

銃剣道



銃剣道



武道の定義

武道は、武士道の伝統に由来する日本で体系化された武技の修錬による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、人間形成の道であり、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道の総称を言う。

平成二十六年二月一日制定

日本武道協議会

武道の理念

武道は、武士道の伝統に由来する我が国で体系化された武技の修錬による心技一如の運動文化で、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道を修錬して心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成の道である。

平成二十年十月十日制定

日本武道協議会

刊行の辞



(公財)日本武道館
日本武道協会

会長 松 永 光

わが国を代表する武道 10 団体が大同団結して結成した日本武道協会は、平成 29 年 4 月に設立 40 周年を迎えることとなりました。

この祝賀を記念して、中学校武道必修化の充実に向けた指導書と DVD が刊行される運びとなりました。

平成 18 年に教育基本法が改正され、伝統や文化を尊重することなどが謳われることとなり、平成 24 年度から全国 1 万余校の中学校で武道が必修化されました。中学校武道必修化が完全実施されてから 5 年が経過しましたが、大きな事故もなく、全国各中学校で順調に実施されています。

しかしながら、年間実施時間は 10 時間弱、指導者の段位保有率は 2 人に 1 人、約 50 パーセントと低く、中学校武道必修化の内容充実は急務であります。

そこで、日本武道協会として「安全で、楽しく、効果の上がる授業」を実施するための指導書と DVD を記念事業として作成し、全国 1 万余校の中学校、都道府県市区町村教育委員会、主要公立図書館等へ無償配布することといたしました。

目的は「武道 9 種目の周知徹底」と、その上での「中学校武道必修化の充実」です。

武道は武士道の伝統に由来するわが国で体系化された武技の修練による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成の道です。

中学校武道必修化に関わる指導者の皆様がたにおかれましては、ぜひ本書と DVD を活用され、日本全国の中学生が元気よく、立派に育っていかれますよう、ご指導、ご尽力のほど、よろしくお願い申し上げます。

本書がそのお役に立てることを心から祈念し、刊行の辞といたします。

平成 29 年卯月

ごあいさつ



(公社) 全日本銃剣道連盟 会長 酒井 健

日本武道協議会設立40周年記念「中学校武道必修化指導書」の刊行を心からお祝い申し上げますとともに、全日本銃剣道連盟が日本武道協議会に加盟し、現代武道の一員として活動させていただいていることに、心からお礼申し上げます。

日武協への加盟は、銃剣道・短剣道の発展に必要不可欠な要素であります。特に「武道の理念」に9武道の一つとして銃剣道が明記されていることは、銃剣道が日本の伝統文化であり、その目的が国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成である明確な証しです。

日武協のご支援を受けている、全日本少年少女武道（銃剣道）錬成大会や全国銃剣道指導者研修会、中学校武道授業（銃剣道）指導法研究事業などは、銃剣道・短剣道を幅広く普及振興するためには必要不可欠な事業となっております。特に、中学校における銃剣道授業の実現は当連盟の悲願でしたが、平成28年には、神奈川県において開始することができました。これは、採用していただいた中学校の教員が「中学校武道授業（銃剣道）指導法研究事業」に参加したことがきっかけになっています。まさに、日武協に加盟していなければ実現できなかったことであり、心から感謝致しております。

さて当連盟の大きな課題は、中学校銃剣道授業採用校の拡大、国民体育大会銃剣道競技会の毎年実施競技への復活などがありますが、その克服の基礎は銃剣道の指導ができる教員の育成と、青少年育成拠点の拡大にあります。本指導書は中学校武道必修化の充実と武道の振興普及に資することを目的として発刊され、種目「銃剣道」において、歴史と特性、姿勢、足捌き、突き及び形の銃剣道全般にわたって分かりやすく解説しました。本指導書が多くの教員の皆さんにとって、銃剣道指導のよき指南書となり授業に対する自信の源となること、そして中学校のみならず、全国の青少年育成拠点においても活用されることを心から期待しています。

平成29年4月吉日

刊行にあたって



武道議員連盟会長
(公財)日本武道館常任理事

高村 正彦

このたび、日本武道協議会が設立40周年を迎えるにあたり、これを記念して、中学校武道必修化の充実に資するための指導書とDVDを刊行する運びとなりました。誠におめでたい限りであります。

新渡戸稲造博士の言を待つまでもなく、日本人の精神文化の柱は武士道であり、この武士道を現代に最もよく引き継いでいるのが武道であります。

平成18年に安倍晋三内閣において、60年振りに教育基本法が改正され、国や郷土を愛し、日本の伝統文化を尊重し、公共に奉仕する心を涵養することなどが明文化されました。武道議員連盟は、日本武道館、日本武道協議会と歩調を合わせて、中学校武道必修化の実現を国に要請してまいりました。その成果として、学習指導要領が改訂され、平成24年度から全国1万余校の中学校1・2年生で武道が必修化され、6年目を迎えることとなりました。

武道を必修化することによって、全国の中学生在が心と体を鍛え、日本の伝統である、「道の文化としての武道」を学んで自分を高めていくことは、多感な成長期にあって意義あることだと考えています。中学校で武道を必修化するということは、50年後、100年後には全国民が武道経験者になるということで、日本社会にとっても中学校武道必修化は大事な事業であります。

各武道に共通しているのは「礼に始まり、礼に終わる」、お互いを尊重し、高め合うことです。「道」と「礼」の実践が中学校武道必修化の重要課題であるといえるでしょう。まさに「仏を作って魂を入れる」のはこれからです。

本書とDVDが、中学校武道必修化の充実に向けて全国の学校現場で幅広く活用され、わが国が将来にわたって平和で豊かな国であることの礎になることを祈念申し上げ、刊行の辞といたします。

平成29年4月吉日

銃剣道 ◆ 目次

1 章 概 論	(7)
1 銃剣道とは	7
2 銃剣道の歴史	7
3 特 性	8
4 銃剣道の競技方法	9
5 銃剣道の服装・用具	10
2 章 指導計画	(11)
1 単元構造図・5 時間の場合（第 1 学年・第 2 学年）	11
2 単元構造図・11 時間の場合（第 1 学年）	12
3 単元構造図・11 時間の場合（第 2 学年）	14
4 単元構造図・11 時間の場合（第 3 学年）	16
3 章 指導の実際	(18)
1 礼 法	18
2 構え・直れ	22
3 銃剣道の足さばき	24
4 足さばき総合	26
5 銃剣道の突き方	28
6 目標物を突いてみる	31
7 相手と向かい合って突いてみる	32
4 章 銃剣道の形	(34)
1 形の目的	34
2 銃剣道の形 一本目	34
3 銃剣道の形 二本目	40
4 銃剣道第 2 学年の形	44
5 銃剣道の形 五本目 一応じ技右の払い突きー	50
6 銃剣道の形 六本目 一応じ技左の払い突きー	54
5 章 銃剣道のすすめ	(59)

1 章

概 論

1 銃剣道とは

銃剣道は、明治初期にヨーロッパの銃剣術を取り入れて創成され、わが国の伝統的武術のひとつである槍術の「突き技」を基調として発展してきた。銃剣道は木銃を左半身に構え、相手の喉・胴への「突き技」のみの競技で、動作も単純で、習得も容易である。しかし、技の真髄を極めるには奥深いものがあり、「突く」「抜く」「打ち払う」「かわす」「押す」などの木銃の操作と「足さばき」で果敢に攻めるところが特色である。

銃剣道では、たゆまない努力によって心身を鍛錬陶冶し、規律を守り、礼節を尊び、信義を重んじる等、社会人として必要な道德性を高め、もって、正しく、明るく、強く、逞しい人間形成を目指して精進することを指標とし、基本的運動能力の育成に寄与するものである。

普及にあたっては、「やって楽しく、見て面白い」ことを感じさせ、「スピーディーで美しい試合」ができ、正々堂々とした態度を維持できるよう努力することを主眼としている。

2 銃剣道の歴史

銃剣道の前進となる銃剣術は、17 世紀後半のヨーロッパのフランドル地方の戦闘で考案された銃剣（バイヨネット）が 18 世紀に改良されて、ドイツ・フランスを中心にヨーロッパに銃剣によるフェンシング術が普及されていったことが始まりである。

わが国でも、明治 3（1870）年に陸軍の戦技としてフランス式銃剣術が導入された。しかし、当時の日本人の体格には不向きであったことから、戸山学校体操科長の津田教修により「宝蔵院流槍術秘書」を参考とした研究がなされ、明治 27（1894）年日本式銃剣術に改正された。これが現在の銃剣道の起源である。

以後、大正 13（1924）年には第 1 回明治神宮体育大会で実施され、翌大正 14（1925）年には大日本武徳会の独立科目として認められた。昭和 15（1940）年の樫原神宮大会から「銃剣道」という名称になり、翌昭和 16（1941）年に銃剣道の民間組織の端緒である大日本銃剣道振興会が設立され、銃剣道の普及が各地で行われた。

戦後、武道禁止令により大日本銃剣道振興会は解散。銃剣道は存亡の危機に直面したが、銃剣道の伝統を継承し、武道として後世に伝えようとする愛好者が全国でそれぞれ活動し始めた。昭和 28（1953）年には、戸山剣友会が設立され、全国各地でも組織が作られ始めた。

こうして、全国的に銃剣道再興の機運が高まってきたことから、銃剣道の全国的組織を設立することとなり、昭和 31（1956）年、全日本銃剣道連盟が設立された。全日本銃剣道連盟は、昭和 45（1970）年に社団法人の認可を受け、昭和 48（1973）年に日本体育協会への加盟が認められる。昭和 55（1980）年、国民体育大会の正式種目となり、銃剣術から武道としての銃剣道への変遷と発展を遂げてきた。

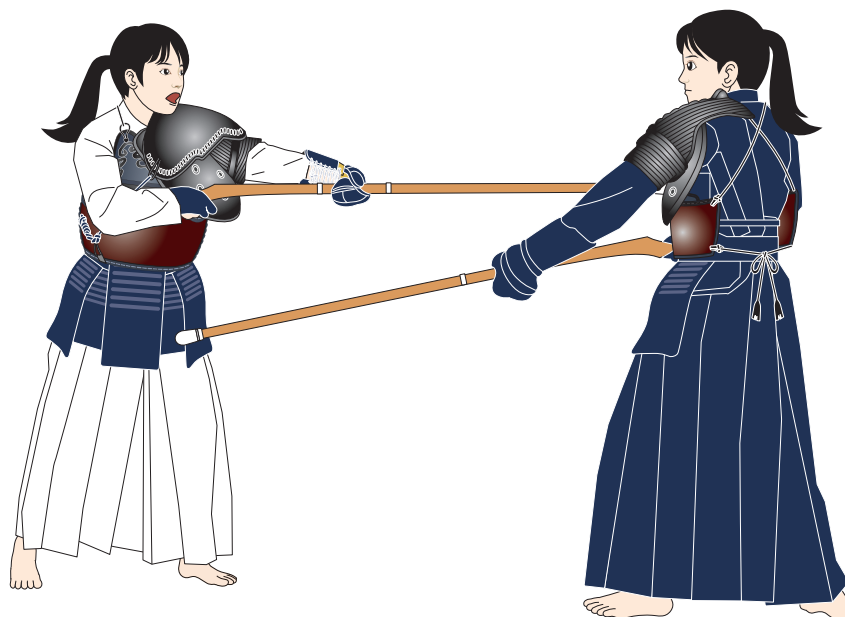
3 特 性

銃剣道は長さ 166 センチ（小学生以下は 133.5 センチ）の木銃を、左半身になって両手で持って構える。構えの姿勢から突く、突いた姿勢から構えの姿勢に戻るという単純な動作で行うため、初心者にも導入しやすい。また、青少年から高齢者まで生涯武道として行うことができる。

その一方、相手の木銃を「払う」、「外す」、「押す」、相手の突きを「かわす」など木銃を操作して、相手の構えを崩しながら突くという多彩な技がある。これらの木銃の操作を誤ると、反対に隙となるなど技の真髄を極めるのにはたいへん奥深いものがある。

また、相手と相対して技を出すには、相手の動きを見極めて突く機会を決断しなければならない。さらに、常に背筋を伸ばした正しい姿勢を維持しながら、最短距離で木銃を操作することと、足さばき等の運動を瞬時に一致させなければならない。

このような技の奥深さを追求していくことが生涯にわたって向上心を刺激し、意欲を高めるとともに、運動能力の向上、判断力、決断力、瞬発力の養成、正しい姿勢の保持に寄与していることに銃剣道の特性がある。



4 銃剣道の競技方法

銃剣道の競技方法は、用具を着装して突き技を競う試合と、用具を着装しないで基本技の形を競う方法がある。

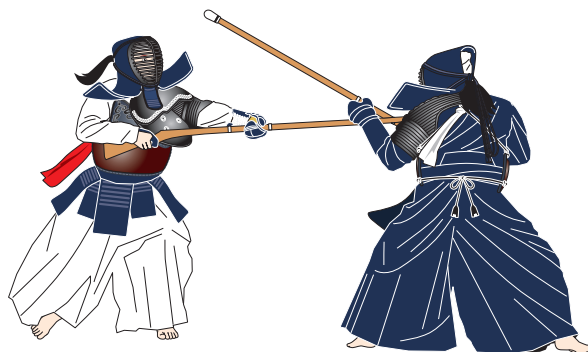
(1) 用具を着けて行う試合

■有効突き部位

左胸、喉

■勝敗の決定

3人の審判員が判定し、審判員の2人以上が「有効突き」と認めて旗を挙げれば一本となる。銃剣道の突きは正しい姿勢で、充実した氣勢と正しい突き方と体の動きが一致しなければ、有効な技とは認められない。



用具を着けて行う試合の例

(2) 用具を着けないで行う基本技の形試合

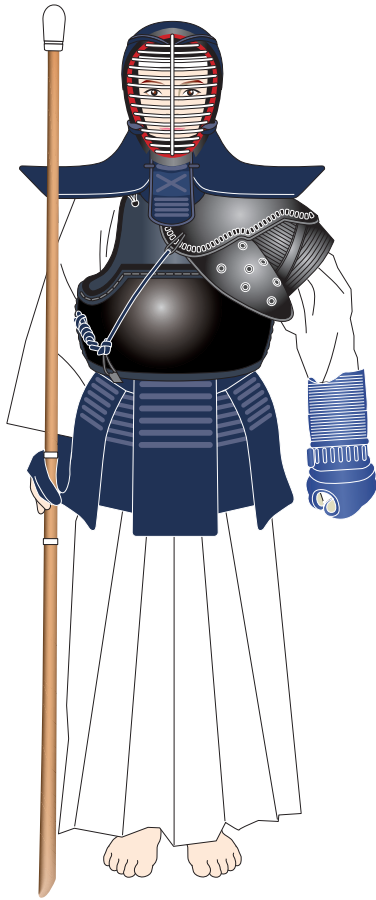
■勝敗の決定

3人の審判員が姿勢・氣勢・形の優れている方を総合的に判定して、選手が着けている色の旗を挙げる。その旗が多い選手が勝ちとなる。

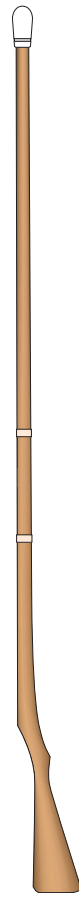


用具を着けないで行う基本技の形試合の例

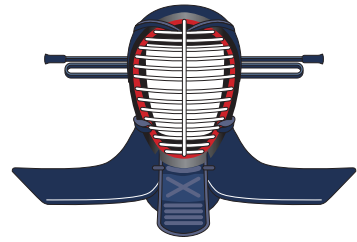
5 銃剣道の服装・用具



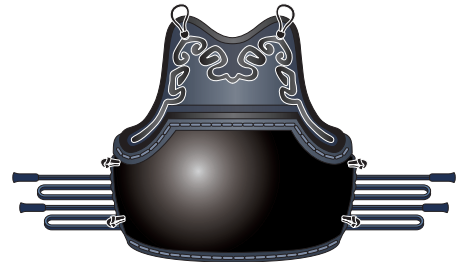
用具を着装した姿



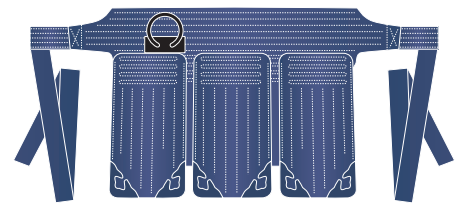
木銃（もくじゅう）



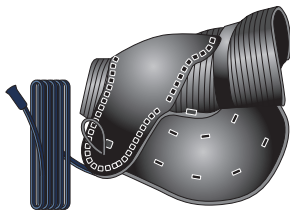
面（めん）



胴（どう）



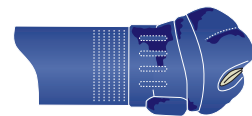
垂（たれ）



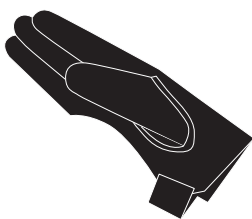
肩（かた）



裏布団（うらぶとん）



小手（こて）



指袋（しのう）

指導のポイント

- 「肩」「裏布団」は相手の突きによるケガを防ぎ、衝撃を和らげるために着ける。
- 「肩」は胴の上から、「裏布団」は胴の内側に着ける。
- 「面」は剣道やなぎなたのものに比べて、喉の前垂れが太く、相手の木銃が喉に入らないようになっている。
- 「小手」は左手に、「指袋」は右手に着ける。
- 銃剣道は、板の間の道場や体育館などの施設において、裸足で行う。

2章

指導計画

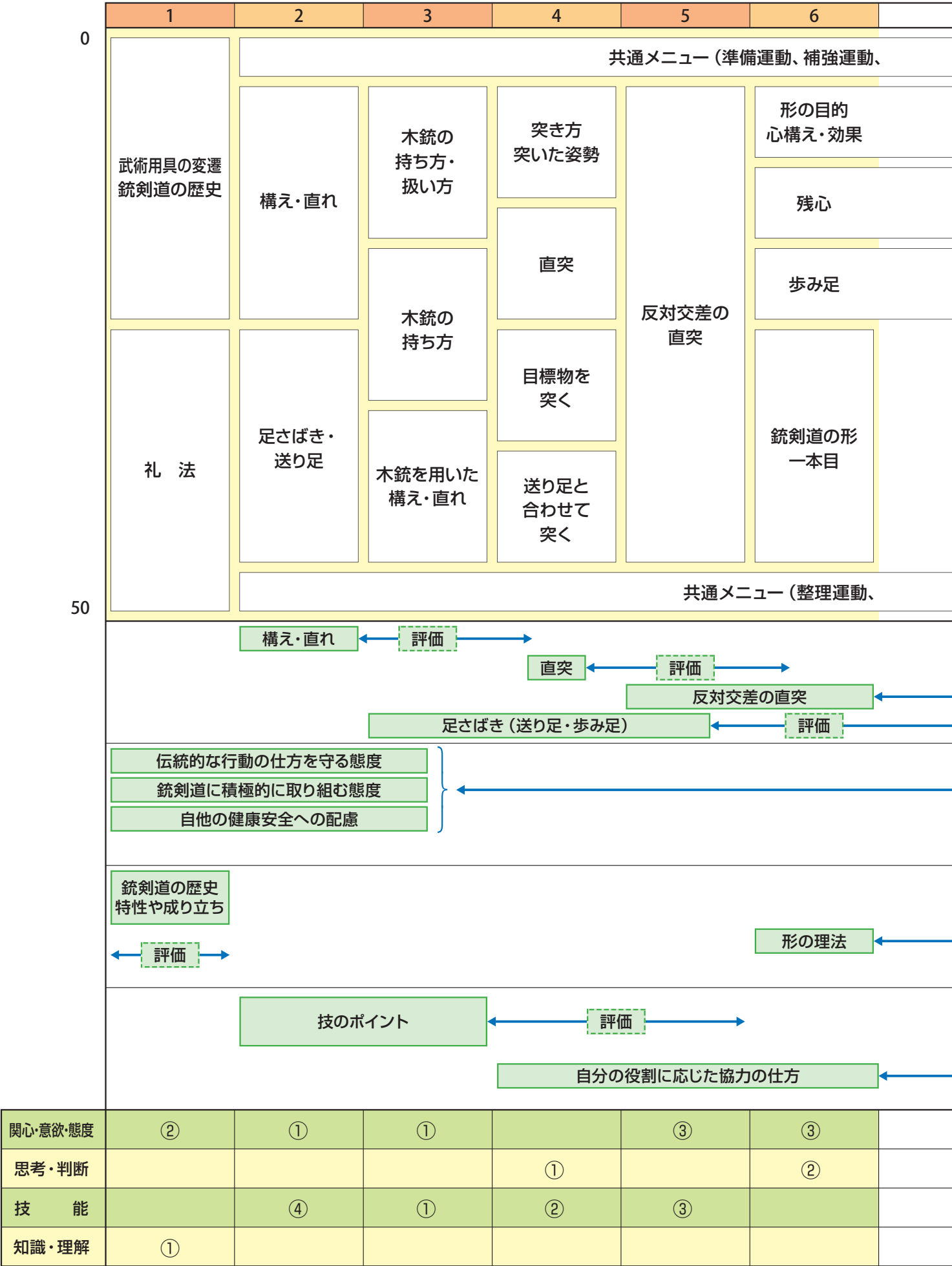
単元構造図(第1学年)5時間の場合

	1	2	3	4	5
0	共通メニュー(準備運動、補強運動、今日の学習内容の確認)				
	武術用具の変遷 銃剣道の歴史 銃剣道と姿勢 礼法 構え・直れ 木銃の 持ち方・扱い方 木銃の持ち方 木銃を用いた 構え・直れ	足さばき 送り足 開き足 歩み足	突き方 突いた姿勢 基本の交差の 直突 目標物を突く 送り足と 合わせて 突く	反対交差の 直突 銃剣道の形 一本目 銃剣道の形 二本目	演武判定試合
50	共通メニュー(整理運動、振り返り、次回課題等)				

