみられるように，剣道においては，初心者を研究の対象とした場合，熟練者との比較のうえで論じられる筋電図学的，バイオメカニクス的研究は多い。これに対して，剣道を学校体育の

枠組のなかでとらえ，初心者の剣道技術に検討を加えたものは，管見するかぎりでは少ない。[(1),(4),(5)] また，これらの研究では，学習した技術が，試合のなかでどのように出現し，有効打突となるかについては検討されていても，そのことと学習者自身の技術に対する意識との関連については言及されていなかったり，あるいは，学習者の技術に対する意識についての言及はあるが，その技術が，剣道で伝統的に行われているものではなく，その研究のために特別に簡易にした技術であったりする。

そこで本研究では，剣道に伝統的に行われてきている技術が，学習の最終的目標のひとつである試合や互格練習において，どのように有効打突として出現しているかを分析し，それと初心者自身の学習した技術に対する意識との関連をみることにより，剣道における伝統的技術の初心者指導(特に学校体育)における妥当性や教材としての配列などについて検討するための基礎的データを得ようとするものである。

Ⅱ　研究方法

(1)　質問紙法

a．質問紙について(巻末資料参照)

初心者の，剣道技術および競技(互格練習)に対しての意識を調査するために，資料にある５つの質問を設定した。１は，学習者の技に対する興味という点から，２は，技の(運動としての)容易さという観点から，３は，技の決定度の点から，４は，技の達成感の点からである。なお，回答項目はこれまでに学習した技術(ａ～ｋ)をこれに当て多肢選択方式とした(後述)。質問５は，とくに「打突の機会」という点からａ～ｈの回答項目を設定した。

b．対象

筑波大学正課体育剣道受講学生のうち，大学入学後はじめて剣道を経験したもの(中・高校時における正課授業・クラブ活動，スポーツ少年団，町道場などでの経験の一切ない者)134名(男子59名・女子75名)を対象とした。対象となった学生はこの時までに，約15時限(１限は75分)の授業をうけており，学習した技術(礼法や用具の取扱および基本動作を除く)は以下に示す通りで，互格練習(地稽古)を行うことができる段階である。

★

1　正面打ち，小手打ち(自分から攻め込んでの)
2　小手―面，小手―胴(２段技)
3　引き面，引き胴(引き技)
4　出ばな面，出ばな小手(出ばな技)
5　面抜き胴(抜き技)
6　面返し胴(返し技)
7　小手すりあげ面(すりあげ技)

★

c．調査期日

昭和62年10月23，26，27，28日

d．集計および処理

各回答項目ごとに，〔回答数／男(女)子学生数〕を百分率で算出し，図１～５に示した。

(2)　ＶＴＲ分析

(1)で対象とした学生のうち40名(男子20名，女子20名)を無作為に選び，男子同士10組，女子同士10組に互格練習(地稽古)を行わせた。互格練習は11ｍ四方の試合場の中で行うよう指示し，側方よりＶＴＲカメラで，競技者の動きに焦点を合せ撮影した。

試合ではなく互格練習を選択した理由は，対象となった学生が，試合の形式を学習しておらず，撮影の手順に支障をきたすことが予想されたことと，互格練習の方が，時間を統一できるからである。時間は予備撮影の結果から，破験者の体力的問題や集中力の持続性を考慮したうえで，２分30秒とした。

ＶＴＲ再生にあたっては，３名の剣道専門

家がこれに当り，試合開始時に画面向って左側の競技者をａ，右側をｂとし，それぞれに有効打突と認められる技(初心者のレベルを考慮に入れた)のみを抽出し，前述した学習内容(技術)にあてはめ分類した。これらの結果は表１，２に示した。

なお，自分から攻めこんでの「正面打ち」や「小手打ち」は，ここでは便宜上，「しかけ面(小手)」として表した。また，足運びに連続性をもった「２段技」(技と技のあいだに，余分な足運びを伴わず連続している)の最後の技，例えば「小手―面」の「面」などが有

