

第14回全国弓道指導者研修会



目的前実習のようす

「気づき、考え、行動する」をキーワードに 弓と向き合った3日間

第14回全国弓道指導者研修会（主催＝日本武道館、全日本弓道連盟、後援＝スポーツ庁）が令和8年2月13～15日の日程で、会場の日本武道館研修センターに79名の参加者が集まって実施された。

本研修会は、日本全国で弓道を指導する中学、高等学校の教員、及び社会体育指導者を対象に、理学療法士の兼岩淳平特別講師による「『正射必中』を目指す科学的アプローチ」をテーマとした特別講演のほか、初心者への指導法や参加者の習熟度や参加の目的に応じた班別研修が行われた。

◇実施内容

- 1日目：研修の心構え（高橋文彦）
講演 『正射必中』を目指す科学的アプローチ（兼岩淳平）
弓具・射法八節解説（高橋文彦）
グループディスカッション
- 2日目：射場設営
初心者指導法
目的別研修
- 3日目：目的別研修
特別演武

◇講師一覧

- ・特別講師
兼岩 淳平（PaveC 代表 理学療法士）
- ・講師
高橋 文彦（全日本弓道連盟 中央委員 福島県弓道連盟 副会長 福島県立白河旭高等学校 校長）
吉田 佳史（全日本弓道連盟 中央委員 徳島県弓道連盟 理事長 徳島県立徳島科学技術高等学校 教諭）
川平 俊博（富山県立桜井高等学校 教諭）
辻 尚宏（茨城県弓道連盟 副理事長 茨城県教育庁学校教育部 高校教育課 指導主事）
- ・助講師
門井 寿通（茨城県立石岡第二高等学校 教諭）
荒木 広大（茨城県立東海高等学校 教諭）
清水 慶一（埼玉県立浦和高等学校 教諭）
藤田 直樹（岩手県高等学校体育連盟弓道専門部 委員長 岩手県立黒沢尻工業高校 教諭）

研修会の模様



「講演『正射必中』を目指す科学的アプローチ」
指導者は声掛けだけではなく、いかに生徒自身の気づきを育てていくかが重要であると説いた。



「弓具・射法八節解説」
図や他種目との比較を用いて解説



「グループディスカッション」
様々な課題をテーマにカフェ方式で
ディスカッション



「射法八節指導」
希望者にひも弓の詳細な使用方法を指導



「射場設営」
参加者全員で大道場に一から射場を設営



「目的別研修」
A班：徒手の姿勢・ゆがけの使い方の確認



「目的別研修」

B 班：個人の課題ごとにグループ分け、相互研修



「目的別研修」

C 班：射技の姿勢の割り稽古



「目的別研修」

D 班：審査と同様の形で一手行射



「目的別研修」

D 班：講師が巡回指導



「目的別研修」

A 班：中学校の授業を想定した競技会の様子



「特別演武」

講師 4 名による特別演武

令和7年度参加者感想文（抜粋）



本研修会は自分自身の射技を磨くことはもちろんのこと、それと同時に指導している生徒と共に向上を目指すことが前提となっています。また、指導者としての責務を再認識する貴重な機会ともなりました。自らの正しき射技を追求する姿が、そのまま生徒への最良の教えとなるという「自他共栄」の精神こそが、本研修会の核心であるとも思いました。

研修の内容は、どれも新しい発見が多くありました。手の内や体配などの技術指導から室内道場の設営まで、現場で役立つヒントをたくさん持ち帰ることができ、非常に充実した時間となりました。この研修で得た刺激や学びを、早く自分の道場で生徒たちに還元したくてウズウズしています。



これまで弓道に触れたことはなく、弓と矢に触れるのも初めての体験でした。用語もわからず、不安でいっぱいでしたが、初歩の段階から手順を追って実技指導を受けることで、少しずつ理解が深まっていきました。3日間の研修を通して、弓道の楽しさと奥深さへの興味が高まりました。



全く弓道経験がない状態で今年度から弓道部の副顧問となり、生徒に技術指導ができない状態なので、今回の研修で、基礎技術を習得し可能ならば指導方法まで学ぶことができると考え、参加しました。各講義は初心者の自分でも理解できる部分が多く、わかりやすい内容でとても参考になりました。今まであまり理解せずにやっていた所作や動作の理解が深まり、意識しなければいけない点を把握することができました。