単元構造図(第2学年)5時間の場合

	1	2	3	4	5
0	共通メニュー(準備運動、補強運動、今日の学習内容の確認)				
	一年次の 復習 基本の交差の 直突 反対の交差の 直突 銃剣道の形 一・二本目	右の打ち払い 応じ技 右の打ち払い突き	銃剣道の形 五本目 左の打ち払い	応じ技 左の打ち払い突き 銃剣道の形 六本目	演武判定試合
50	共通メニュー(整理運動、振り返り、次回課題等)				

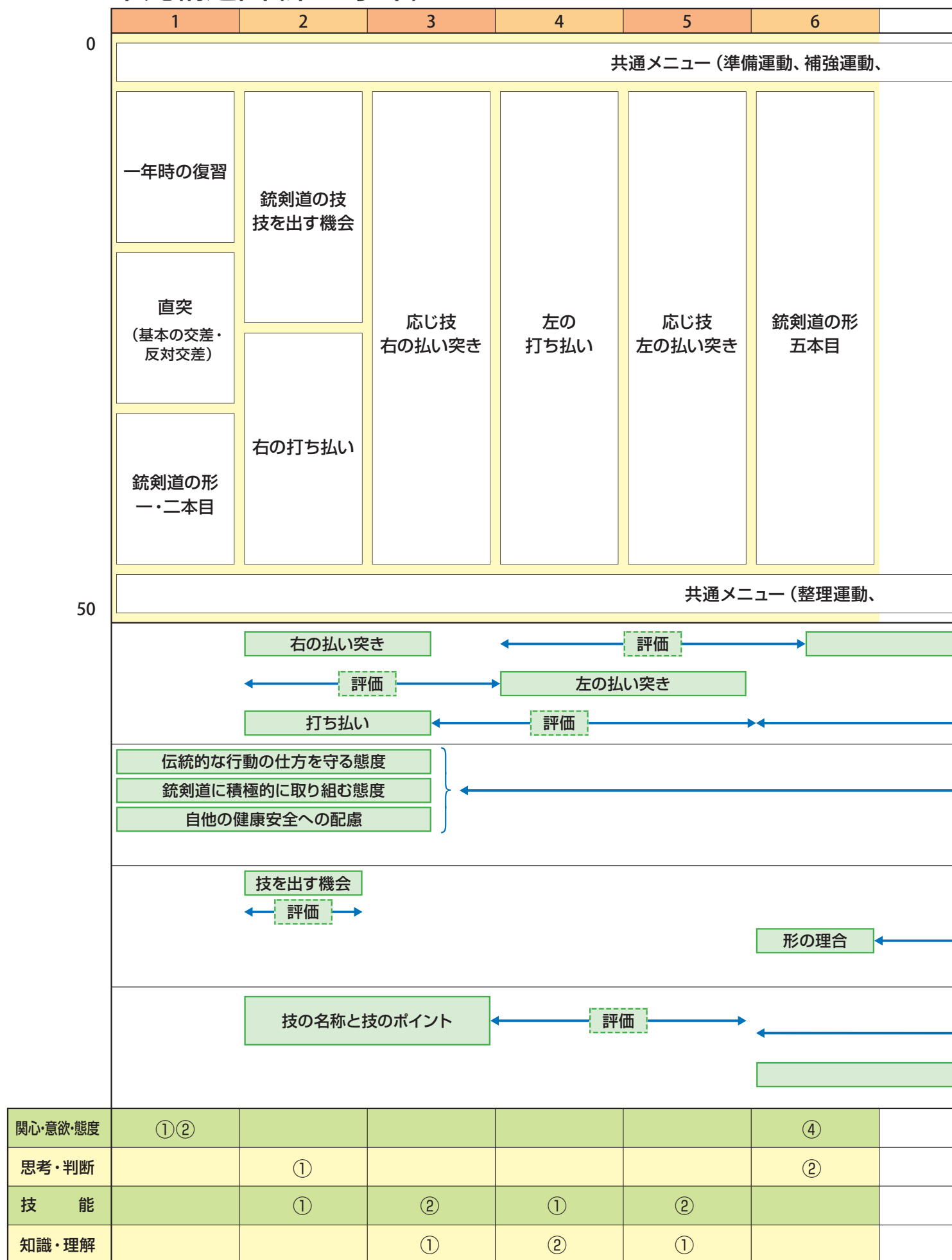
単元構造図(第1学年)



	7	8	9	10	11
	素振り、今日の学習内容の確認)				
		銃剣道の形一本目・二本目			
	銃剣道の形 二本目		他の組の評価	評価試合	演武判定試合
	振り返り、次回課題等)				
		銃剣道の形		評価	
	評価				
		評価			
				自他の健康安全への配慮	
				評価	
			評価		
				評価	
	③	⑤	④	④	④
	②				
					⑤
		②			

評価規準例	
主に観察による評価部分	【関心・意欲・態度】 ①伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ②銃剣道に積極的に取り組もうとしている。 ③自他の健康安全について留意しようとしている。 ④自分や他人の良さを見つけようとしている。
	【技能】 ①正しい構え、直れができる。 ②正しい直突ができる。 ③正しい反対交差の直突ができる。 ④足さばきが正確でスムーズにできる。 ⑤呼吸を合わせて、正しい理合で形を行うことができる。
主に学習ノート等による評価部分	【思考・判断】 ①技を身に付けるためのポイントを見つけている。 ②仲間と協力し、自己の役割を果たす方法をみつけている。
	【知識・理解】 ①銃剣道の歴史や特性、成り立ちについて言ったり書き出したりしている。 ②形の理合について言ったり書き出したりしている。

単元構造図(第2学年)



	7	8	9	10	11
素振り、今日の学習内容の確認)					
	銃剣道の形 六本目	銃剣道の形 五・六本目			
		他の組の 演武評価		グループごとの 演武評価	演武判定評価
		振り返り、次回課題等)			
銃剣道の形 ← 評価 → ← 評価 → ← 評価 → ← 自他の良さを認める態度 → 評価 → ← 評価 → ← 評価 → 自己の課題に応じた練習方法					
	④		③④	③④	①
	②				
		①			③
		②			

評価規準例

主に観察による評価部分

【関心・意欲・態度】

- ①伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。
- ②銃剣道に積極的に取り組もうとしている。
- ③自他の健康安全について留意しようとしている。
- ④自分や他人の良さを見つけようとしている。

【技能】

- ①正確な打ち払いができる。
- ②正しい払い突きができる。
- ③互いに呼吸を合わせて形を行うことができる。

主に学習ノート等による評価部分

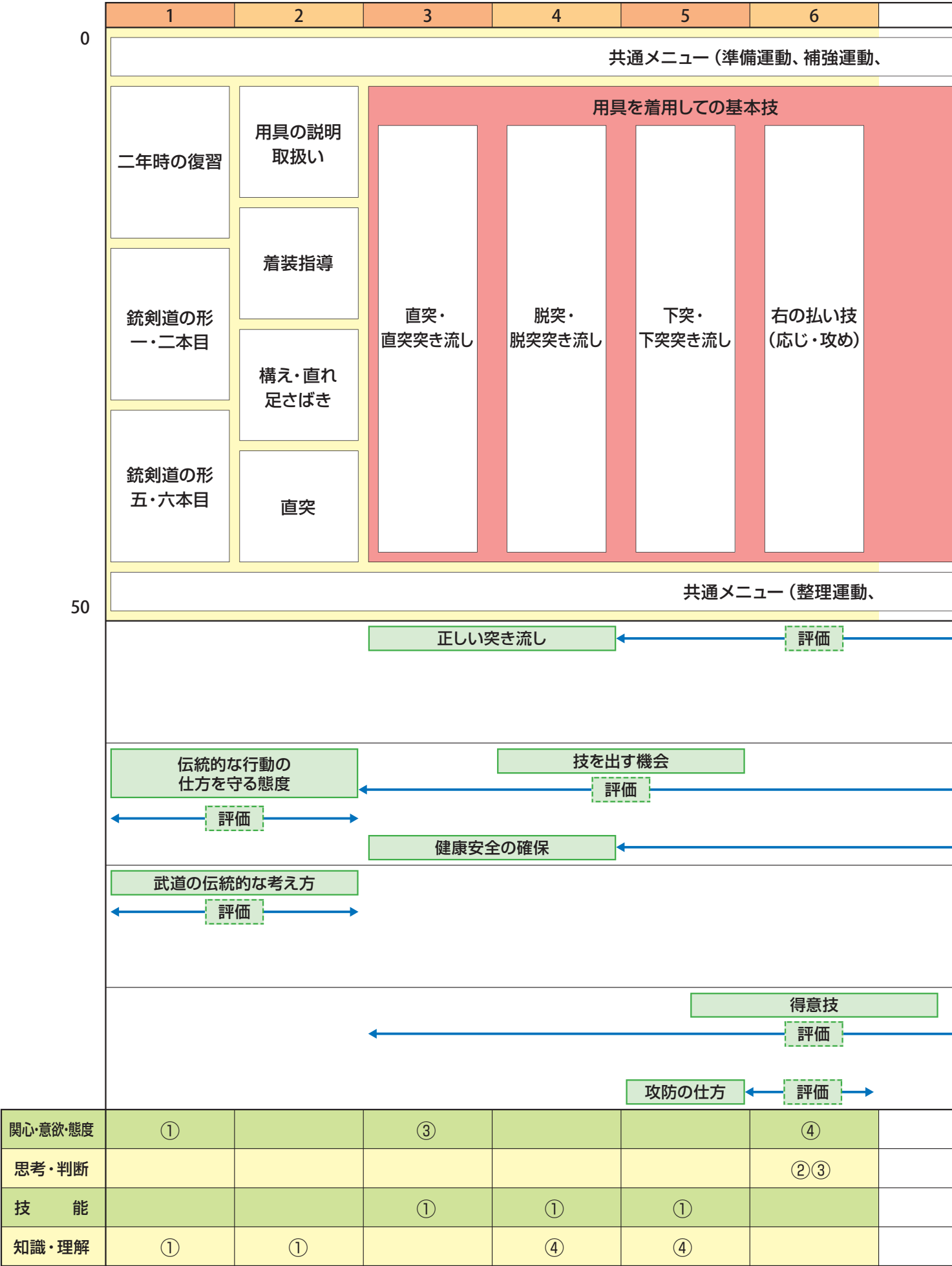
【思考・判断】

- ①技を身に付けるためのポイントを見つけている。
- ②自己の課題に応じた練習方法を選んでいる。

【知識・理解】

- ①技を出す機会について言ったり書き出したりしている。
- ②形の理合について言ったり書き出したりしている。

単元構造図(第3学年)



	7	8	9	10	11
素振り、今日の学習内容の確認)					
	左の払い技 (応じ・攻め)	面を着用しての基本技		試合の ルール・ 審判法	体験試合
		面の着け方 説明	連続突き		
		直突・脱突	・基本的な 第1試合 稽古 直突→ 脱突→ 直突→ 下突→ 直突→ 突き流し	第3試合 稽古	
振り返り、次回課題等)					
→ スムーズな連続突き ← 評価 → ← 攻防・得意技 評価 → → ← 評価 → ← 自主性 評価 → ← 評価 → ← 運動観察の方法 評価 → ← 試合の行い方 評価 → →					
		③			②
				①	
	①	③	③	②	②
	④		③	③	②

評価規準例

【関心・意欲・態度】

- ①相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。
- ②銃剣道に自主的に取り組もうとしている。
- ③健康安全を確保している。
- ④互いに教え合おうとしている。

【技能】

- ①正しく突き流しができる。
- ②相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から基本となる技、得意技のいずれかができる。
- ③姿勢を崩さずスムーズに連続突きができる。

【思考・判断】

- ①自己の技能・体力に応じた得意技を見つけている。
- ②学習した攻防の仕方から、自己に適した攻防の仕方を選んでいる。

【知識・理解】

- ①武道の伝統的な考え方について理解したことを言ったり書き出したりしている。
- ②試合の行い方について学習した具体例を挙げている。
- ③運動観察の方法について理解したことを言ったり書き出したりしている。
- ④形の理合について言ったり書き出したりしている。

3 章

指導の実際

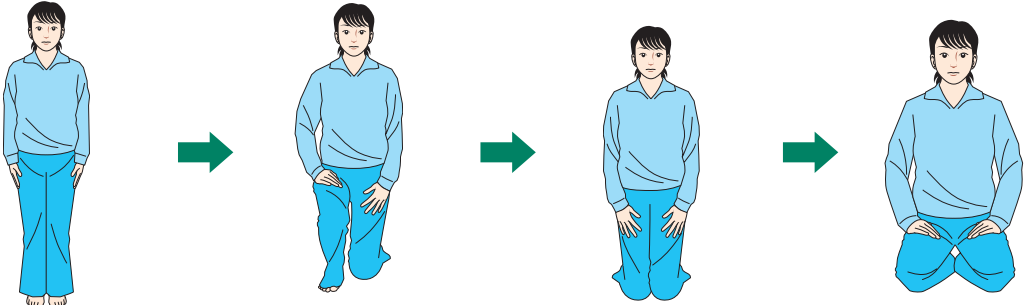
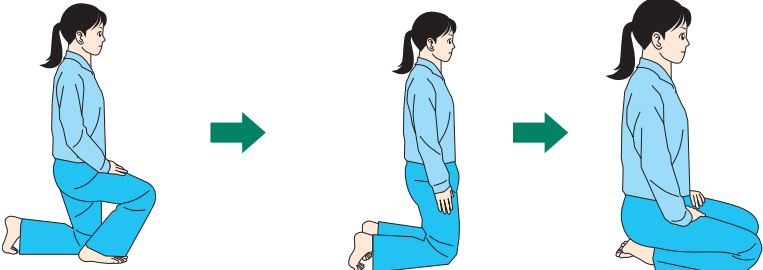
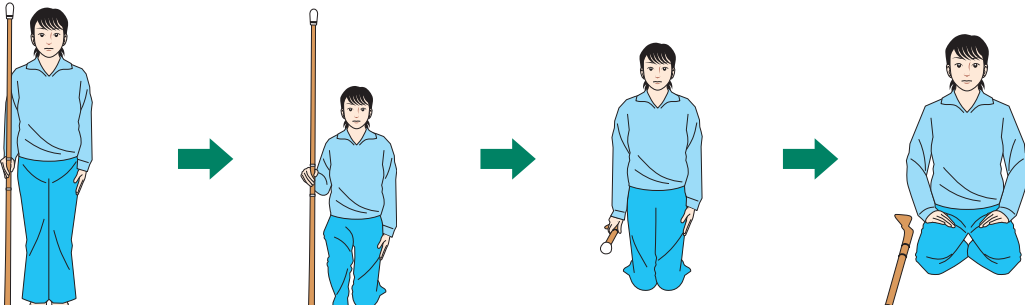
1 礼 法

ポイント

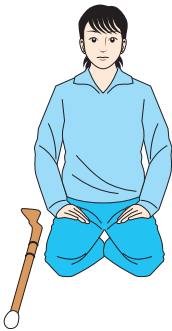
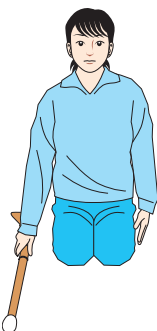
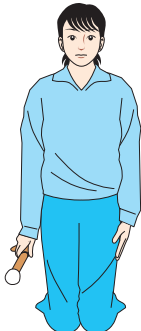
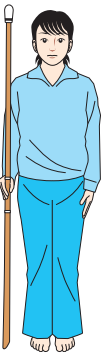
銃剣道は、坐礼と立礼があり、坐礼は正坐をして行う。

正坐の仕方は、座るときは左足から、立つときは右足から行う。

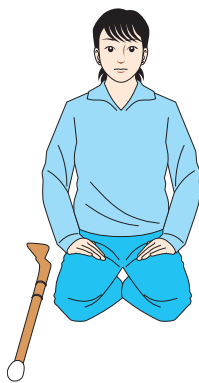
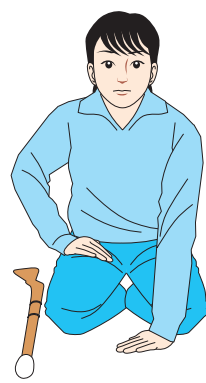
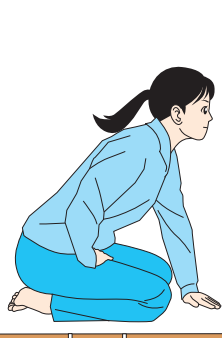
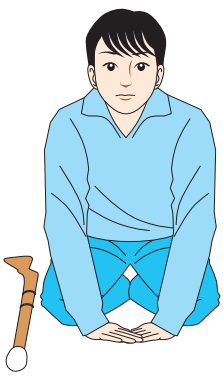
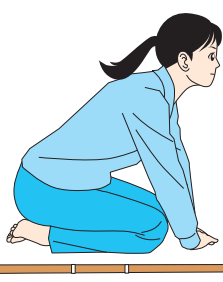
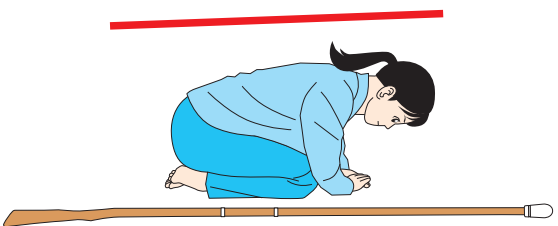
(1) 正坐の仕方

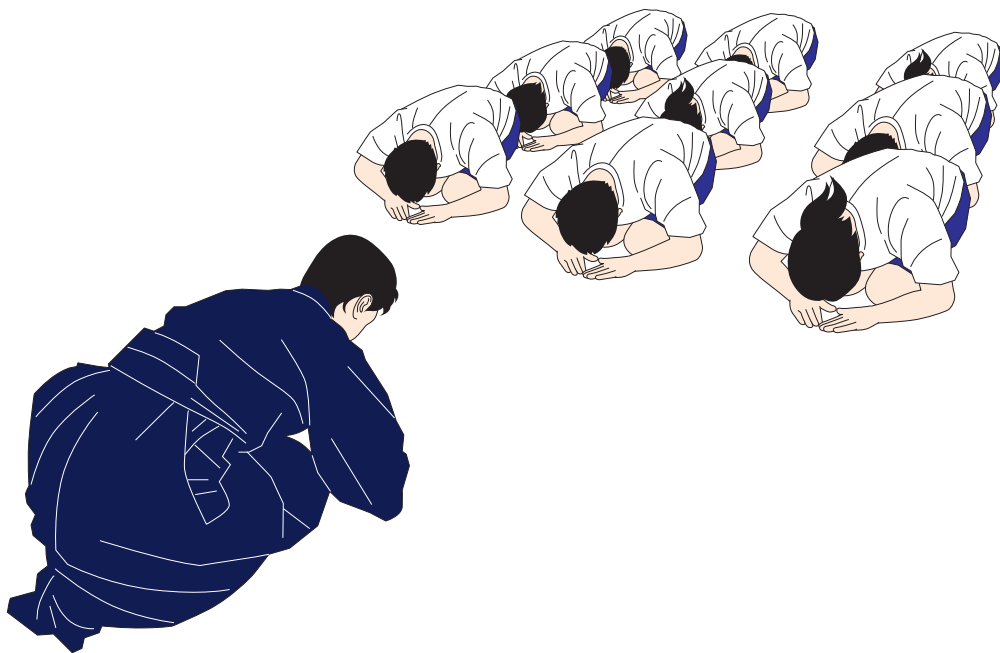
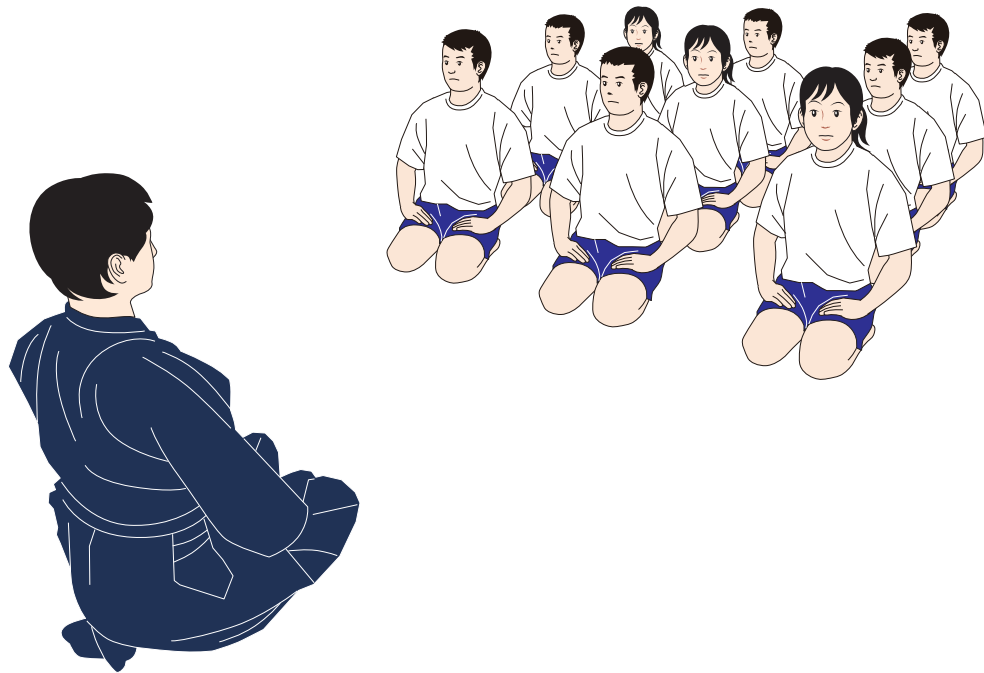
正面から	
横から	
木銃を持った状態	
	① 気をつけの姿勢 ② 左膝を後ろに引いて、左膝を床につける。このとき、左足のつま先は立てておく。木銃を持っている場合は、木銃を立てたまま、左膝を引いて床につける。 ③ 右膝を後ろに引いて、左膝と揃えてつける。このとき両足のつま先は立てておく。木銃を持つ場合は、右膝を引くと同時に木銃を横に倒す。 ④ 腰を下ろし、同時に両手を足の付け根のあたりに指先が内側に向くように置く。このとき、肘を横に張りすぎない。木銃を持って正坐をする場合は、腰を下ろすと同時に、木銃の先端を膝から約 40cm 出して、木銃の突起が外に向くように、右横に静かに置く。

