

剣道競技の「一足一刀」の間合いの研究

A study of the capable space to hit the opponent in one step in “kendo”

1K05A242

指導教員

主査 奥野景介先生

渡邊 亮二

副査 矢野尊之先生

[緒言]

小中学生・高校生・大学生・成人の競技レベルの推移を辿ってきたときに、成人や大学生では競技レベルの高い競技者は大都市に集まる傾向があり、小中学生-高校生の年代では地域別にあまり競技レベルの差が出ていない。つまり、高校生になるまでに各学校および各道場の先生の指導が効果的だったと読み取れる。では実際にどのような稽古に取り組み、意識すれば更なる競技力向上が見られるか疑問に残る部分である。

毎年、全日本剣道連盟は審判講習会を開き、剣道指導者に一本の基準や反則行為を明確にしている。しかし、これ以外の講習会などはなく、指導者は自分の剣道に対する考え方で子どもたちに指導していると考えた。これでは一人一人の特性に合った指導は行えない。では、どのように指導すべきか考えたとき、剣道の先行研究を調べていく中で間合いの一足一刀の研究が少ないことに気付いた。この一足一刀は間合いの中で重要な位置付けだが、概念的なものしかなく、明確にされていない。そのことから、本研究では異なる競技レベルの競技者を対象に一足一刀の距離を比較考察すること目的とした。

[研究方法]

本年度 W 大学剣道部所属者のうち、第 53 回全日本学生剣道大会経験者 7 名(熟練者群)と未経験者 8 名(未熟練者群)の 15 名を対象者とし、身長、体重、競技歴、指極、手-肘の長さ、肘-肩の長さ、腕の長さおよび一足一刀の距離を計測した。SPSS11.0J for Windows (SPSS Japan, Inc)

を用いて両群の相関係数を表し、比較、考察する。

[結果]

熟練者群と未熟練者群の相関係数を比べた時に、相関に差が見られたものは、肘-肩の長さ
と腕の長さ、一足一刀と肘-肩の長さおよび一足
一刀と腕の長さの 3 つであった。この 3 つの中で
相関係数に一番差が示されたのは、肘-肩の長
さと一足一刀であり、相関係数の熟練者群は $r = 0.618$ に対して、未熟練者群は $r = 0.16$ であり、
差が 0.5 以上もの差を示した。

[考察]

熟練者群と未熟練者群を比較した時に共通の
因子で高い相関を示したのは、身長、指極およ
び手-肘の長さであった。この 3 つの因子は競技
レベルを分けて考えても両群とも高い相関係数を
示すことから、各被験者が持っている一足一刀の
距離に競技レベルに反映されていない因子と考
えた。また、本研究の未熟練者の定義は全日本
学生剣道大会未経験者を対象としており、まった
くの未経験者というわけではない。つまり、一足一
刀に対する身長、指極および手-肘の長さの因
子は、熟練者群と同じような高い相関を示したこ
とから、ある程度の剣道経験を積むことで構築さ
れる要因だと考えられる。

本研究において一番強調したいことは、熟練
者群と未熟練者群の一足一刀の距離を相関係
数で比較した時に差を示した肘-肩の長さ
と腕の長さの 2 つ因子についてである。一番差を示した

因子は肘-肩の長さで、熟練者群では中程度の相関($r = 0.618$)を示すのに対して、未熟練者群は相関が見られない($r = 0.16$)。また腕の長さでは、熟練者群は高い相関($r = 0.817$)を示すのに対して、未熟練者群は中程度の相関($r = 0.431$)であった。これは、肘-肩の長さと腕の長さの2つ因子が競技レベルの差を生んだ因子と考えた。このことから、熟練者群の方が未熟練者群よりも一足一刀の距離を構築する際に、自分の腕に対応した一足一刀を構築していると考えた。そして、その自分の腕の中でも肘-肩の長さは最も競技レベルに対応した因子だと考えた。

肘-肩の長さは構えている時は、ほぼ0である。それが打突を行う動作の際に腕を伸ばす時に、肘-肩の長さが生まれこれが「腕の伸び」となる。つまり、熟練者群は一足一刀の間合いから技を出す瞬間の「腕の伸長」がどれくらいあるか未熟練者群よりも把握しているから、試合において絶

妙な一足一刀の距離で相手を打つことができると考えた。

[まとめ]

本研究を通じて、熟練者群と未熟練者群の一足一刀の距離が、身長、体重、競技歴、指極、手-肘の長さ、肘-肩の長さ、腕の長さおよび一足一刀の距離の8つの因子がどのような関係を示しているか比較、相関した際に、肘-肩の長さの因子が競技レベルに順応する大事な要素と位置付けられた。

すなわち、競技レベルを向上させるためには、相手を打つ時に発生する肘-肩の長さの「腕の伸長」を意識させた一足一刀の距離の改善が競技力向上の一つの要素として考えられる。だがその改善方法は、本研究において明らかにされていない部分であり、今後の研究テーマとして取り扱っていきたいと考える。