表１　互格練習における有効打突の出現回数(男子)

	撮影番号 / 競技者 / 技	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		計
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	
既習の技	しかけ面							1			1			1	2							5
	しかけ小手	1																				1
	小手-面			1			2	1														4
	小手-胴																					0
	引き面	2					1														1	4
	引き胴				2				1												1	4
	出ばな面				1		1												1			3
	出ばな小手												2									2
	面ぬき胴																1					2
	面返し胴																			1		1
	小手すりあげ面																		1		1	2
その他の技	しかけ胴										1											1
	面-胴			1																		1
	小手-面-胴			1		1				1												3
	払い小手									1												1
	面すりあげ面																2					2
計		4	0	3	3	1	4	2	1	2	2	0	2	1	2	0	3	0	2	1	3	36

表２　互格練習における有効打突の出現回数(女子)

	撮影番号 / 競技者 / 技	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		計
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	
既習の技	しかけ面			1	2							1	2			1	2			2		11
	しかけ小手													2						1		3
	小手-面				1		1	1						1	1	2	4					11
	小手-胴						1															1
	引き面																					0
	引き胴				2	1	1															4
	出ばな面						1									2						3
	出ばな小手																					0
	面ぬき胴	1													1	1						3
	面返し胴				3	3	1				6		2						5			20
	小手すりあげ面																		1			1
その他の技	しかけ胴				1								1									2
	面-胴									1		1										2
	小手-面-胴														1				1			1
	払い小手																		2			2
	面すりあげ面									1									1			2
計		1	0	1	9	4	5	1	0	2	6	2	5	3	2	6	6	0	10	3	0	66

効と認められた場合には，これをそのまま「小手―面」と分類した。「3段技」についても同様である。

Ⅲ　結果と考察

(1)　アンケートの結果から

1．技の興味について(図1)

男子学生では「しかけ面」の28.8%が最も多く，次いで「面抜き胴」の25.4%「小手すりあげ面」の15.3%，「小手一面」の13.6%の順であった。女子学生では「面抜き胴」が最も多く，33.3%が「興味をもった(面白いと感じた」と回答しており，以下，「引き胴」の28.0%，「小手すりあげ面」と「小手一面」の26.7%，「しかけ面」の18.7%という順であった。

このように，最も興味をもつ技に男女間で相違があり，男子では「しかけ面」，女子では「面抜き胴」が，それぞれ1位となっている。特に男女差がみられるものは，「しかけ面」は男子がかなり多く，逆に，「小手一面」では女子が上回っている。また，「引き技」については，男子では「引き面」と「引き胴」とも10.2%，「引き胴」28.0%で，「引き胴」の方が圧倒的に多い。

この他，「しかけ小手」，「出ばな面」，「出ばな小手」は男女とも，回答率が低く，男女間の差異はみられない。また，「応じ技」については，男女間で値が異なっているが，「面抜き胴」「小手すりあげ面」「面返し胴」という順位は同じであった。

2．技の容易さについて(図2)

男子では，「小手一面」27.1%，「しかけ面」・「しかけ小手」の20.3%，「出ばな小手」の10.2%，「面抜き胴」の8.5%，「小手すりあげ面」の6.8%という順に，「打ちやすい」という回答率であった。女子では，「小手一面の24.0%が最も多く，以下，「面抜き胴」の20.0%，「しかけ面」16.0%，「しかけ小手」・「引き胴」の13.3%という順である。

男女とも，「小手一面」が最も打ちやすいという結果になったが，これは，この技が，最初に「小手」という比較的動きの小さな技のあとに「面」という動きの大きな技がくるので，拍子がとりやすく，しかも同一方向の