(2) 正坐からの立ち方・立礼

		
①正坐の姿勢	②木銃を手にする。	③両膝を立てて腰を上げると同時に、木銃を持ち上げ、両足の指を立てる。
		
④右膝を前に出すと同時に木銃を立てる。	⑤そのまま立ち上がり、気をつけの姿勢。	⑥頭と背中が直線になるように約30度前に倒す。頭を下げたり、背中を丸めないように注意する。

(3) 坐 礼

 	 
① 正坐の姿勢	② 背筋を伸ばしたまま体を前に倒し、左手を前に出して床に着ける（このとき指は内側を向いている）。
 	 
③ ②の左手と同様に右手を前に出して床に着ける（このとき両手がハの字になっている）。	④ ③のハの字に顔をつけるつもりで体を倒し、頭と背中が直線になるようにする。このとき、頭が下がったり、背中が丸まらないように注意する。

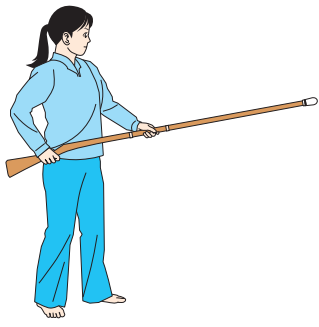


2 構え・直れ

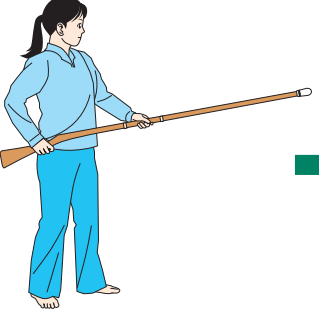
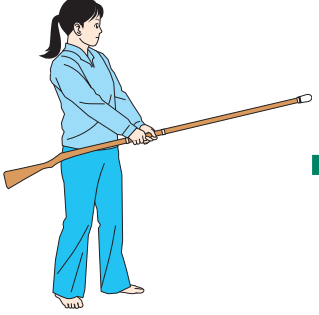
ポイント

構え・直れは2挙動で行うので、できるようになるまでは①と②の動作で「1」・「2」と号礼に合わせたり、声を出させて行う方が良い。

(1) 直れの姿勢から構え

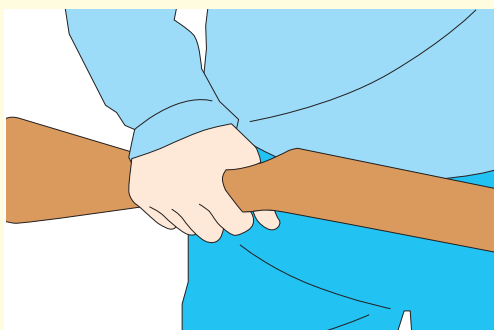
		
直れの姿勢 気をつけの姿勢で、右手で木銃を立てて持ち、左手は指をまっすぐに伸ばして、左太ももの外側に着ける	動作① 「構え」の号礼で左足を半歩前に出し、右足の先を外側に向けると同時に、右手を前に出しながら木銃を倒す。 木銃の先が自身の胸の高さまで倒れたところで、左手を右手の前に出して両手で握る。このとき、両腕はしっかりと伸ばし、木銃の後ろにある突起が腰骨の位置にくるようにする。	動作② 右手を握っている位置から木銃の後ろにある突起まで、木銃に沿って滑らせながら、右肩とともに引いて半身の姿勢になり、伸ばしていた左腕を緩める。

(2) 構えから直れの姿勢

		
構えの姿勢	動作① 「直れ」の号礼で、右手を握っている位置から、木銃に沿って滑らせながら前に出し、左手に当たると同時に両腕を伸ばす。 このとき、半身の姿勢から正面に体は向いている。	動作② 右足を前に出しながら、左手を木銃から離し、右手で木銃を立てて、体の右横に持ってくるのと同時に、左右の腕を下ろして直れの姿勢に戻る。

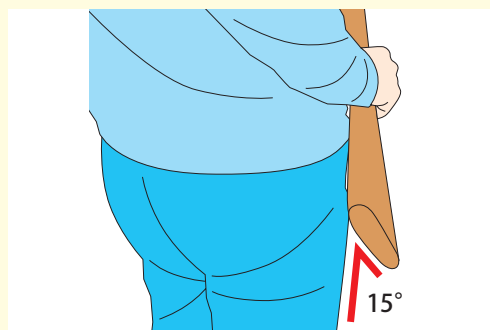
構えと直れの留意点

【右手の握り位置】



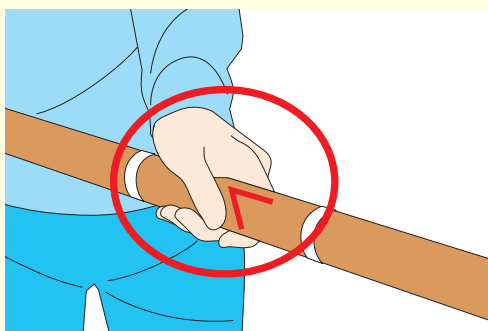
人差し指と中指で突起を挟んで握り、右手の親指の付け根が腰骨に触れるように握る。

【木銃を握る角度】



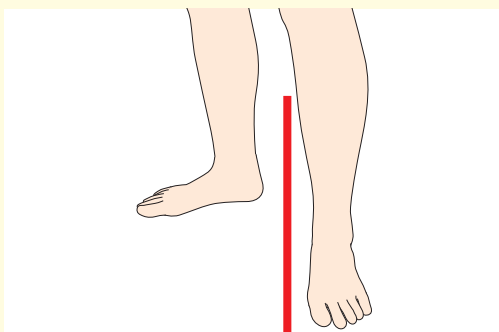
外側に約15度傾けて、上から見て右手の甲が見えていなければならない。

【左手の握り位置】



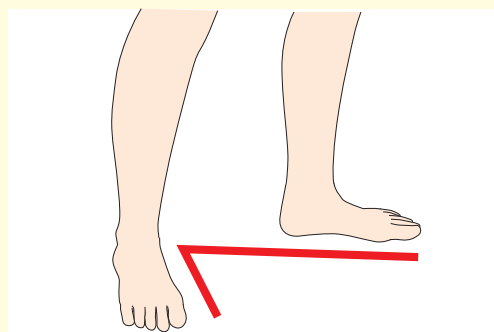
左手は、上から見て、親指と人差し指で「V」の字ができるように、上から卵を持つ程度に軽く握る。

【正面から見た構えのときの足の向き】



左足は、まっすぐ前に向ける。

【横から見た構えのときの足の向き】



右足は、真横からやや内側に向ける。

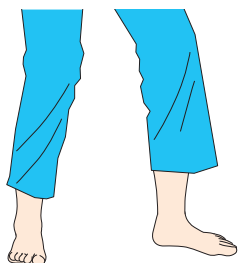
3 銃剣道の足さばき

ポイント

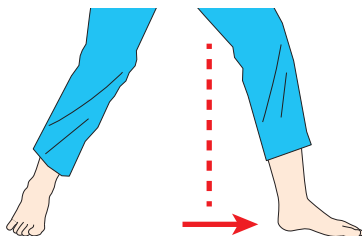
銃剣道での足さばきは、すべてすり足で行う。

すり足はつま先に重心を置いて、膝を緩くして行うのが効果的である。

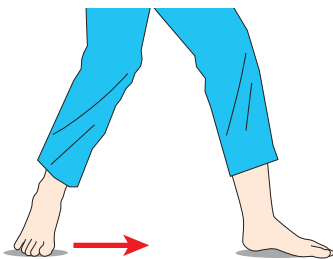
(1) 送り足（前進）



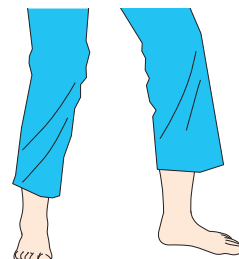
①構えの足



②つま先を上げずに、かかとを少し浮かせて、左足を約 30cm 前に出す。

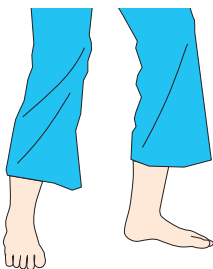


③左足を止めた後、床からつま先を離さずに、右足を前進させる。

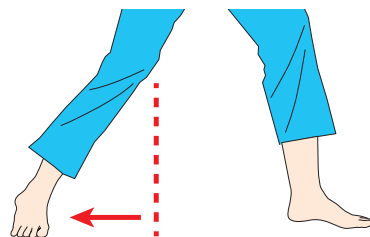


④①の構えの足の幅と同じ幅まで、右足を引き付ける。

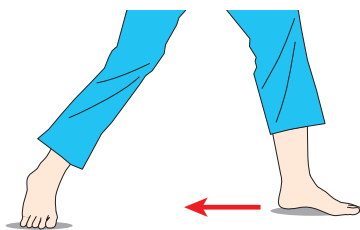
(2) 送り足（後退）



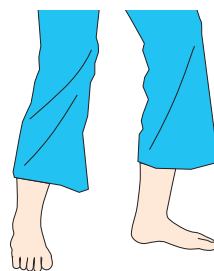
①構えの足



②つま先を上げずに、かかとを少し浮かせて、右足を約 30cm 後ろに下げる。



③右足を止めた後、床からつま先を離さずに、左足を後ろに下げる。



④①の構えの足の幅と同じ幅まで、左足を引き付ける。

指導上の留意点

送り足は、必ず移動する方向に近い足から動かす。

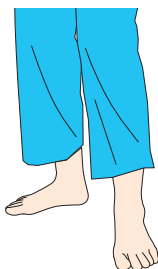
前進……左足から

後退……右足から

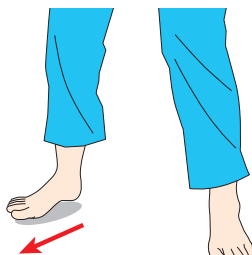
右移動……右足から

左移動……左足から

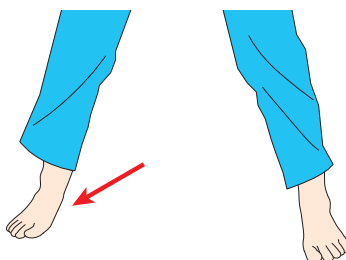
(3) 開き足（右）



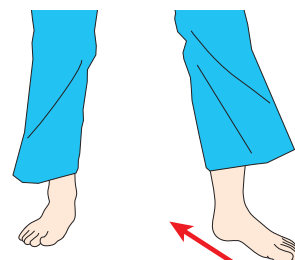
①正面を向いた構えの足



②つま先を上げずに、かかとを少し浮かせて、右足を約30cm右斜め前に出す。

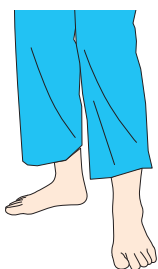


③右足を止めた後、すぐに左足を斜め左に向きを変えながら、引きつける。

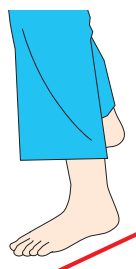


④①の足の幅で左足を止め、①の正面から左斜めを向いている状態になる。

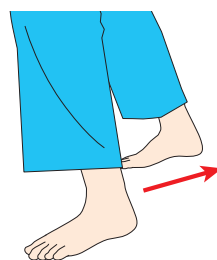
(4) 開き足（左）



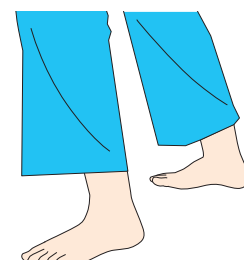
①構えの足



②左足のつま先を右斜めに向けながら、約30cm右斜め前に出す。



③左足を止めた後、すぐに右足を斜め右に向きを変えながら、引きつける。



④①の足の幅で左足を止め、①の正面から右斜めを向いている状態になる。

指導上の留意点

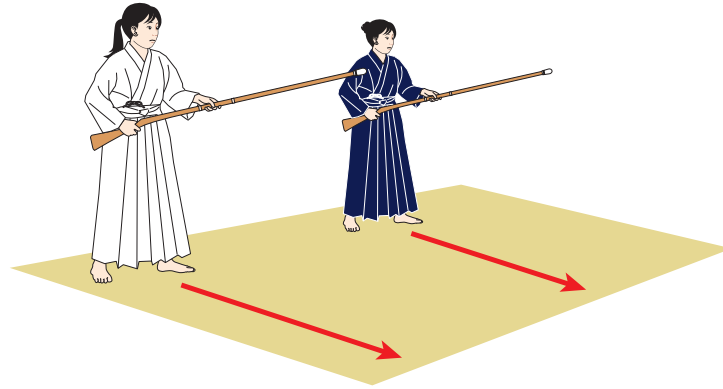
開き足は、右側に動くものを「開き足 右」、左側に動くものを「開き足 左」と呼ぶ。

4 足さばき総合

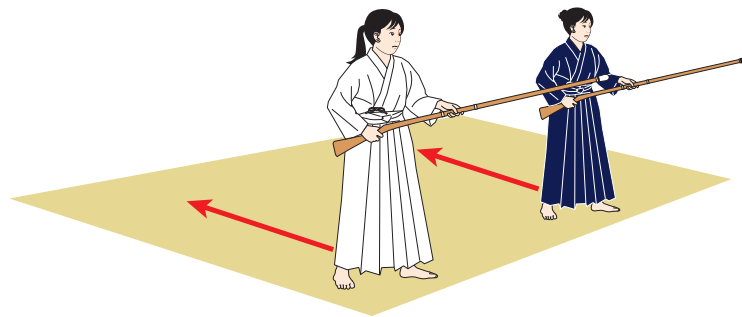
ポイント

①～③までの動きを、1から8まで声を出させて動きを確認させる。
グループに分けて、複数人数で声や動作を合わせてみる。

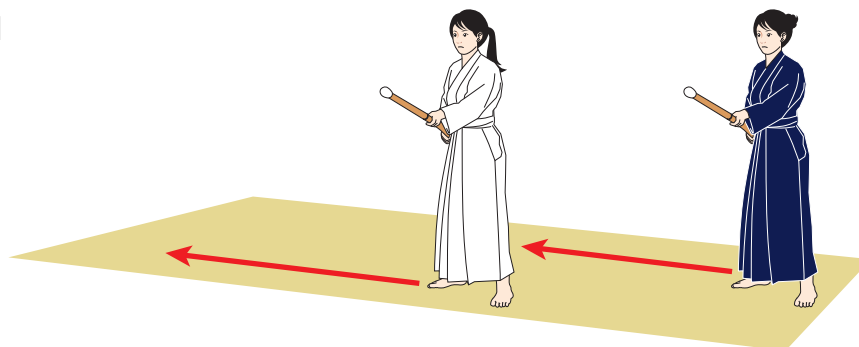
①送り足「前」



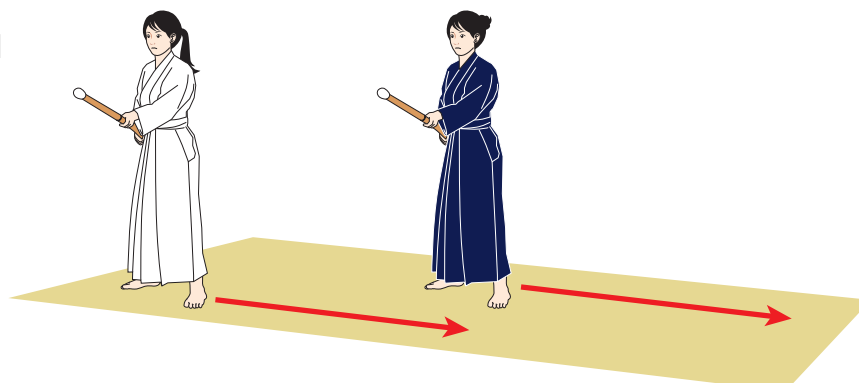
②送り足「後」



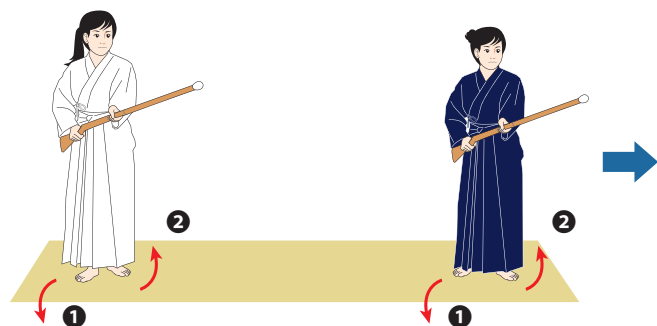
③送り足「右」



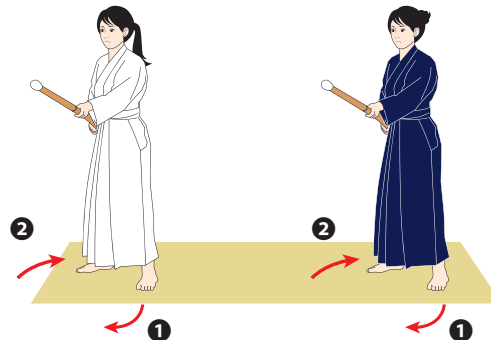
④送り足「左」



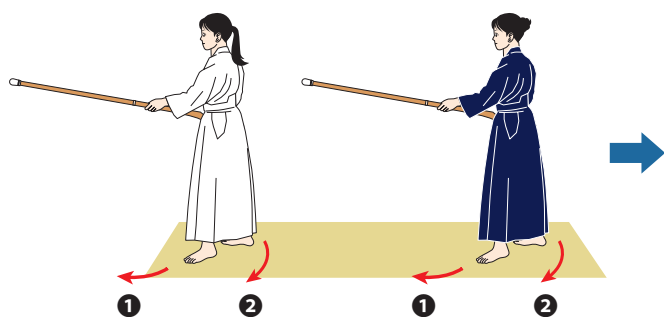
⑤開き足「右」



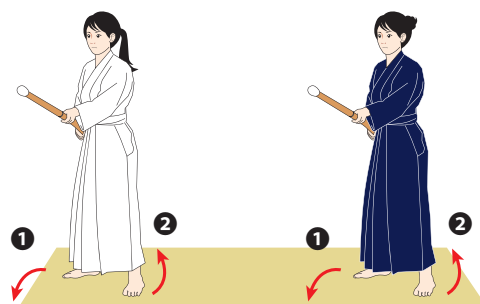
⑥開き足「左」(正面を向く)



⑦開き足「左」



⑧開き足「右」(正面を向く)



指導上の留意点

- 足さばきの総合練習では、腰が曲がるなど上半身の姿勢が崩れないように行わせる。
- 足さばきを行う際に、構えた木銃が上下左右に動かないように、しっかりと構えを保たせる。

5 銃剣道の突き方

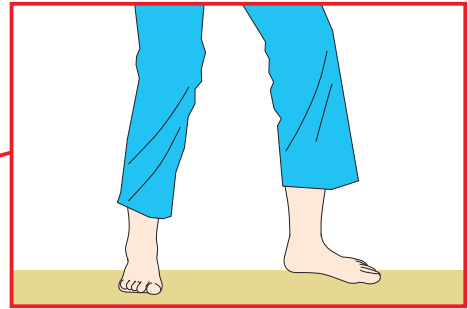
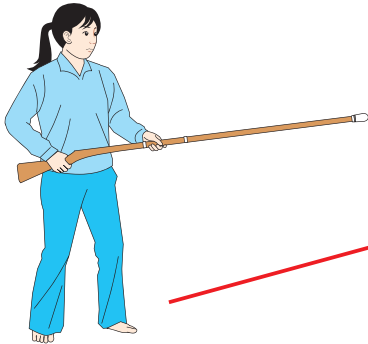
ポイント

銃剣道の突きは、一気に突き出し、手足の動きが一致しなければならない。
指導する際は、手の動きと足の動きを分けて練習させた方が効果的である。

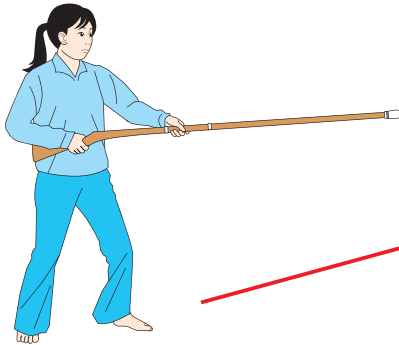
(1) 構えの姿勢から突いた姿勢

構えの姿勢

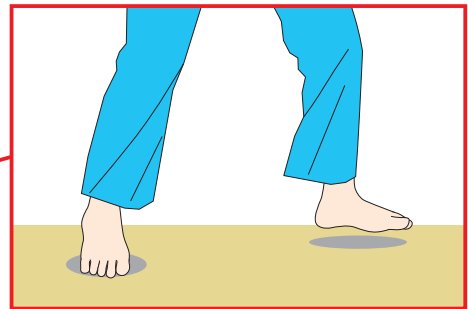
①



②

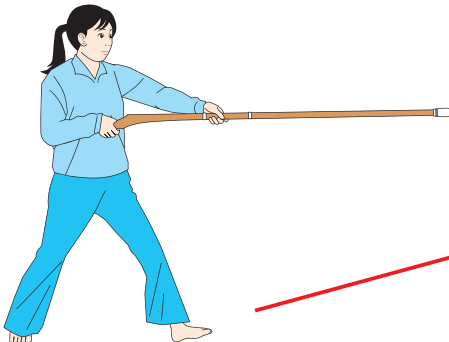


右手を前に出し始め、左腕を伸ばし始める。

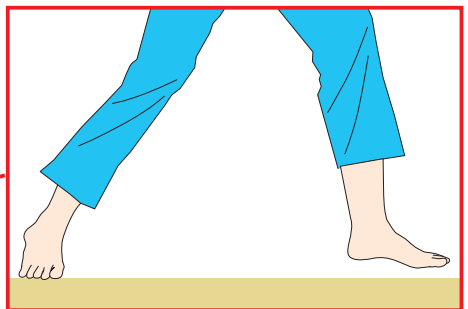


左足を床から浮かせながら、前に出し始める。

③

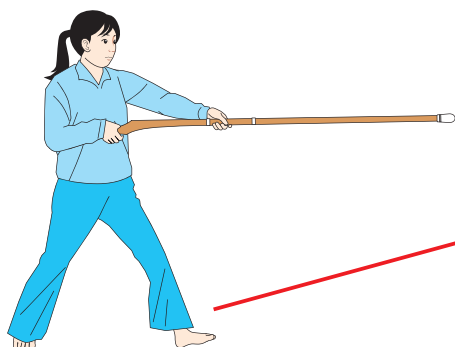


右手を左目の下に向かって、前に出すと同時に、左腕も前に伸ばしていく。

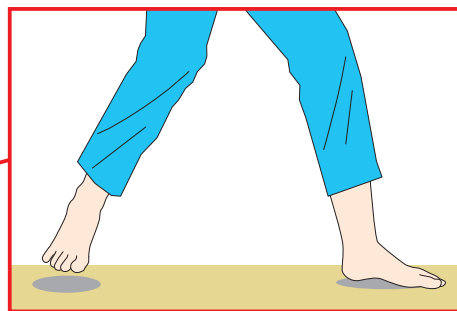


左足を床から浮かせたまま、前に出す。

4

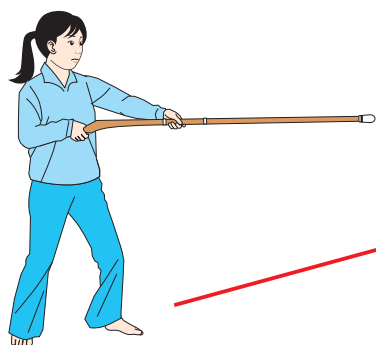


右手を左胸の下まで前に出し、左手を左胸の高さにして、左腕前に伸ばす。

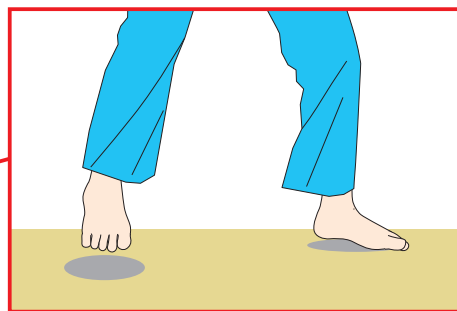


右足で床を蹴って、体を前に出し、左足を踏み込む。

5

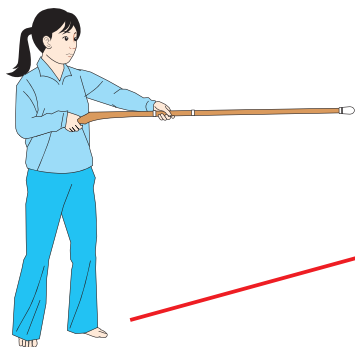


右手はしっかり左胸の下につけ、左腕をしっかり伸ばす。

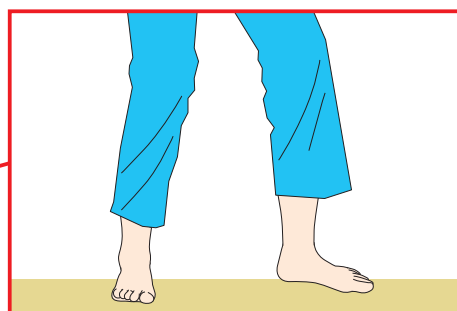


左足を踏み込んだら、左膝に体重をかけ、すかさず右足を床からわずかに浮かせながら、素早く引きつける。

6



⑤の状態を保ち、両手を軽く握りしめ、しっかり背筋を伸ばし、木銃がまっすぐになるように力まずに突き出す。



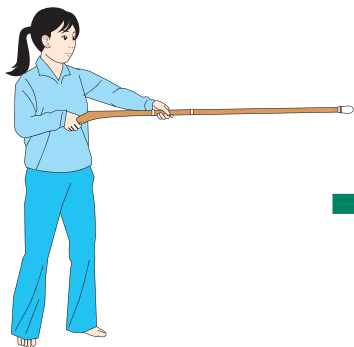
左膝に体重がかかった状態を保ち、右足を構えの足幅まで引きつけて、わずかに伸ばす。

指導上の留意点

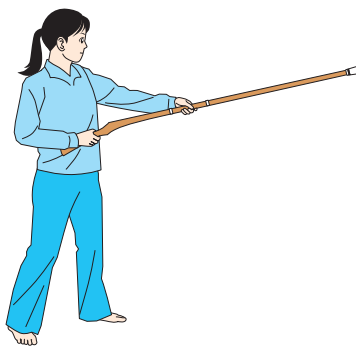
突く際の足は、送り足でもよい。

(2) 突いた姿勢から引き抜いて構えの姿勢へ戻る

①突いた姿勢



②引き抜き



③構えの姿勢に戻る



突いた姿勢から左膝に掛けた体重を両膝に戻しながら、左手を引っ張るように、右手を引く。

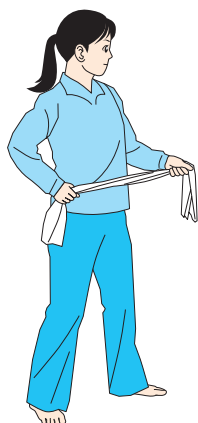
右手を右腰骨に戻して、構えの姿勢に戻る。

指導上の留意点

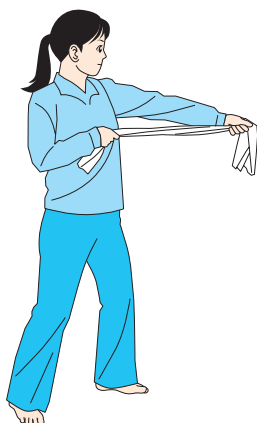
- 左手で引き抜くと引くときに木銃の先端が上に向くので、右手で木銃を引っ張るように意識させ、木銃の高さが最初に構えたときと同じ高さに戻るようにする。
- 両手は、突くときに出した軌道と同じところを通して戻すようにさせる。

(3) 手ぬぐいやタオルを使っでの練習

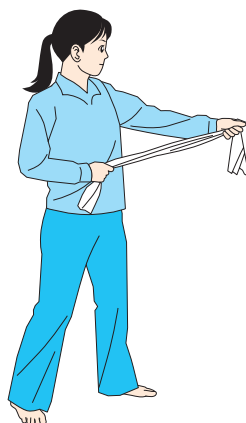
構えの姿勢



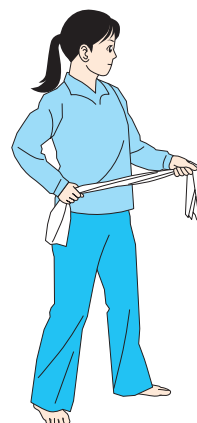
号令①「突く」



号令②「引き抜き」



構えの姿勢に戻る



指導上の留意点

号礼をかけながら、「1」で突いた姿勢、「2」で引き抜いて構えに戻ることを繰り返し、突き方、引き抜き方を覚えさせる。

6 目標物を突いてみる

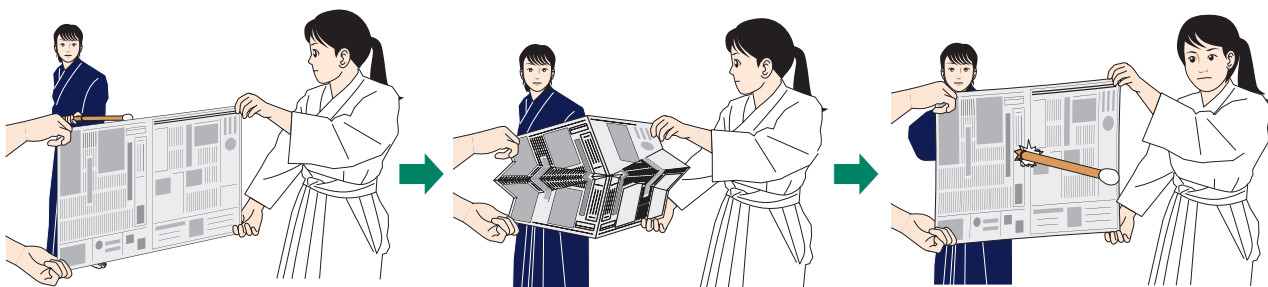
ポイント

「突く」という感覚を得るために、新聞紙やボールなどを突くが、突こうとしすぎて姿勢を崩すことがないように指導する。

(1) 目標物を突いてみる

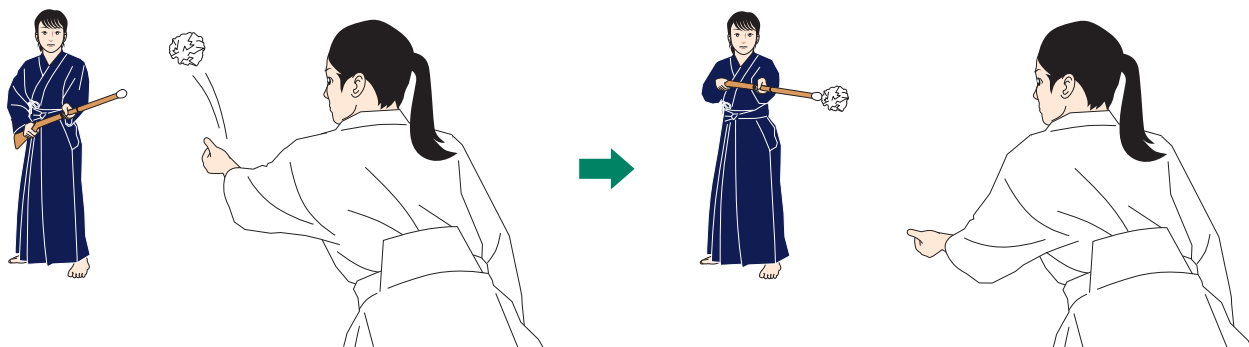
①開いた新聞紙を突いてみる

3人1組で2人が開いた新聞紙の両端を持って、真ん中を突いてみる。



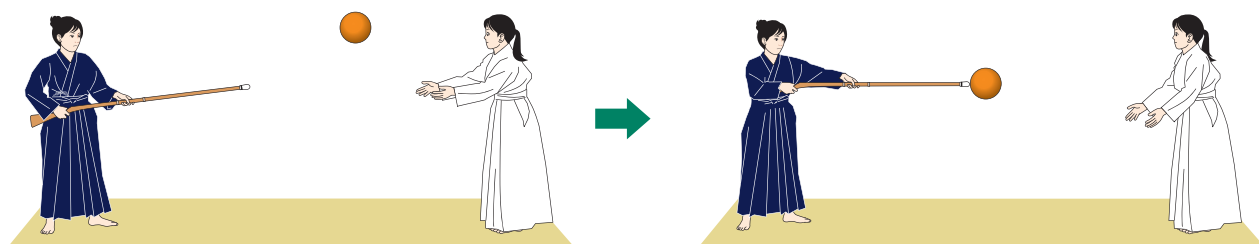
②丸めた新聞紙を突いてみる

2人組で向かい合い、1人が前方から軽く投げる丸めた新聞紙を突いてみる。突けるところまで丸めた新聞紙が届く距離で行う。



③ボールを突いてみる

2人組で向かい合い、1人が前方から軽く投げるボールを突いてみる。突けるところまでボールが届く距離で行う。



7 相手と向かい合って突いてみる

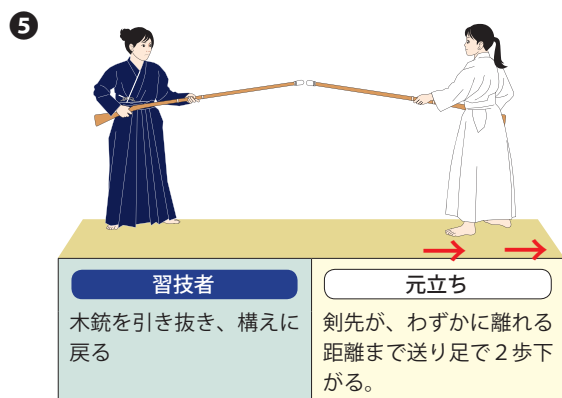
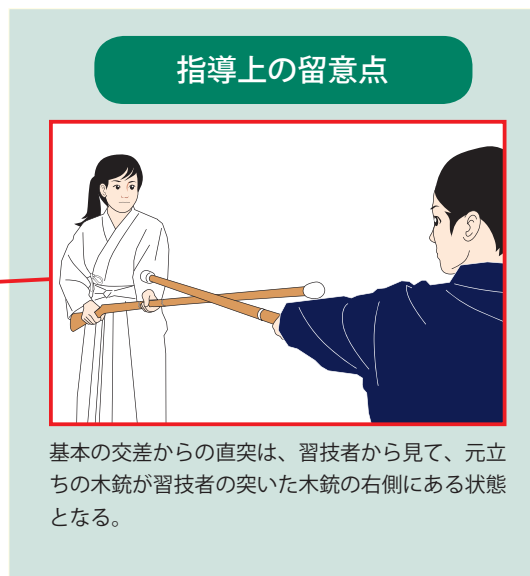
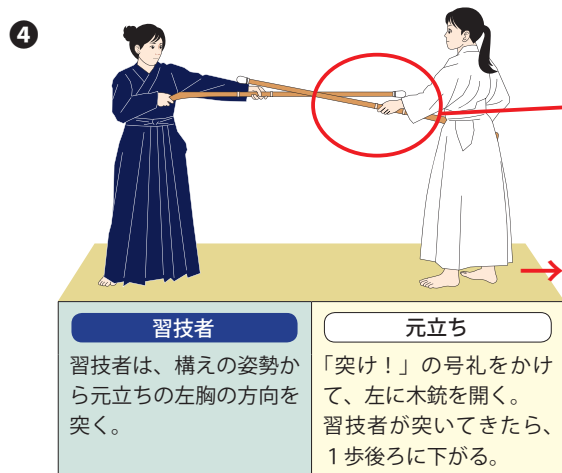
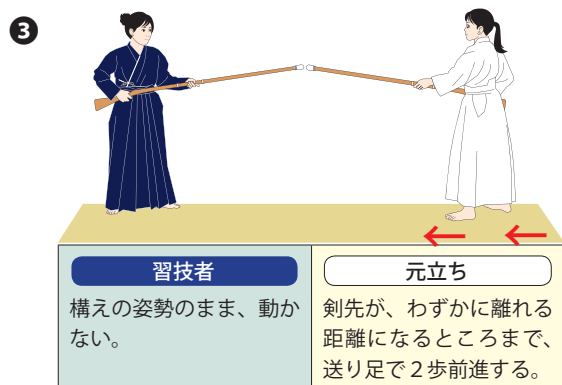
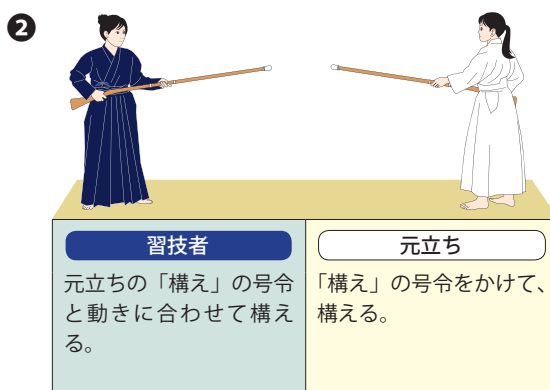
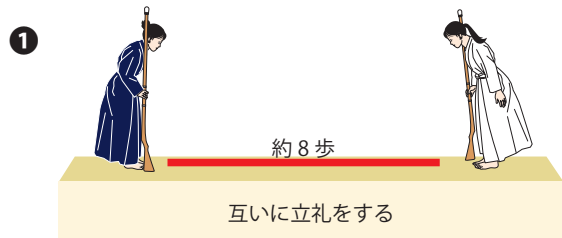
ポイント

技の練習では、元立ちと習技者という役割を決めて行わせる。

「元立ち」(もとだち) ……突かせる方。 「習技者」(しゅうぎしゃ) ……突く方。

(1) 基本の交差での直突

(白:元立ち、紺:習技者)



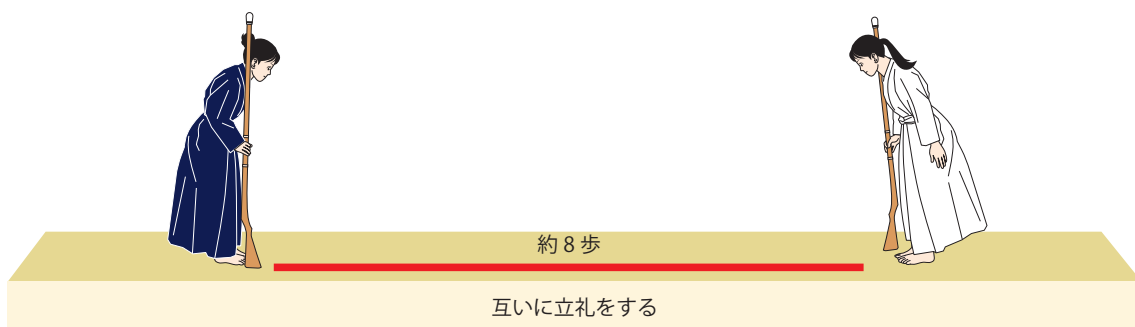
指導のポイント

- 習技者が突いてきたら、木銃が体に当たらない距離まで、元立ちを下がらせる。
 - 複数回繰り返して同じ技を習技者に突かせるときは、2回目以降の元立ちの号令を「同じ!」とかけても良い。
- (例: 1回目「突け」、2回目以降「同じ」)

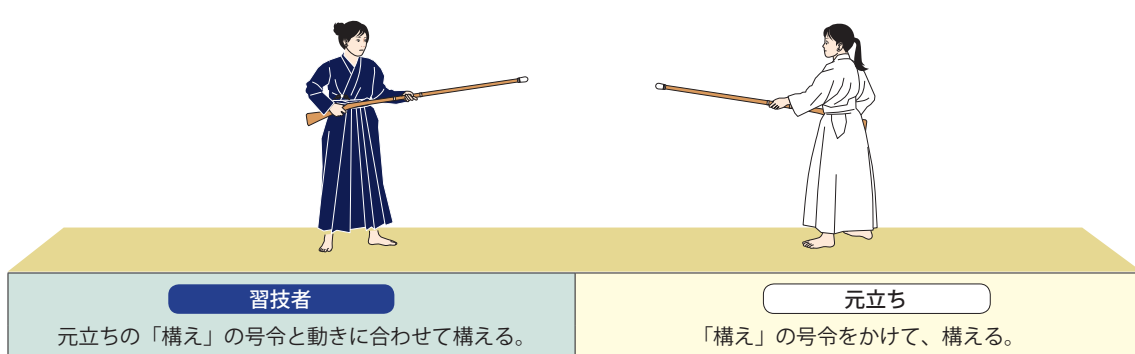
(2) 反対の交差での直突

(白:元立ち、紺:習技者)

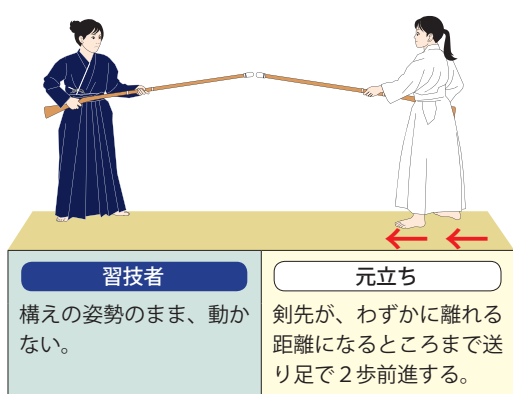
①



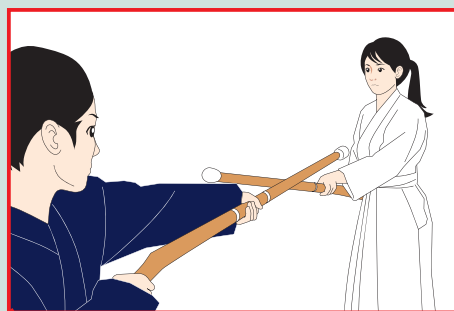
②



③

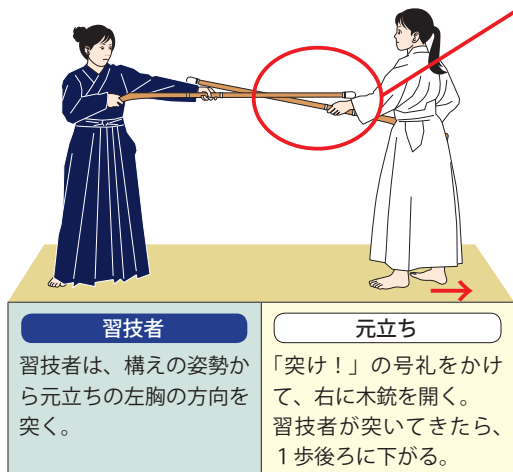


指導上の留意点

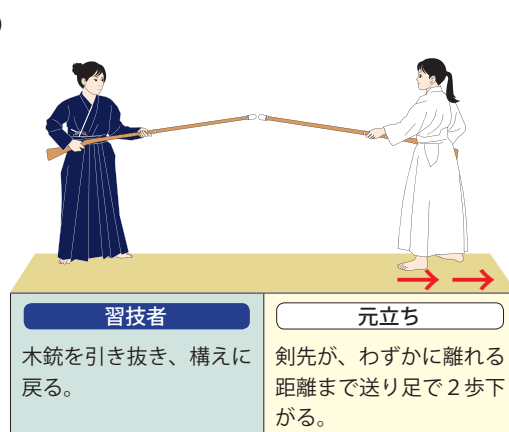


反対の交差からの直突は、習技者から見て、元立ちの木銃が習技者の突いた木銃の左側にある状態となる。

④



⑤



4 章

銃剣道の形

1 形の目的

ポイント

銃剣道の形は、一定の形式と順序によって、礼法、構え、足さばき、気合、呼吸、突く機会、残心、技の攻防などを習得するように組み立てられている。形を練習することにより、正しい姿勢や突き方を身体で覚えるとともに、相手との間合や突く時機、技を出した後の残心などを理解することを目的としている。