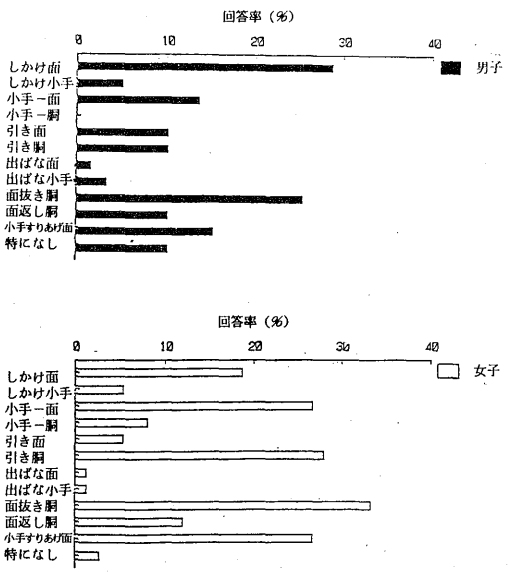

図1　技の興味についての回答率

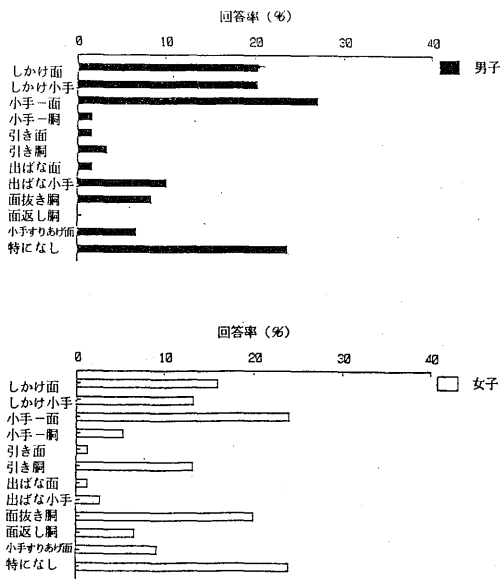

図2　技の容易さについての回答率

運動であるためと考えられる。「しかけ面」「しかけ小手」については男子がやや上回っているが，「小手一胴」「引き胴」「面抜き胴」「面返し胴」などの「胴技」では，女子がかなり上回っている。これは，男子では大きく速い「踏込足」ができるものが多いのに対し，女子ではこれが少ないためであると思われる。また，女子では，この「面打ち」がさほど速くないことが，「応じ技」である「面抜き胴」「面返し胴」を容易にしているといえる。さらに，男子の「面返し胴」が0％というのは特徴的であり，「胴技」は運動の途中で方向転換を必要とするため，身体各部および運動の柔軟性が要求されることも「胴ざわ」が男子に少ない要因であろう。
この他，「引き面」と「出ばな面」は男女とも低い値を示している。

3．技の決りやすさについて(図3)

ここでは，学習者が実際の互格練習のなかで，決りやすい技について質問したが，男子では「しかけ面」「しかけ小手」がそれぞれ25.4％，23.7％と高い値を示しており，シンプルな技が決り易いと回答している。女子では，ばらつきがあり，特徴的なものはみられず，「特になし」という回答が36.0％と多い。

男女で近い値を示しているものは，「小手一面」「引き胴」「面抜き胴」「小手すりあげ面」などである。

また「出ばな面」は男子0％，女子1.3％と低く，初心者にとって最も難度の高い技であるという結果がでた。

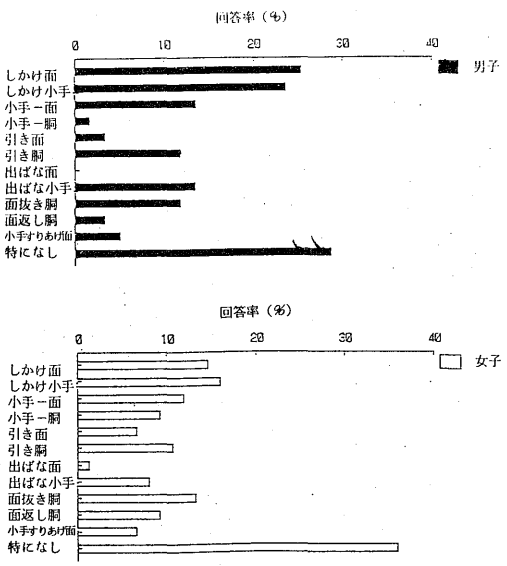

図3　技の決りやすさについての回答率

4．技の達成感について(図4)