指導のポイント

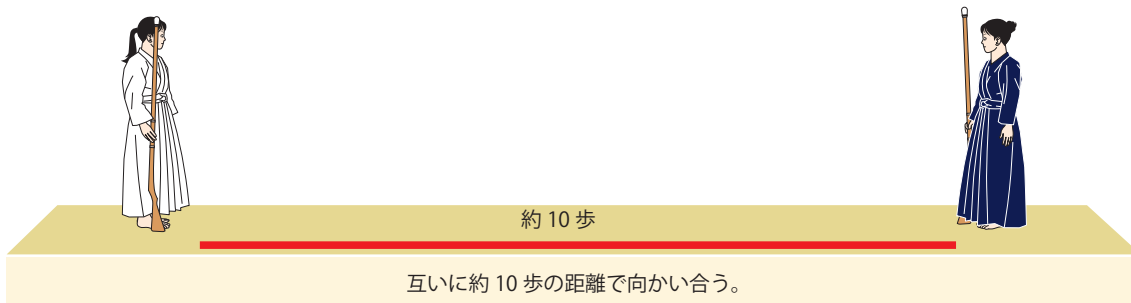
形は打方と仕方という役割を決めて行わせる。

・「打方」（うちかた）……突かせる方 ・「仕方」（しかた）……突く方

2 銃剣道の形 一本目

（白：仕方、紺：打方）

①



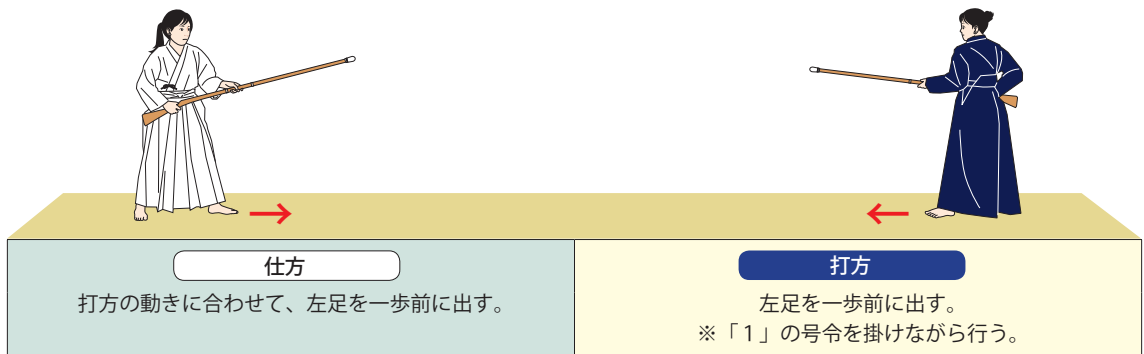
②



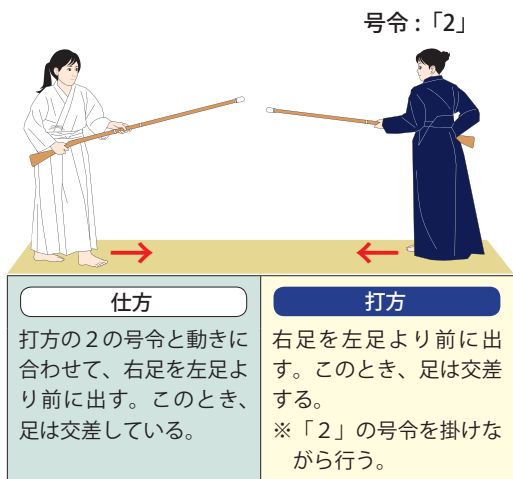
③



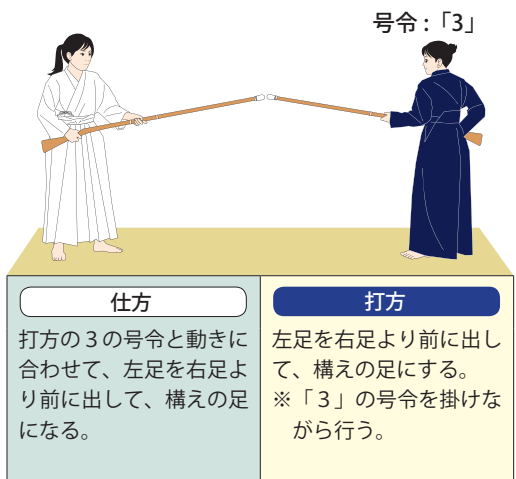
4



5



6



指導上の留意点

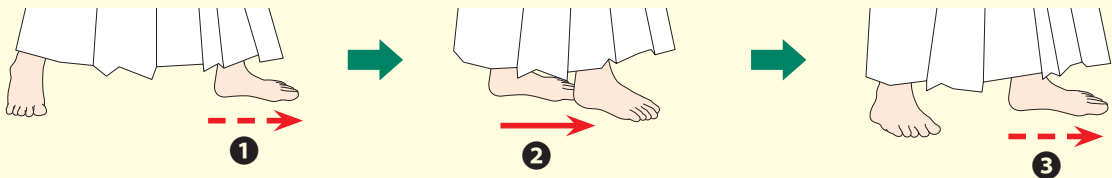
このとき両者の木銃は、わずかに離れている距離になる。

指導のポイント

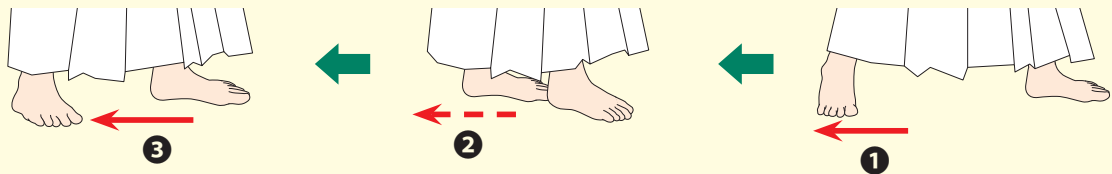
- 歩み足……構えの足から、歩くように前進・後退を行う足さばき。つま先を床から離さず、すり足で行う。

※左足 ---→
右足 →

【前進】



【後退】



7 発声：「ヤーッ！」 号令：「4」

仕方	打方
打方の「4」の号令で木銃が開いたのを見て、「ヤーッ」と声を出して突く。 ※「4」の号令があるまでは突かない。	木銃の向きを自身から見て右に動かす。 ※「4」の号令を掛けながら行う。

指導上の留意点

打方は、自身から見て左に木銃を開く。

仕方は、そのまままっすぐ突く。
(仕方から見て、打方の木銃は右側にある)

8

仕方	打方
右足から大きく後ろに下がりながら、木銃を右手で引き抜く。	木銃を左に向けたまま動かない。

9

仕方	打方
木銃を引き抜いて、構えに戻る。	木銃を左に向けたまま動かない。

10 発声：「残心！」

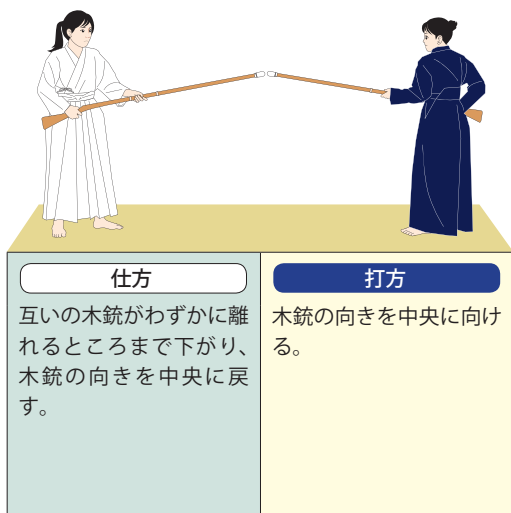
仕方	打方
「残心」と声を出しながら、左足から小さく一歩前に出て、木銃の先をわずかに打方の左手に向ける。	木銃を左に向けたまま動かない。

指導のポイント

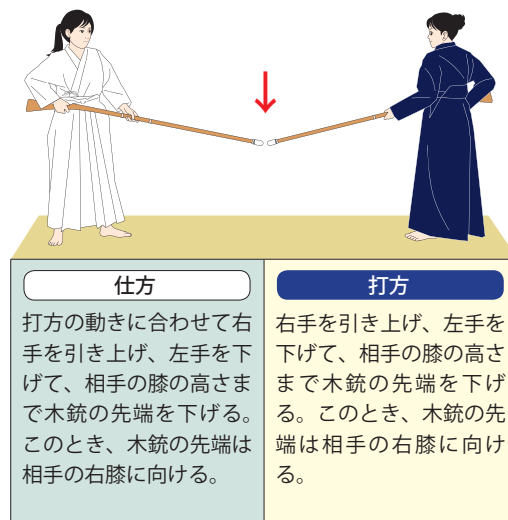
●残心とは……

残心とは、突いた後に油断せず、相手の反撃にすばやく対応できるような身構え（体勢）や気構えのことをいう。

11

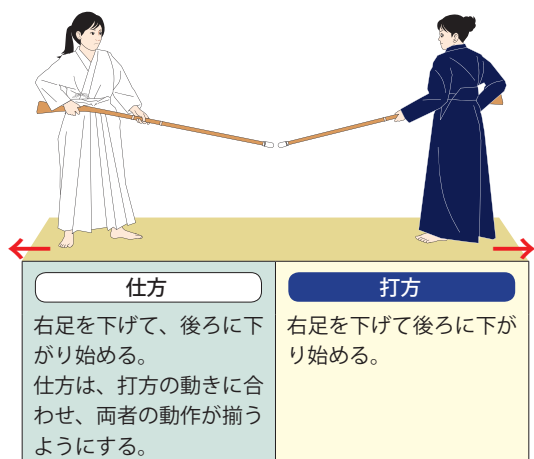


12



※この状態を「構えを解く」という。

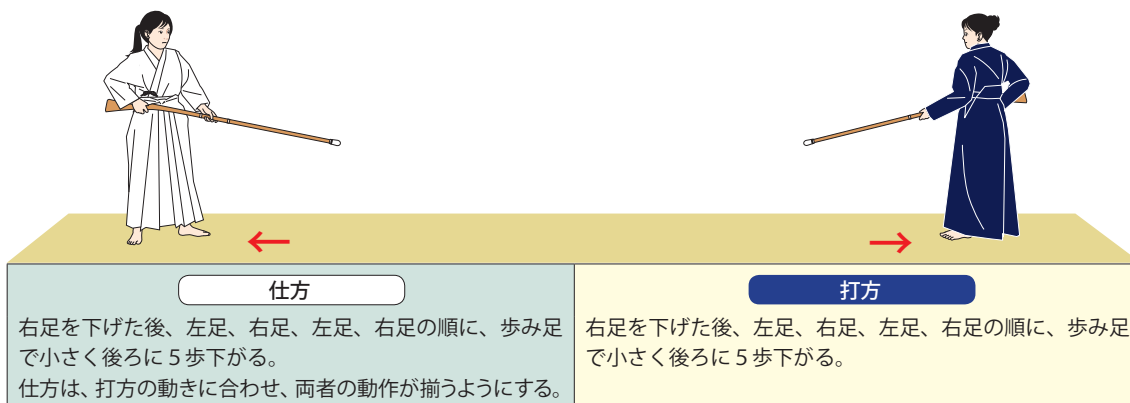
13



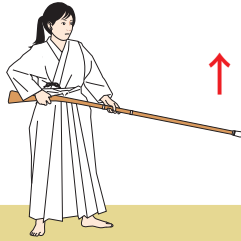
構えを解くとは……

構え合った状態から、お互いに剣先を下げることで、「この状態からは攻撃をしません（突きません）」という意志を表すことをいう。

14

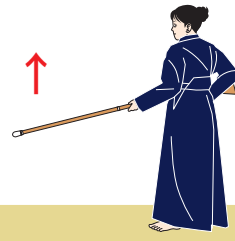


15



仕方

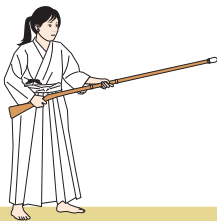
下げた木銃を構えの高さまで上げる。
仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



打方

下げた木銃を構えの高さまで上げる。

16



仕方

構えに戻る。



打方

構えに戻る。

17



仕方

打方と動きを合わせて、直れをする。



打方

直れをする。

18



仕方

打方と動きを合わせて、礼をする。



打方

仕方と動きを合わせて、礼をする。

メモ

[illegible]

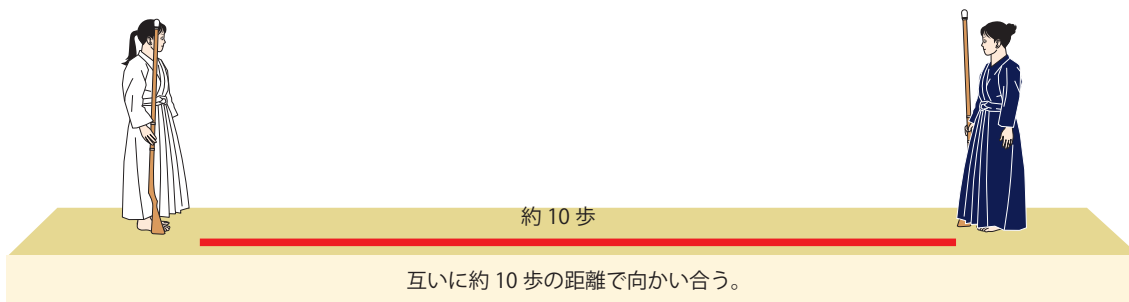
3 銃剣道の形 二本目

(白:仕方、紺:打方)

ポイント

1本目と2本目を続けて行うときは、1本目が終了したときの礼と2本目を始めるときの礼は行わず、1本目の始まりと2本目の終わりに礼をする。

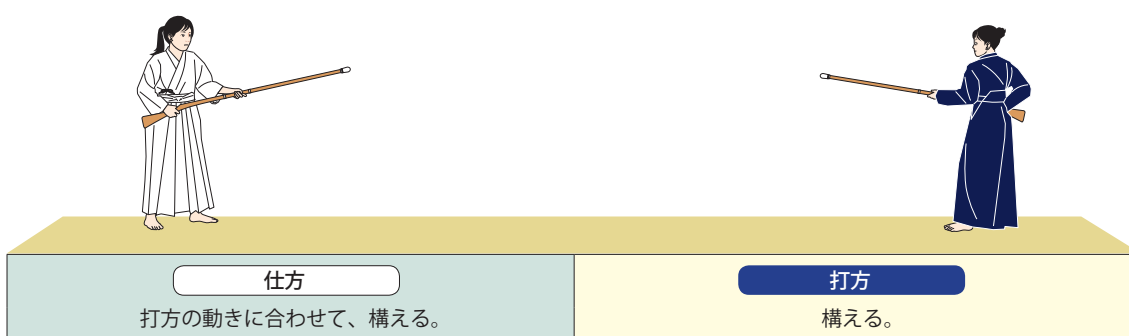
①



②



③

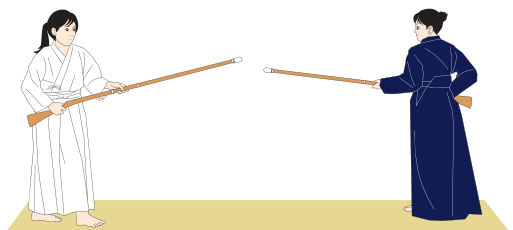


④



5

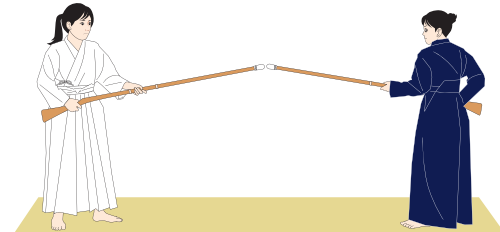
号令：「2」



仕方	打方
打方の2の号令と動きに合わせて、右足を左足より前に出す。このとき、足は交差している。	右足を左足より前に出す。このとき、足は交差する。 ※「2」の号令を掛けながら行う。

6

号令：「3」

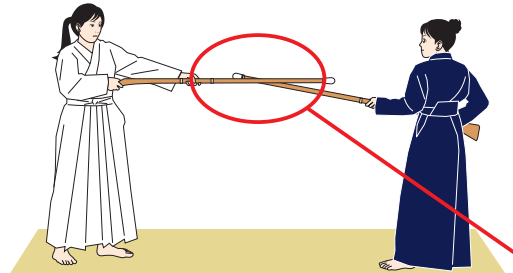


仕方	打方
打方の3の号令と動きに合わせて、左足を右足より前に出して、構えの足になる。	左足を右足より前に出して、構えの足にする。 ※「3」の号令を掛けながら行う。

7

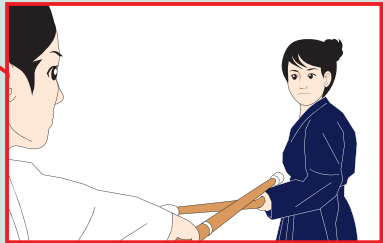
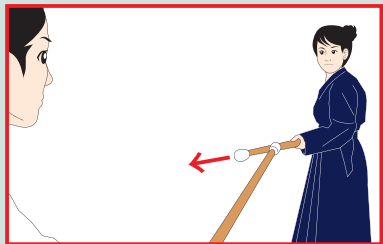
発声：「ヤーッ！」

号令：「4」

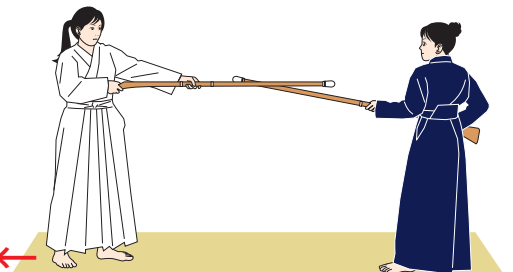


仕方	打方
打方の「4」の号令で木銃が開いたのを見て、「ヤーッ」と声を出して突く。 ※「4」の号令があるまでは、突かない。	木銃の向きを、自身から見て右に20cm程度動かす。 ※「4」の号令を掛けながら行う。

突くときの木銃の動き

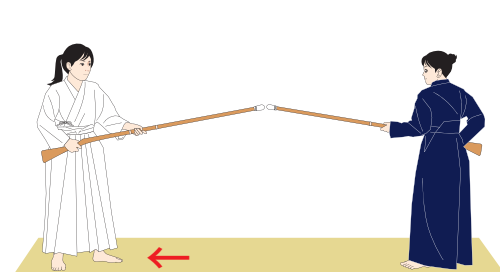


8



仕方	打方
右足から大きく後ろに下がりながら、木銃を右手で引き抜く。	木銃を右に向けたまま動かない。

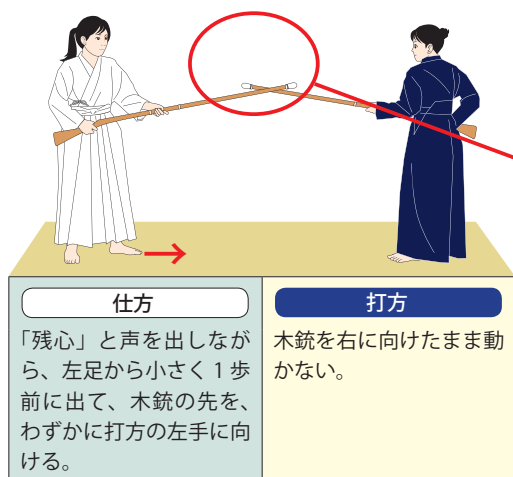
9



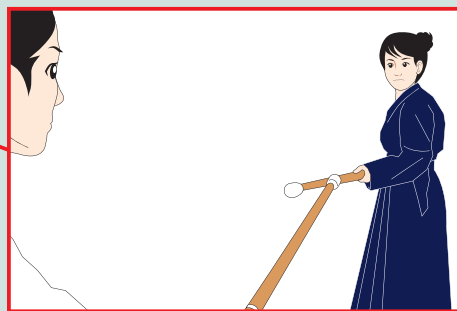
仕方	打方
木銃を引き抜いて、構えに戻る。	木銃を右に向けたまま動かない。

10

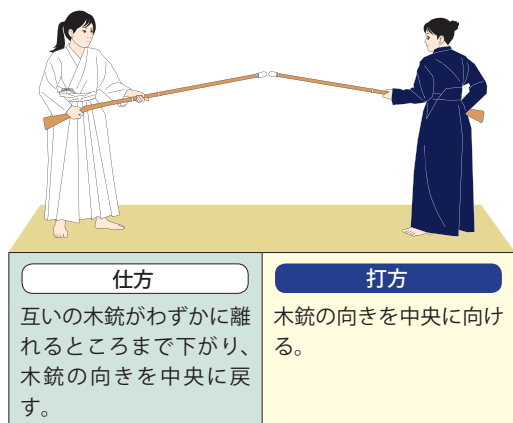
発声：「残心！」



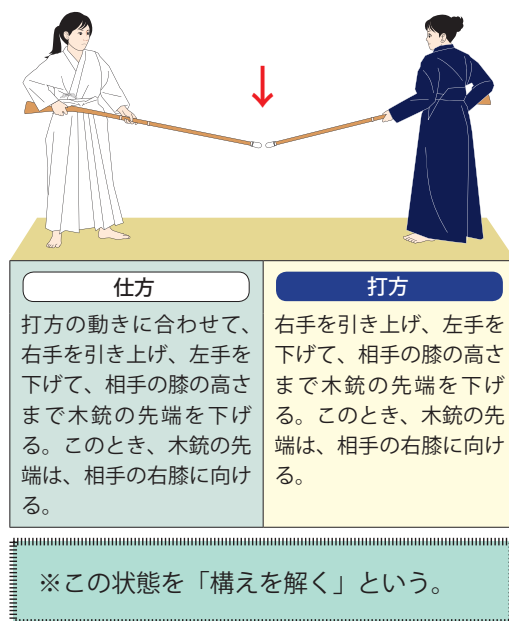
残心のときの木銃の向き



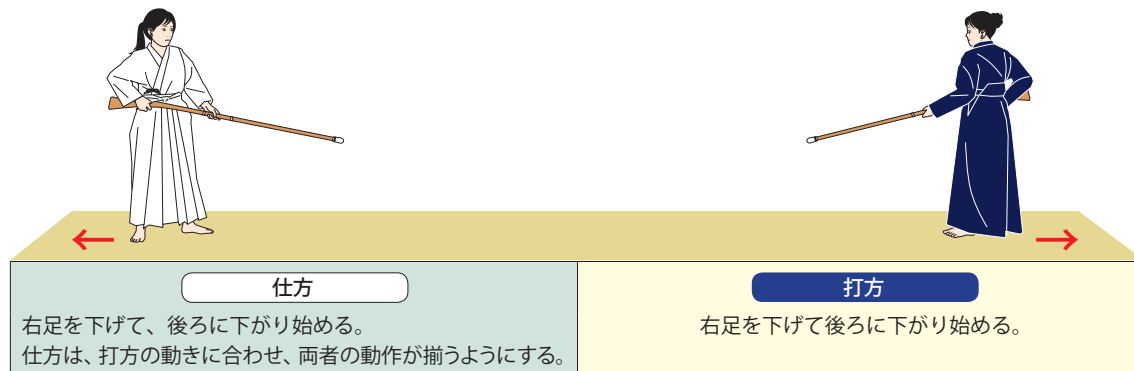
11



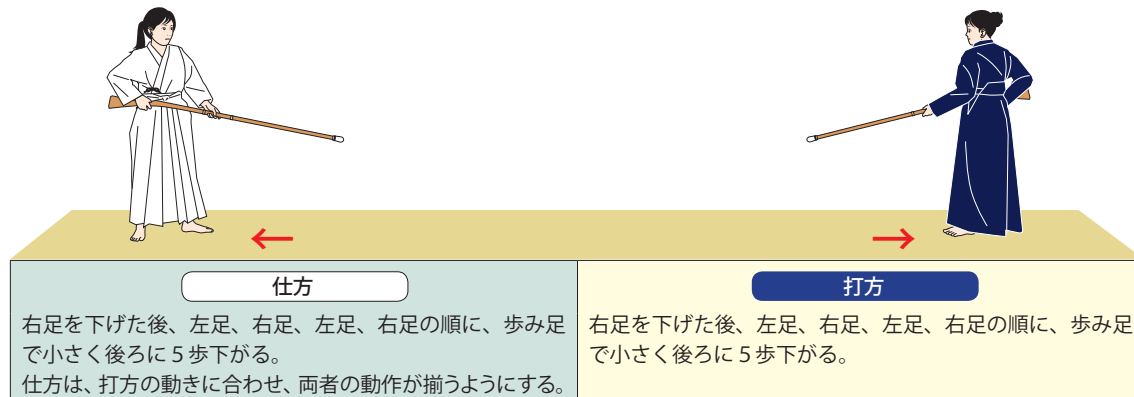
12



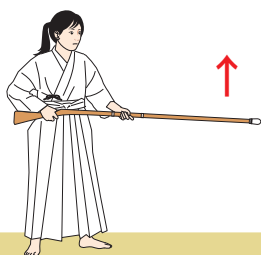
13



14

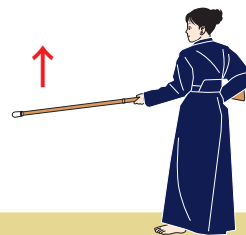


15



仕方

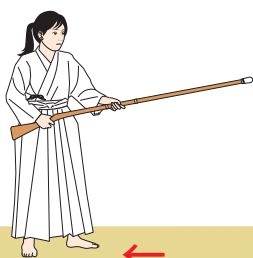
下げた木銃を、構えの高さまで上げる。
 仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



打方

下げた木銃を構えの高さまで上げる。

16



仕方

構えに戻る。



打方

構えに戻る。

17



仕方

打方と動きを合わせて、直れをする。



打方

直れをする。

18



仕方

打方と動きを合わせて、礼をする。



打方

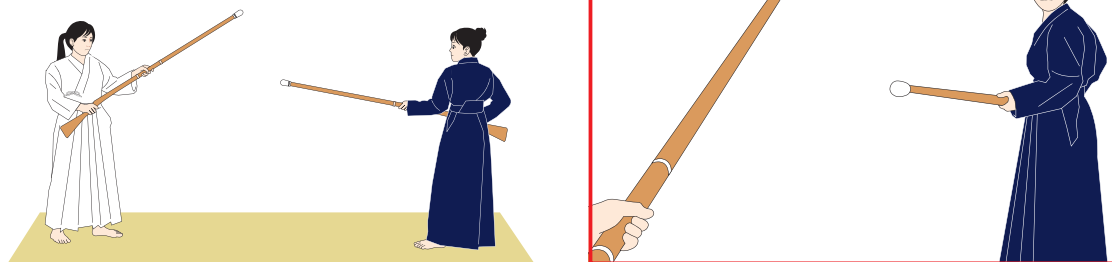
仕方と動きを合わせて、礼をする。

4 銃剣道第2学年の形

(1) 応じ技 右の打ち払い突き

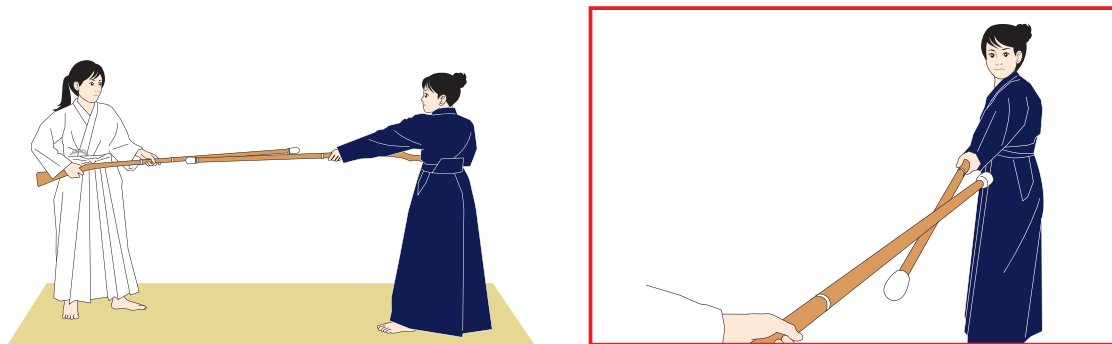
(白: 習技者、紺: 元立ち)

①



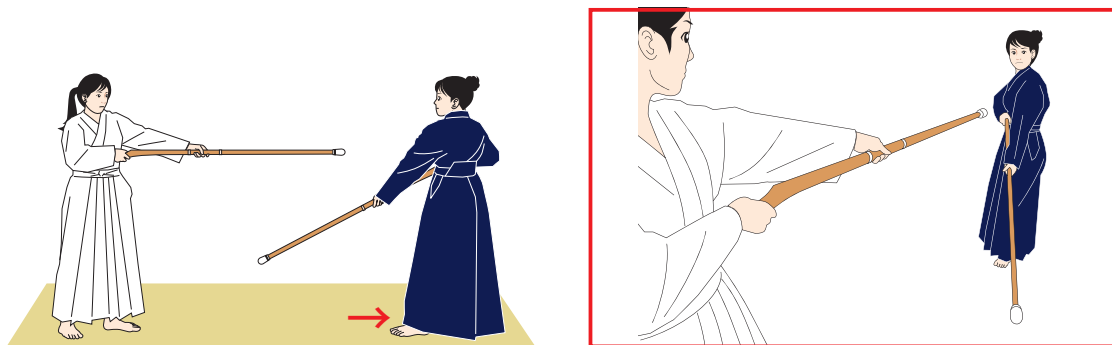
元立ち	「右を払え突け」と号令をかける。
習技者	元立ちの号令の後、両手を前に出して、木銃の先を左上の方向に上げる。

②



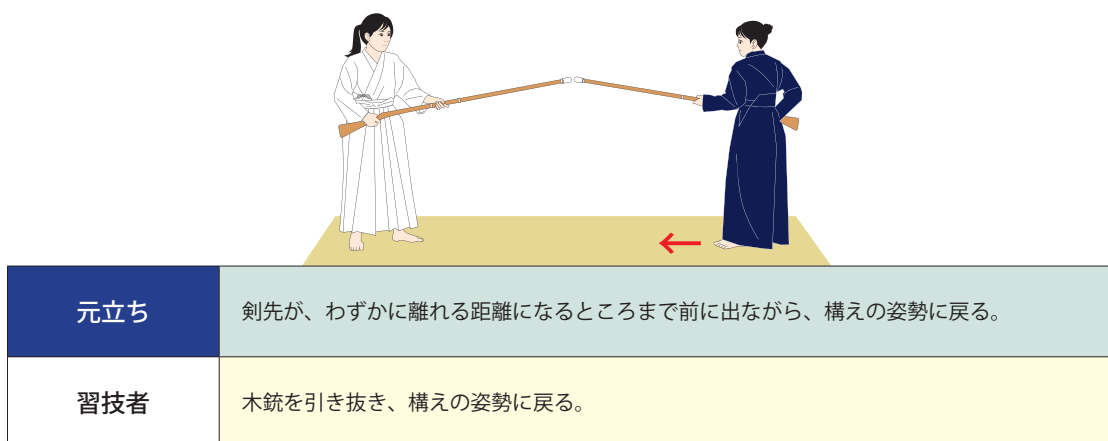
元立ち	習技者が木銃を上げたら、1歩前に出ながら、習技者の右胸の方向にゆっくり木銃を突き出す。
習技者	元立ちが突いてきたら、右手を腰骨まで引いて、構えの姿勢に戻すように、元立ちの木銃を打ち払う。打ち払った後、木銃の先は元立ちの左胸の方向に向いているようにする。

③



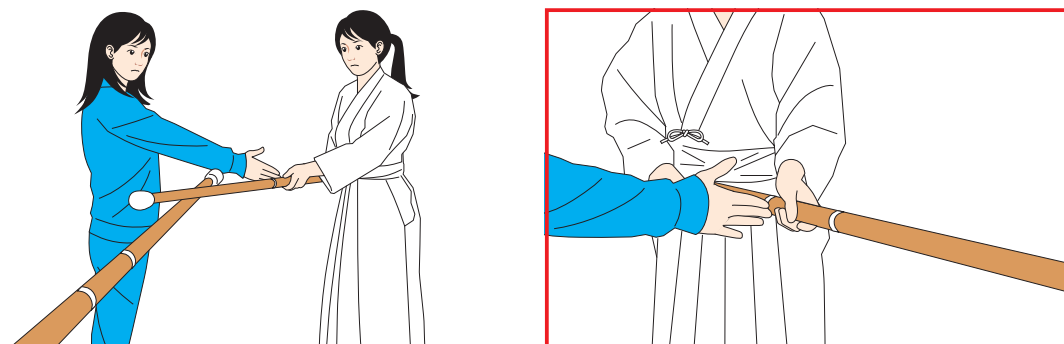
元立ち	木銃の先を左下の方向に向けたまま一歩後方に下がり、突かせる。
習技者	その場で足を動かさず、元立ちの左胸の方向に突く。

4



(2) 右の打ち払い練習方法

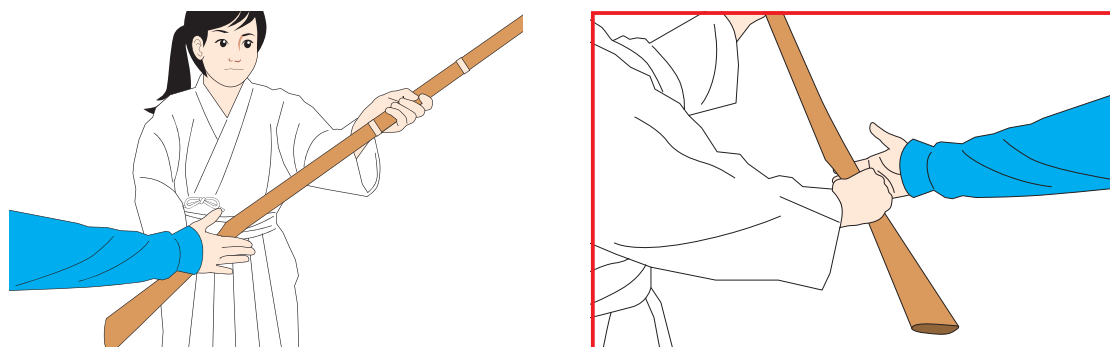
1



指導上の留意点

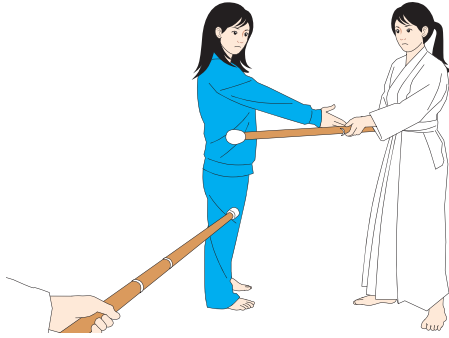
- 打ち払う者 (A)、打ち払われる者 (B)、払う際の右手の位置を示す者 (C) の3人組で行わせる。
- Aは構えの姿勢、Bには木銃の根元を持たせ、AとBの木銃が25cm程度交差する距離で向い合わせる。
CはAの右側に立たせる。
- Cは、構えているAの左手の位置に、手のひらをAの側に向けて差し出させる。

2



- Aは、右手がCの手にぶつかるまで、両腕を左上の方向に出す。

3



- Aは、右手を腰骨まで引いて、構えの姿勢に戻すように元立ちの木銃を打ち払う。
打ち払った後は、木銃の先は元立ちの左胸の方向に向いているようにする

(3) 応じ技 左の打ち払い突き

(白: 習技者、紺: 元立ち)

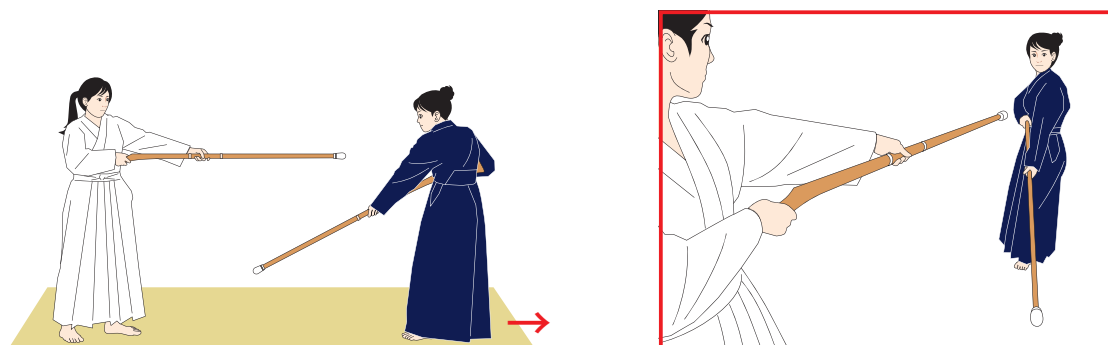
1

元立ち	剣先がわずかに離れる距離から、「左を払え突け！」と号令をかける。
習技者	元立ちの号令の後、木銃の先を元立ちの左肩の方向に向けるように、右に動かす。

2

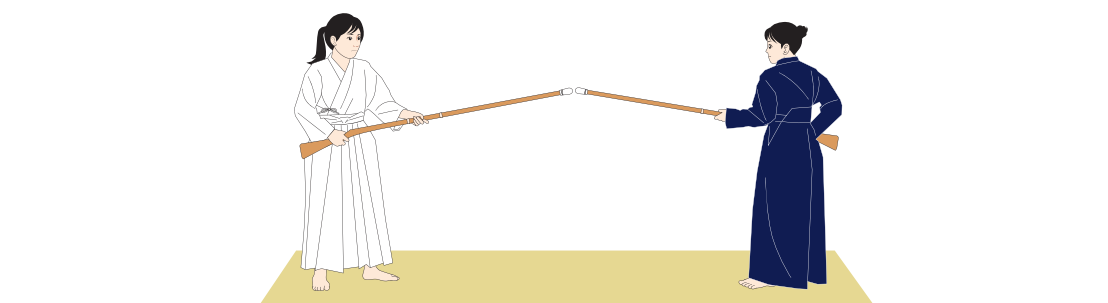
元立ち	習技者が木銃を右に動かしたら、一歩前に出ながら、習技者の左胸の方向に、ゆっくり木銃を突き出す。
習技者	元立ちが突いてきたら、右手をお腹の30cm 前のところまで持ち上げ、木銃を横に寝かすようにして、木銃の左側面で元立ちの木銃を打ち払う。 打ち払った後は、右手を腰骨のところに戻し、構えの姿勢になる。このとき、木銃の先は元立ちの左胸の方向に向いているようにする。

3



元立ち	木銃の先を左下の方向に向けたまま、一步後方に下がり、突かせる。このとき、左胸が相手に見えるように払われた木銃の先端を左に向ける。
習技者	その場で足を動かさず、元立ちの左胸の方向に突く。

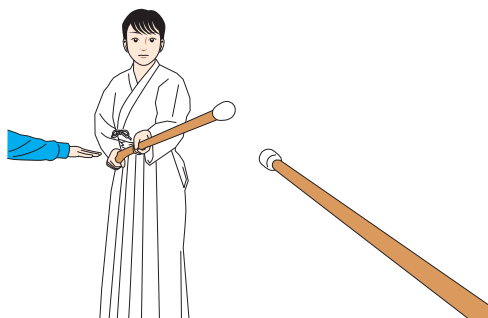
4



元立ち	剣先がわずかに離れる距離になるところまで前に出ながら、構えの姿勢に戻る。
習技者	木銃を引き抜き、構えの姿勢に戻る。

(4) 左の打ち払いの練習方法

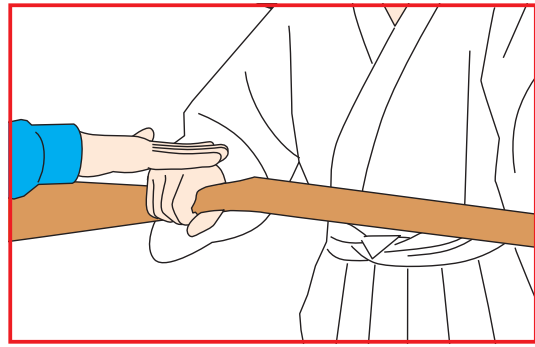
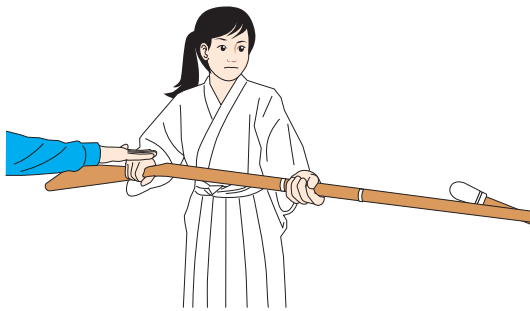
1



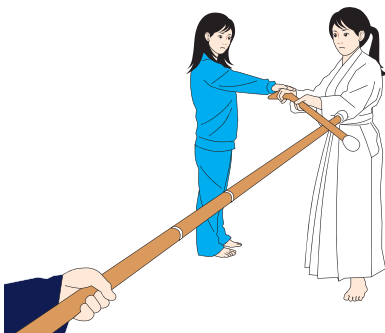
指導上の留意点

- 打ち払う者 (A)、打ち払われる者 (B)、払う際の右手の位置を示す者 (C) の3人組で行わせる。
- Aは構えの姿勢で木銃の先を、Bの左肩の方向に向かせる。Bには木銃の根本を持たせ、AとBの木銃が25cm程度交差する距離で向い合わせる。CはAの右側に立たせる。
- Cは、構えているAの腹の前30cm程度の位置に、手のひらを下に向けて差し出させる。