これについては，男女とも「しかけ面」が圧倒的に多く，男子では62.7％，女子で70.7％という回答率であった。

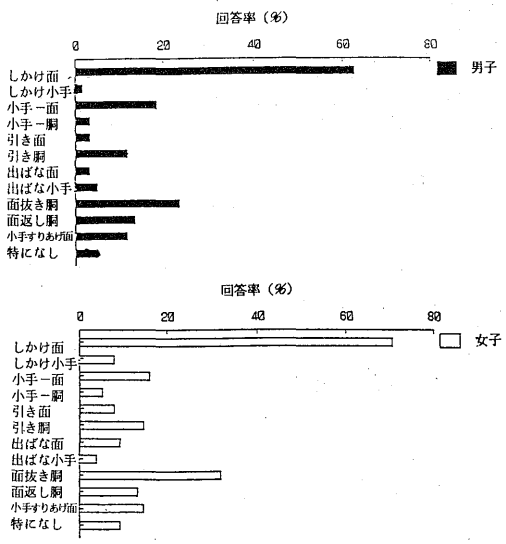

図4　技の達成感についての回答率

前項3「技の決りやすさ」と比較すると，男子で3倍近く，女子で5倍近い値になっており，実際場面での決定率とは別に，多くの者が「面」が決まることを「気持良い」としているのは大変興味深い。

5．打突の機会について(図5)

全体的にみると，男子ではばらつきがあり，特徴的なものはない。女子では，gの「応じ

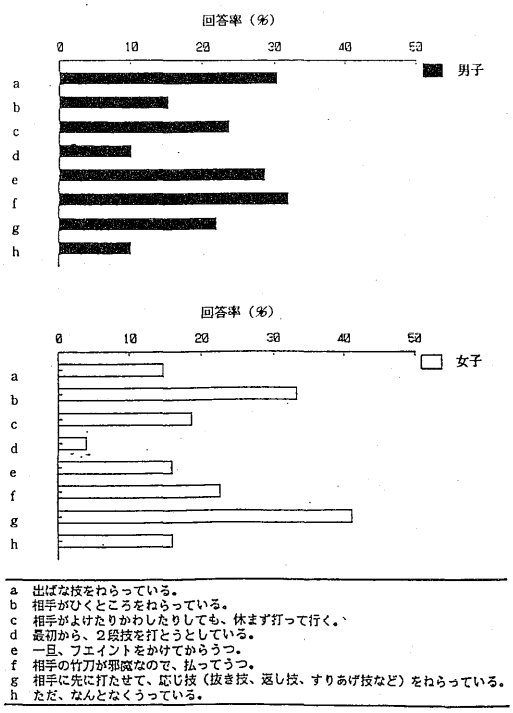

図5 打突の機会についての回答率

技をねらっている」という回答が41.3%と最も多く，前項1，2，3においてみられた「面抜き胴」の値の高さとの関連がみられる。

男子では，「出ばな技」が，(その「決りやすさ」は別として)，30.5%と，女子の14.7%に比べて高い値を示している。また「フェイントをかけて打つ」，「払って打つ」なども女子よりかなり多い。女子では，「相手がひくところをねらう」が33.3%であり，男子の15.3%よりも非常に多い。

また，回答項目c・dは「連続技」という観点からこれを設定したが，男女とも，最初から2段技を打とうとするものよりも，相手によけられたりかわされたりしたときに，続けて打突することを主眼に置いている者が多いという結果がみられた。