②

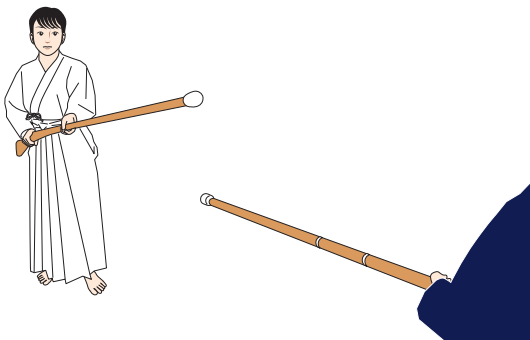


③



● Aは、右手の甲がCの手にぶつかるところまで上げて、Bの木銃を打ち払う。

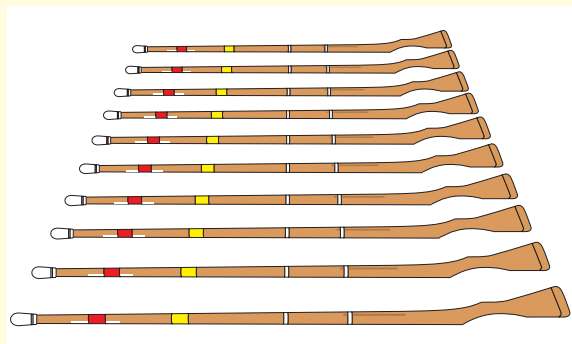
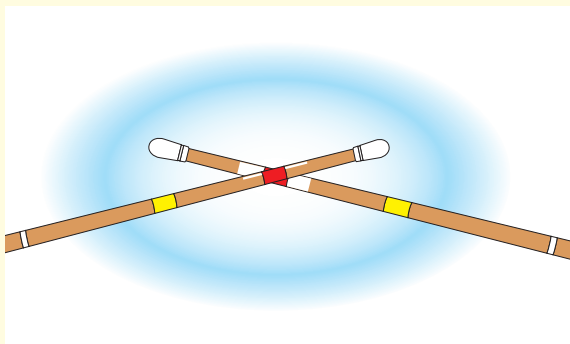
④



● 打ち払った後は、右手を腰骨まで戻して構えの姿勢になり、木銃の先は元立ちの左胸に向いているようにする。

指導のポイント

木銃に色別のテープを貼って、打ち払う位置をわかりやすくする。



写真例：右の打ち払いは、赤いテープの位置で、相手の木銃の赤色のテープのところを打ち払う。
左の打ち払いは、白いテープの位置で、相手の木銃の白色のテープのところを打ち払う。
木銃の黄色のテープより相手の手の近くは打ち払わないようにする。

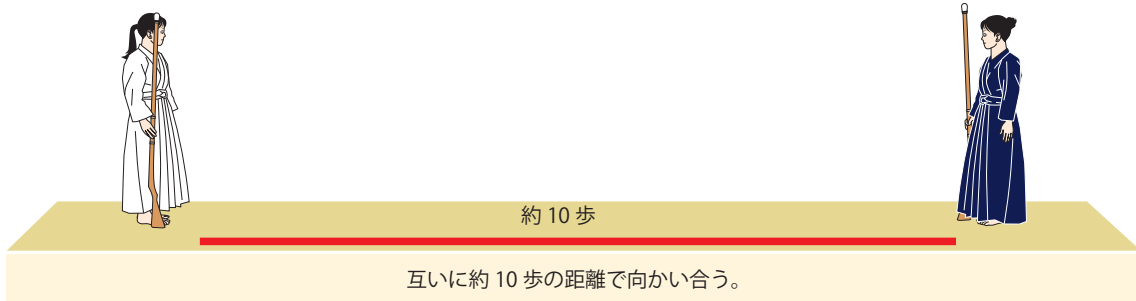
メモ

[illegible]

5 銃剣道の形 五本目 ～応じ技右の払い突き～

(白：習技者、紺：元立ち)

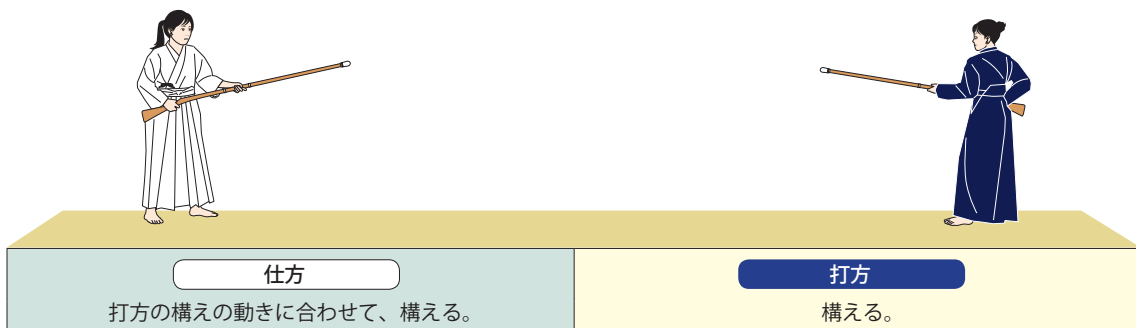
①



②



③

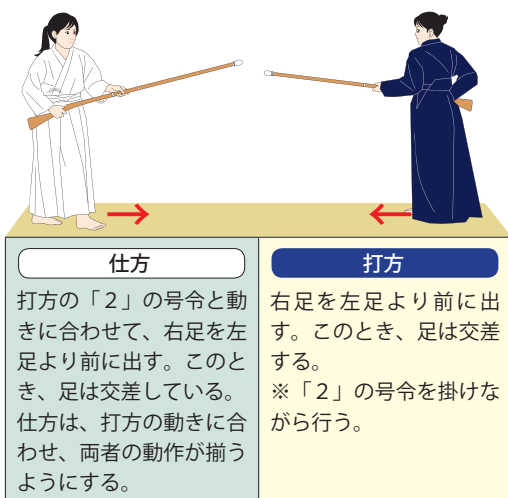


④



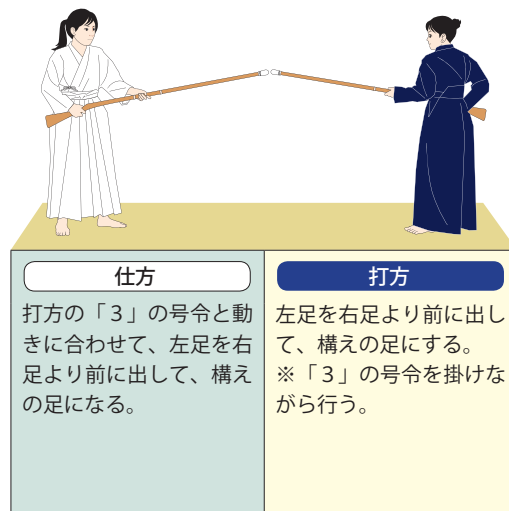
⑤

号令：「2」



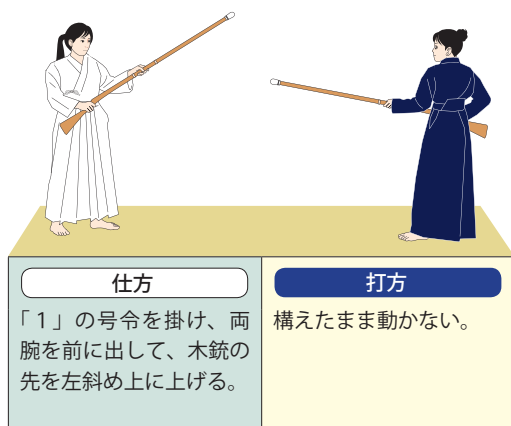
⑥

号令：「3」



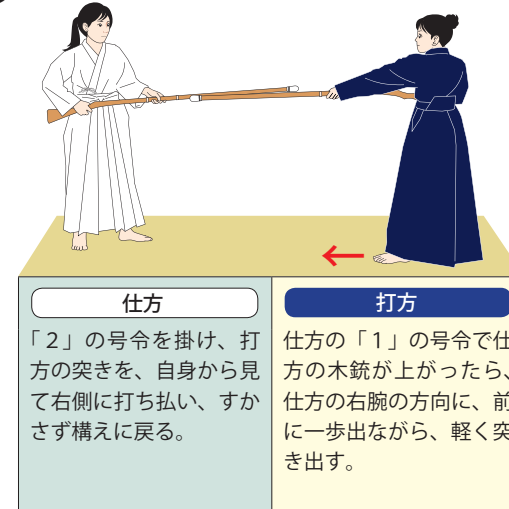
⑦

号令：「1」



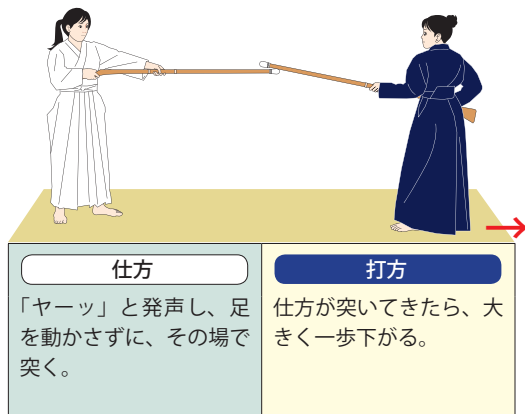
⑧

号令：「2」



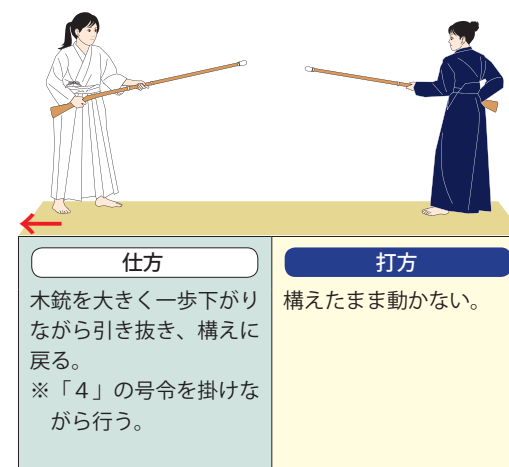
⑨

号令：「3」



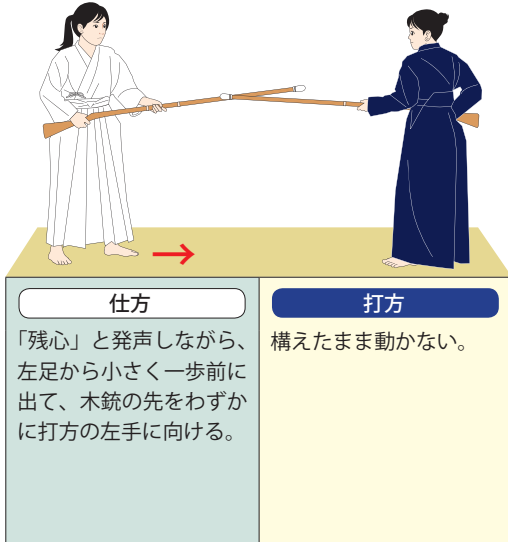
⑩

号令：「4」

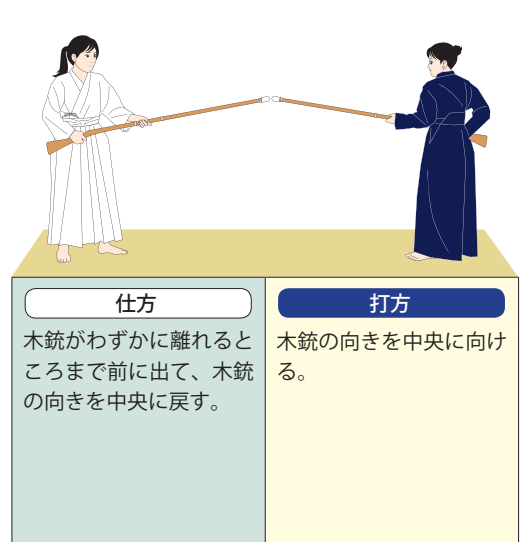


11

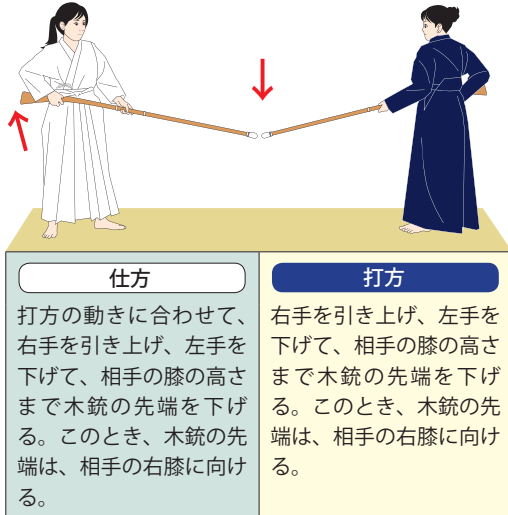
発声：「残心！」



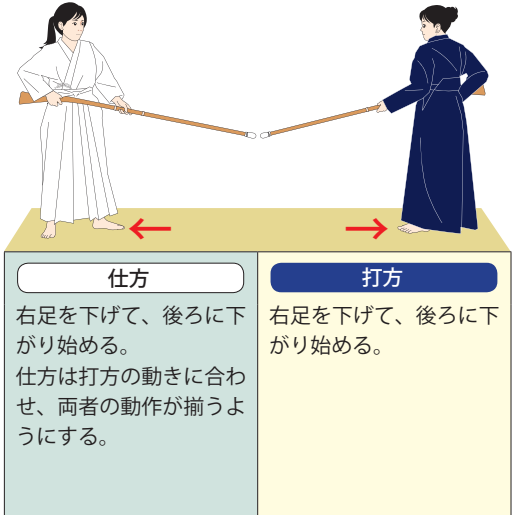
12



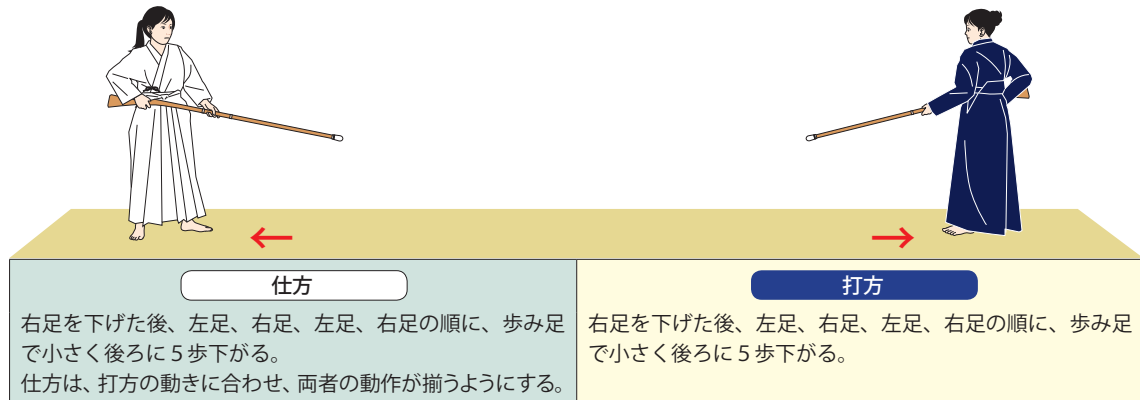
13



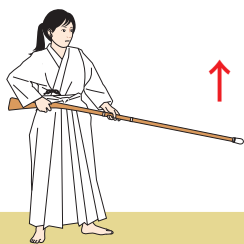
14



15

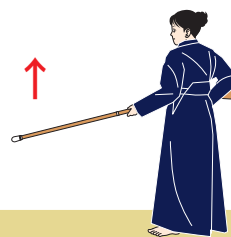


16



仕方

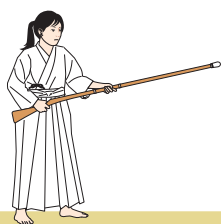
下げた木銃を構えの高さまで上げる。
仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



打方

下げた木銃を構えの高さまで上げる。

17



仕方

構えに戻る。



打方

構えに戻る。

18



仕方

打方と動きを合わせて、直れをする。



打方

直れをする。

19



仕方

打方と動きを合わせて、礼をする。



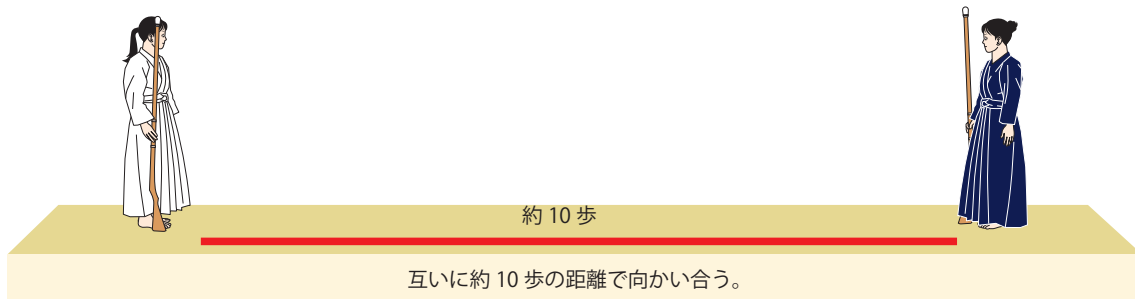
打方

仕方と動きを合わせて、礼をする。

6 銃剣道の形 六本目 ～応じ技左の払い突き～

(白：習技者、紺：元立ち)

①



②



③

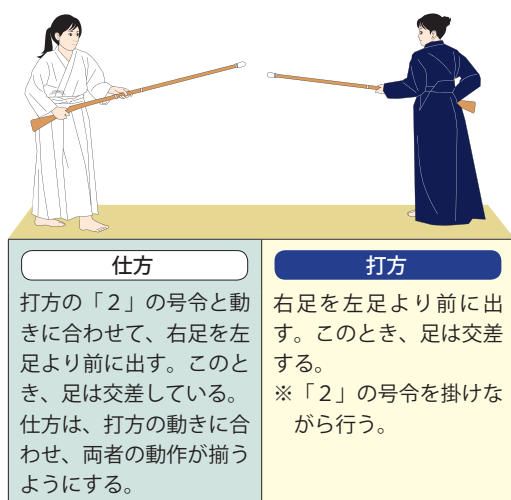


④



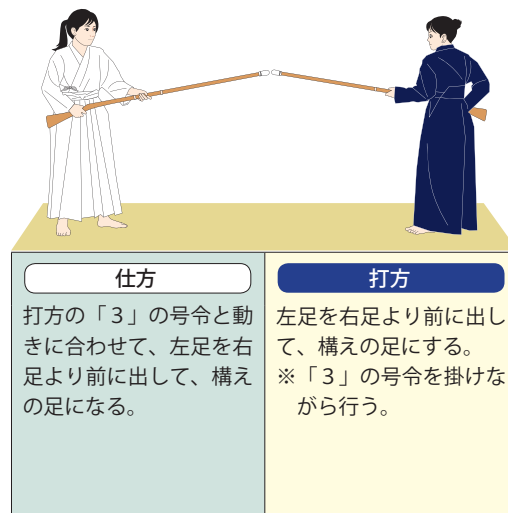
5

号令：「2」



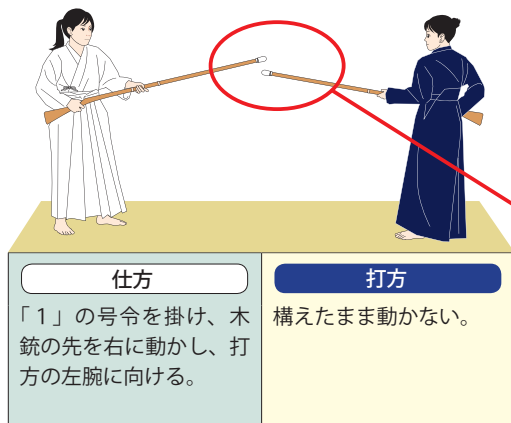
6

号令：「3」

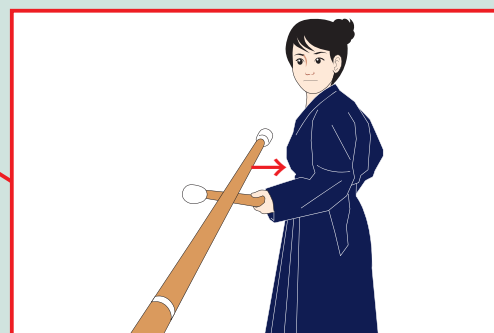


7

号令：「1」

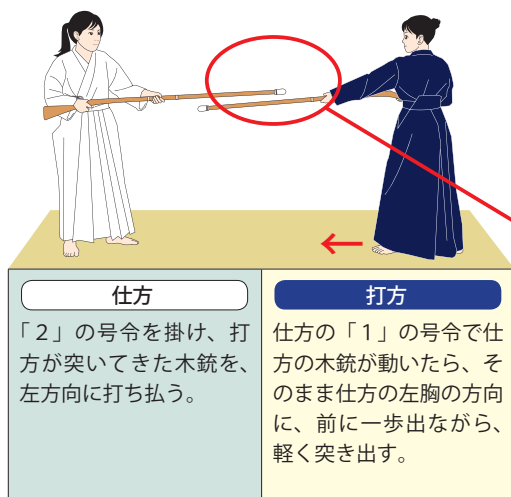


仕方の木銃の動き

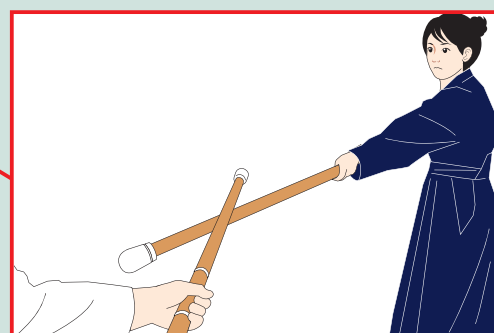


8

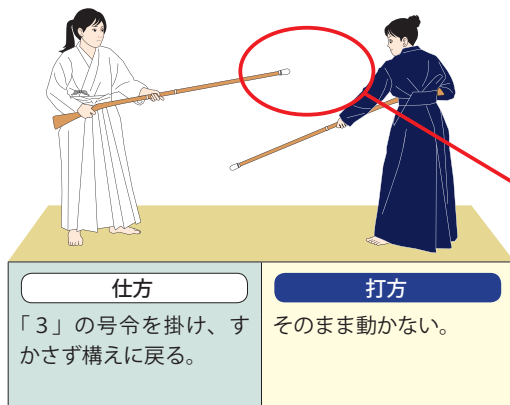
号令：「2」



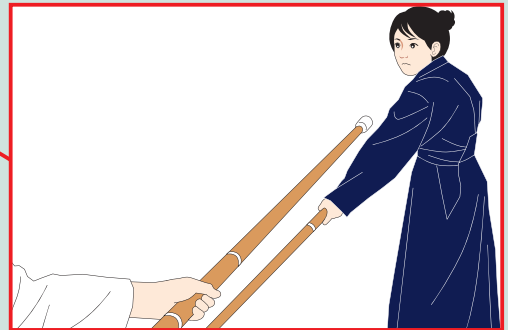
左に払ったときの木銃の位置



9 号令：「3」



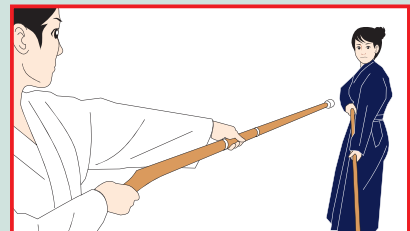
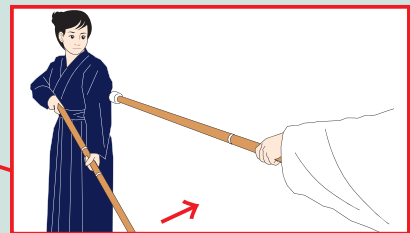
打ち払った後の木銃の位置