6．まとめ

男子は，「しかけ面」「面抜き胴」に興味をもつものが多く，運動としては「小手一面」「しかけ面」「しかけ小手」が打ちやすい技であり，実際にも「しかけ面」「しかけ小手」が決りやすいとする者が多いという傾向がみられた。女子では，「面抜き胴」「引き胴」「小手一面」「小手すりあげ面」などが興味の対象として高い値を占め，運動としては，「小手一面」「面抜き胴」が特に容易なものとしてあげられたが，実際に決りやすい技として特徴的なものはみられなかった。

また，男女とも「しかけ面」を最も達成感のある技としてとらえていることが明らかになった。

さらに，打突の機会としては，特に女子で，「応じ技をねらう」「相手がひくところをねらう」という者が多いという傾向がみられた。

(2) ＶＴＲ分析から（表1,2参照）

男子同士・女子同士各10組に，２分30秒ずつの互格練習を行なわせ，有効打突と認められる技を抽出し分類を試みたものを表１・２に示したが，これをみると，まず有効打突の総出現回数で男子36，女子66という大きな開きがでた。これは，初心者においては，限られた時間内では，女子の方が有効打突が多く出現することを示している。

技の分類でみると，男子では，特徴的なものはみられないが，「しかけ面」が５例と最も多い。女子では，「しかけ面」「小手一面」「面返し胴」に集中している。特に「面返し胴」を得意とする者はこれを多用する傾向(競技者２ｂ・３ａ・５ｂ・９ｂ)がみられた。

特に出現回数の少ない技として，「小手一胴」(男子０，女子１)，「出ばな小手」(男子２，女子０)，「小手すりあげ面」(男子２，女子１)があげられる。このうち，「小手一胴」と「小手すりあげ面」に関しては熟練者の試合，地稽古等でもそう多くみうけられるものではないが，「出ばな小手」は多くみられる。したがって，初心者にとって「出ばな小手」

は難度の高いものであるといえる。

また，これらの他に，先述した学習内容(既習の技)以外の技についても整理したが，ここでは，「しかけ胴」「面一胴」「小手一面一胴」「小手一面一面」「払い面」「払い小手」「面すりあげ面」などの技が出現した。これをみると「胴技」が多く，特に「面—胴」と「小手—面胴」は男女合計7例みられ，初心者にとって面から胴への変化は容易であり，かつ自然発生的にできる技であるといえる。また「面—胴」「小手—面—胴」「小手—面—面」という連続技としての分類からみると，計8例あり，これは，教師が平常の授業において，「打ち始めたら，当たるまで打ちなさい。」という指示を与え続けていることの影響とみてとれる。

Ⅳ 総　括

剣道の初心者における技に対する意識と，実際の競技(互格練習)内容の分析から考察を進めてきたが，これらを，特に，個々の技から総括すると以下のようになる。

(1) 「しかけ面」は，技の興味の対象として(男子)，また達成感のある技として(男女)高い値を示しており，実際の競技場面でも有効打突としての出現回数が多い。「小手—面」は，男女とも「打ちやすい技」として最も高い割合を占めており，有効打突も多く出現した。

(2) 応じ技に関して，興味の対象として(男・女)や打ちやすい技として(女子)「面抜き胴」が高い値を示していたが，実際には女子では「面返し胴」が多く出現していた。男子では「面返し胴」「面抜き胴」とも出現回数は少なかった。