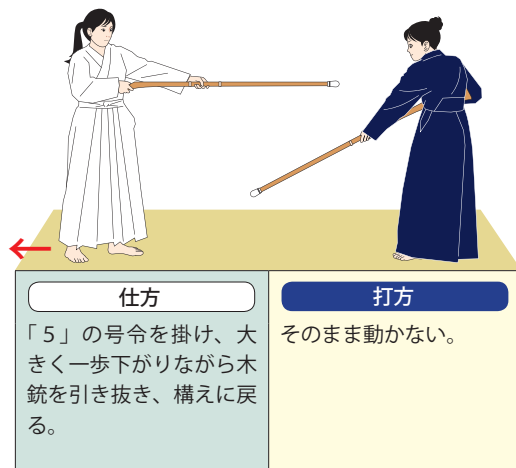
10 号令：「4」



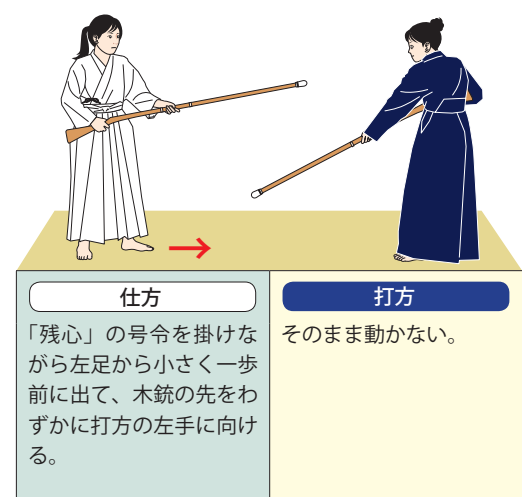
打ち払って突くときの木銃の位置



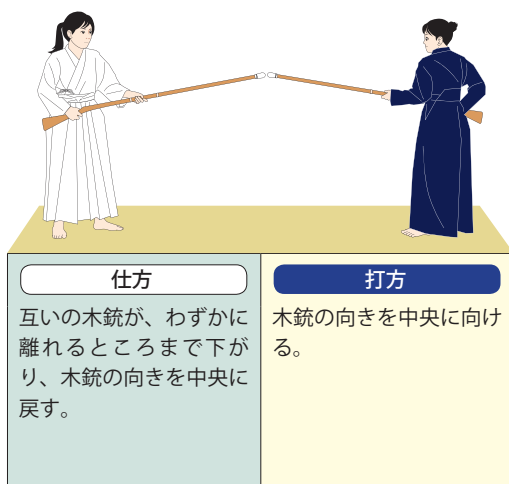
11 号令：「5」



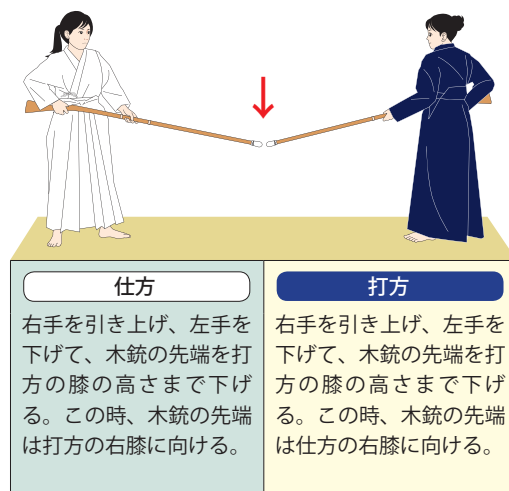
12 発声：「残心！」



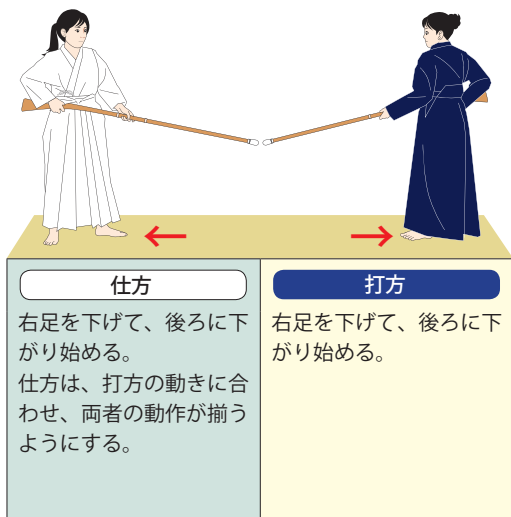
13



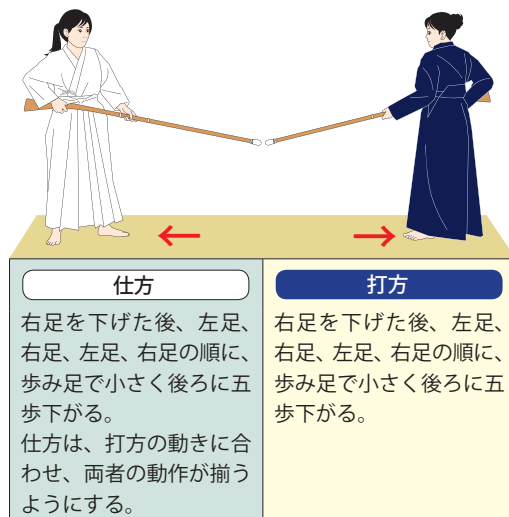
14



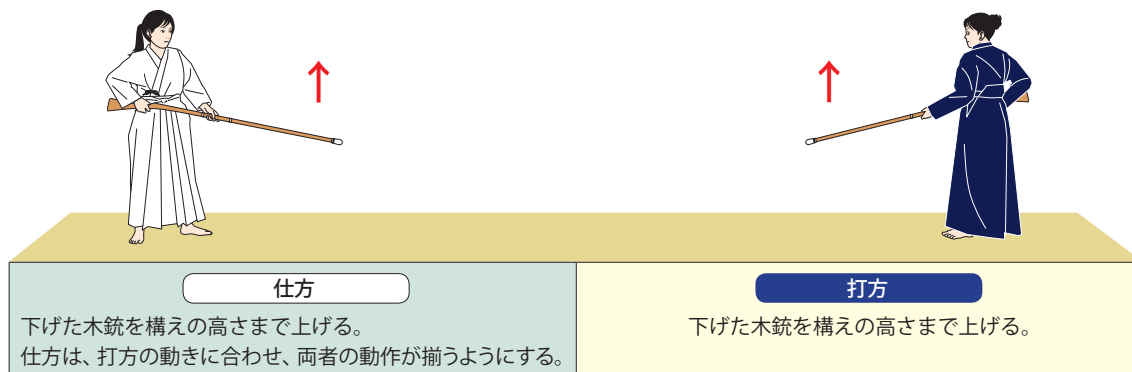
15



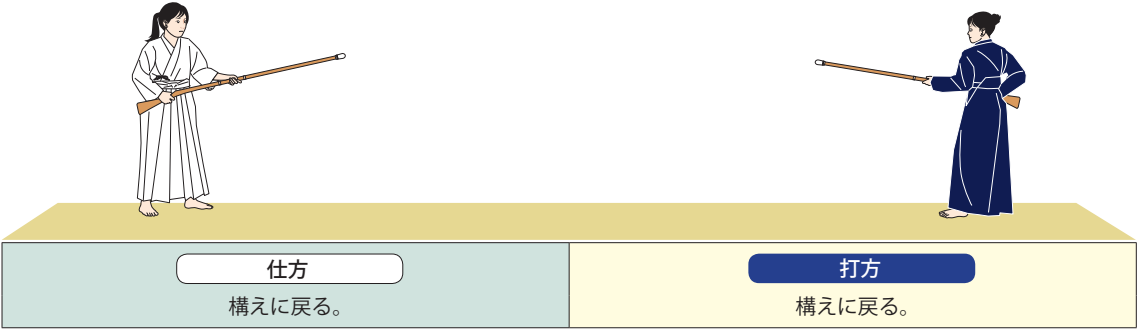
16



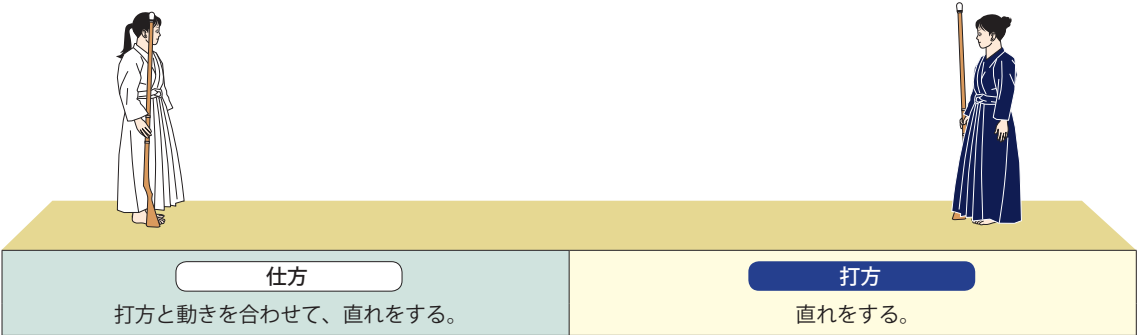
17



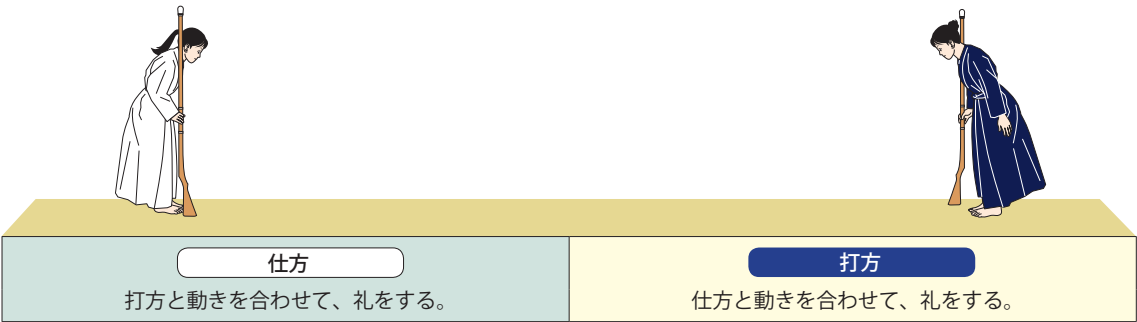
18



19



20



5章

銃剣道のすすめ

■ 銃剣道の理念

銃剣道の理念は、「銃剣道修行の指標」が示す、「たゆまない努力によって心身を鍛錬陶冶し、規律を守り、礼節を尊び、信義を重んずる等、社会人として必要な道德性を高め、もって正しく、明るく、強く、逞^{たくま}しい、人間形成を目指して精進する」ことである。

■ 銃剣道の目的

銃剣道は、武士道の美風である、「誠実」「礼節」「勇気」「質実剛健」及び「克己心」を徳目として錬磨し、社会に有為な人間の育成を目的としている。

■ 動作が単純で容易

銃剣道は「突き技」のみで競うので、「突く」「構えに戻る」という単純な動作が基本となる。そのため、初めて銃剣道を行う人にも習得が容易で、「生涯武道」として幼少期から高齢者まで幅広い年齢層で行うことができる武道である。

■ 銃剣道の身体活動

銃剣道の身体活動は、「突く」動作に加えて、技を成功させるために相手の木銃を「打ち払う」「かわす」「押す」といった動作と足さばきが必要となる。併せて、心肺機能・スピード・反応能力・持久力を高めることができ、健康で豊かな社会生活を営むための体力づくりに寄与する。

■ 真髓を極めるには奥が深い

銃剣道の技は、単純で習得が容易である。しかし、単純がゆえに技を出すときは相手の隙を瞬時に見極めなければならない。木銃の操作や技を使う機会を誤ると、好機が一瞬にして危機になってしまう。技を成功させるには、「美しさ・速さ・正確さ」が求められ、真髓を極めるには奥深いものがある。

銃剣道は、この奥深さを探究していくことによって、「知」「情」「意」のバランスの取れた心身の発達を図り、社会への適応力を育成する。

日本武道協議会設立 40 周年記念 「中学校武道必修化指導書」 銃剣道編

【執筆者】

石川 慎也	尽誠学園高等学校	教諭
滝沢 元気	新潟県立月ヶ岡特別支援学校	教諭
丹下 隆之	愛媛県立東温高等学校	教諭
菊池 聡	盛岡市立飯岡中学校	教諭
宮内 佑輔	長浜市立高月中学校	教諭
田村 聖一	富士市立富士南中学校	教諭
清水 陽介	平塚市立土沢中学校	教諭
鈴木 健	(公社) 全日本銃剣道連盟	副会長兼専務理事
衛藤 敬輔	(公社) 全日本銃剣道連盟	事業部次長

【演武協力】

新潟県立三条商業高等学校 銃剣道部

【参考文献】

文部科学省『中学校学習指導要領 総則編』平成 20 年 9 月 25 日

文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』平成 20 年 9 月 25 日

(公社) 全日本銃剣道連盟『銃剣道教則』3 版 平成 18 年 日本印刷(株)

武 道 憲 章

武道は、日本古来の尚武の精神に由来し、長い歴史と社会の変遷を経て、術から道に発展した伝統文化である。

かつて武道は、心技一如の教えに則り、礼を修め、技を磨き、身体を鍛え、心胆を鍊る修業道・鍛錬法として洗練され発展してきた。このような武道の特性は今日に継承され、旺盛な活力と清新な気風の源泉として日本人の人格形成に少なからざる役割を果たしている。

いまや武道は、世界各国に普及し、国際的にも強い関心が寄せられている。我々は、単なる技術の修練や勝敗の結果にのみおぼれず、武道の真髄から逸脱することのないよう自省するとともに、このような日本の伝統文化を維持・発展させるよう努力しなければならない。

ここに、武道の新たな発展を期し、基本的な指針を掲げて武道憲章とする。

(目 的)

第 一 条 武道は、武技による心身の鍛錬を通じて人格を磨き、識見を高め、有為の人物を育成することを目的とする。

(稽 古)

第 二 条 稽古に当たっては、終始礼法を守り、基本を重視し、技術のみに偏せず、心技体を一体として修練する。

(試 合)

第 三 条 試合や形の演武に臨んでは、平素錬磨の武道精神を発揮し、最善を尽くすとともに、勝っておごらず負けて悔まず、常に節度ある態度を堅持する。

(道 場)

第 四 条 道場は、心身鍛錬の場であり、規律と礼儀作法を守り、静粛・清潔・安全を旨とし、厳粛な環境の維持に努める。

(指 導)

第 五 条 指導に当たっては、常に人格の陶冶に努め、術理の研究・心身の鍛錬に励み、勝敗や技術の巧拙にとらわれることなく、師表にふさわしい態度を堅持する。

(普 及)

第 六 条 普及に当たっては、伝統的な武道の特性を生かし、国際的視野に立って指導の充実と研究の促進を図るとともに武道の発展に努める。

昭和六十二年四月二十三日制定

日本武道協議会

こども武道憲章

武道は、日本古来の武勇を尊ぶという精神を受けつぎ、長い歴史の中でつちかわれ、発展してきた伝統文化です。

武道は、礼儀正しさを身につけ、技をみがき、心身をきたえ、りっぱな人になるための修業の方法です。

わたしたちは、技の稽古や試合の勝ち負けだけを目的にするのではなく、武道を正しく理解して、このすばらしい日本の伝統文化を大切にしなければなりません。

これからも武道を愛し、修業を続けていくために、わたしたちが心がけなくてはならないことを「こども武道憲章」として掲げ、これを守ります。

(目的)

第一条 武道は、技をみがくことによって心身をきたえ、強くたくましく、勇気と思いやりと正義感をもった、社会に役立つ人になることをめざします。

(稽古)

第二条 稽古をするときは、先生の教えや礼儀を守り、基本を大切に、技だけではなく、心と体も共にきたえるよう、一所懸命にはげみます。

(試合)

第三条 試合や演武では、ふだんの稽古の力を出しきってがんばり、勝ち負けや結果だけにこだわらず、節度ある真剣な態度でのぞみます。

(道場)

第四条 道場は、技をみがき、心と体をきたえる場所として、規則や礼儀を守り、清潔と安全を心がけます。

(仲間)

第五条 道場の仲間を大切にして、お互いに協力し、はげましあいながら、楽しく稽古し、さらに多くの仲間をつくります。

平成十六年九月十六日制定

日本武道協議会

編集後記

刊行総括責任者 三藤 芳生

「安全で、楽しく、効果の上がる指導書・DVD を作ろう」

日本武道館に事務局を置く日本武道協議会は、平成 29 年 4 月に設立 40 周年を迎え、記念事業として中学校武道必修化に向けた指導書・DVD を刊行することとなりました。

これを受けて、日本武道館事務局内に幹部を中心とする 13 名のプロジェクトチームを立ち上げ、同時に日本武道協議会加盟 9 団体から実行委員の先生がたをご推薦いただきました。その後、実行委員会として、次の基本方針を決めました。

- 1、武道の歴史・特性と実施可能 9 種目の周知徹底を図る。
- 2、中学校武道必修化の充実に資する。
- 3、武道人口の拡大に役立てる。

以上の基本方針に沿って、最終的に

- 1、指導書は 10 分冊、各平均 60 頁。イラストを多用し、見やすく、わかりやすい内容とする。計 5 万 7 千部刊行。
 - 2、DVD は 3 巻分巻、各巻 120 分。指導書と関連させ、見やすく、わかりやすい内容とする。3 巻セット 3 万 7 千巻作成。
- することを決めました。

本書は各道とも、1. 概論、2. 指導目標・指導内容、3. 指導の実際、4. 安全管理・安全指導、5. 学習計画、6. 各道のすすめ、の流れで構成されており、原稿は実行委員を通して各連盟・団体にお願いしました。

「質実剛健」一武道は 1,000 年以上の歴史を有する、武士道の伝統に由来する、わが国の伝統文化で、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う人間形成の道です。

現在、日本に約 250 万人、海外に 5,000 万人を超す武道愛好者がいると言われており、本書と DVD が中学校現場において活用され、全国男女中学生の身心の成長に役立つことを願って止みません。

終わりに、刊行にご尽力をいただきました筑波大学藤堂良明名誉教授、各道実行委員の先生がた、事務局の仲間たち、題字の新井光風先生、イラストの國分薫氏、レイアウトの藤林明氏、印刷製本の（株）三友社、映像監督の北原直哉氏と DVD 作成の（株）クエストの皆様は厚く御礼を申し上げ、本書が中学校武道必修化の充実に役立つことを切に願い、後記といたします。

（公益財団法人日本武道館理事・事務局長 日本武道協議会常任理事）

平成 29 年 4 月

日本武道協議会設立 40 周年記念
「中学校武道必修化指導書（10 分冊・DVD 3 巻付）」
刊行委員会

総括責任者（公財）日本武道館理事・事務局長
日本武道協議会常任理事 三藤 芳生

副責任者（兼事務取扱責任者） 事務次長 吉川 英夫
同上 前事務次長 内田 康介
同上 振興部長 吉野 喜信

日本武道館 実行委員		連盟・団体推薦実行委員 筑波大学名誉教授	藤堂 良明
総務部長	永嶋 信哉	（公財）全日本柔道連盟	田中 裕之
教育文化部長	三好 秀明	（一財）全日本剣道連盟	軽米 満世
普及課長	片岡 正徳	（公財）全日本弓道連盟	桑田 秀子
実務委員		（公財）日本相撲連盟	桑森 真介
総務課副主事	行成 仁志	（公財）全日本空手道連盟	日下 修次
振興課	末吉 潤	（公財）合気会	金澤 威
同上	石井 政利	（一財）少林寺拳法連盟	中島 正樹
普及課	長瀬まり子	（公財）全日本なぎなた連盟	今浦 千信
同上	長末 諭	（公社）全日本銃剣道連盟	衛藤 敬輔
出版広報課	長澤 克成		
同上	横内 裕史		

映像監督	北原 直哉	指導書印刷担当 （株式会社 三友社）	西野 浩史
DVD 撮影・編集担当 （株式会社 クエスト）	木暮 優治 山口 一也 後閑 信弥		安達 直人 玉川 美里 稲村 大介 小林 英三

表紙題字 新井光風（日展理事）
本文デザイン 藤林 明
イラスト 國分 薫（デザイン春秋会）

日本武道協議会設立 40 周年記念
「中学校武道必修化指導書（10 分冊・DVD 3 巻付）」

平成 29 年 5 月 1 日 初版第 1 刷 印刷

平成 29 年 5 月 18 日 初版第 1 刷 発行

発行人 白 井 日出 男

編集人 三 藤 芳 生

発行所 日 本 武 道 協 議 会

〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3日本武道館内

TEL 03-3216-5100 / FAX 03-3216-5117

印刷・製本 株式会社 三友社

《不許複製・禁転載》

＜非売品＞

※図書館等での利用の際、付録 DVD の閲覧・貸出を許可します。