(3) 男子において特に，「しかけ小手」が興味の対象として，かつ決りやすい技と回答するものが多かったが，実際には有効打突となるものはほとんど出現しなかった。

(4) 既習の技以外にも，特に，最後に「胴」を決めて有効打突とする「2・3段技」が実際場面では多くみられた。

これらをふまえたうえで，学校体育における初心者に対する教材としての剣道の伝統的技術では，技の分類でいえば，特に出ばな技とすりあげ技は初心者にとって難しい技術と言え，指導方法に工夫・努力が必要とされるであろう。また，打突部位別にみると，突を除く3部位の中で最も面積の狭少な小手は，やはり難度の高い打突部位であることが明らかになった。逆に，胴は前出(4)でも触れた様に，自然発生的な有効打突の出現しやすい部位であり，連続技(2・3段技)と関連して早目に習得させることも，学習への興味という点で効果的と思われる。

また，ＶＴＲ分析の結果，総有効打突数において，男女間で大きな開きがあったことは，とくに男子に対して，打突の機会などについて強調して指導する必要があることを示唆している。

参考文献

1) 岩下巳伸：剣道の学習過程における打突動作に関する研究，体育学研究11－5(第17回大会号)，p.219，1966.
2) 恵土孝吉他：初心者指導における一足一刀の間からの打突について，武道学研究3－1，p.40，1969.
3) 内匠屋潔：剣道打撃動作分析からみた初心者指導の一考察，日本体育学会第37回大会号，p.318，1986.
4) 藤田桂憲他：剣道授業における初心者の基本打ち指導に関する研究，日本体育学会第38回大会号，p.465，1987.
5) 村田寛三：学校剣道の応じわざについて，体育学研究11－5(第17回大会号)，p.219，1966.

資料　剣道の技および地稽古(互格練習)についての意識に関する調査

このアンケートは、皆さんの、剣道の技や地稽古（互格練習）に対する意識について調査し、今後の授業に役立てようとするものです。御協力宜しくお願いします。

氏　名：
性　別：　男　女

1　これまでに習った技の中で、あなたが興味をもった（面白いと感じた）技を次の項目の中から選び○をつけなさい。何項目でもかまいません。

a　攻め込んでの面　b　攻め込んでの小手　c　小手ー面　d　小手ー胴
e　引き面　f　引き胴　g　出ばな面　h　出ばな小手　i　面抜き胴
j　面返し胴　k　小手すりあげ面　l　特になし

2　これまでに習った技の中で、あなたが打ちやすい技を次の項目の中から選び○をつけなさい。何項目でもかまいません。

a　攻め込んでの面　b　攻め込んでの小手　c　小手ー面　d　小手ー胴
e　引き面　f　引き胴　g　出ばな面　h　出ばな小手　i　面抜き胴
j　面返し胴　k　小手すりあげ面　l　特になし

3　これまでに習った技の中で、普段の地稽古（互格練習）の最中、相手に対して決りやすい技を次の項目の中から選び○をつけなさい。何項目でもかまいません。

a　攻め込んでの面　b　攻め込んでの小手　c　小手ー面　d　小手ー胴
e　引き面　f　引き胴　g　出ばな面　h　出ばな小手　i　面抜き胴
j　面返し胴　k　小手すりあげ面　l　特になし

4　これまでに習った技の中で、普段の地稽古（互格練習）の最中、この技が決ると気持ちよいと思うものを次の項目の中から選び○をつけなさい。何項目でもかまいません。

a　攻め込んでの面　b　攻め込んでの小手　c　小手ー面　d　小手ー胴
e　引き面　f　引き胴　g　出ばな面　h　出ばな小手　i　面抜き胴
j　面返し胴　k　小手すりあげ面　l　特になし

5　あなたは、普段の地稽古（互格練習）において、とくにどの様なことを意識して行っていますか。次の項目の中から選び○をつけなさい。何項目でもかまいません。

a　出ばな技をねらっている。
b　相手がひくところをねらっている。
c　相手がよけたりかわしたりしても、他の部位をどんどんうっていく。
d　最初から、2段技を打とうとしている。
e　一旦、フエイントをかけてからうつ。
f　相手の竹刀が邪魔なので、払ってうつ。
g　相手に先に打たせて、応じ技（抜き技、返し技、すりあげ技など）をねらっている。