

平成27年度東海地区指導者講習会報告書

報告者(文責): 福原基弘

期 日 : 平成27年5月23日(土)・24日(日) 会場 : 浜松市弓道場
講 師 : 主任講師 範士八段 秋山照美先生 講師 範士八段 小澤通春先生
受講者 : 高橋 裕也 白井 修一 高橋 佐智子 河西 稔 木塚 鉄也 渡邊 百世
榎戸 大介 黒田 和子 福原 基弘 (愛知県 9名) 全24名

平成27年度指導方針 ～ 弓道教本及び副読本に基づいた基本の徹底 ～

指導者の心得

- 1 指導者の持つ影響力を自覚し、自身の言動の倫理性について常に注意を払うこと。
- 2 指導に当たっては、自らが実践躬行(じっせんきゅうこう)すること。
- 3 指導に当たっては、弓道教本及び副読本に基づき全国的に統一された指導を行うこと。

指導項目

1 基本体及び射法・射技の基本(以下の事等)

- (1) 歩き方の指導
右に方向(直角・斜めに)を変える場合は左足の踵から右足が出る
左に方向(直角・斜めに)を変える場合は右足の踵から左足が出る
 - (2) 跪坐及び開き足の指導
 - (3) 胴造りの際、弓の本弭は左膝頭におく
 - (4) 正しい「的のねらい」の確認
- 2 矢羽根の取り扱いについて
 - 3 弓道競技規則の改定について
 - 4 審査規程の改定について

1 開講式 秋山主任講師挨拶

◎特段の伝達事項はない。

- (1) 指導者の心得・指導項目について、基本に忠実に心を掛け、崩したかたちの指導をしないこと。
- (2) 自分の考えを押し付けることなく、共に考える姿勢が大事。

2 一手行射の講評と指導

全体的に見ると体配と行射は一体である筈だが、見ていると射技に走り過ぎているように見受けられる。決め事(基本)があるのだから正しく実行するよう意識してほしい。
弓と体がバラバラに動いている。手先、或いは足から動いているように見える。
「腰」を中心にして「腰」から動いていくと良い。

3 講習内容(指摘注意点)

- (1) 歩き方
方向転換時、踵から足が離れることが多い、足だけで曲がろうとせずに腰を軸に回れば離れない。
被せ足が多く見受けられるので気をつけること(内側の足で方向を変える)。
- (2) 跪坐及び開き足
開き足から跪坐の姿勢をとり、膝を活かす際に体が上下しないこと。
- (3) 胴造り
弓の本弭は正しく左膝頭におくこと。本弭が内側や下になると正しい胴造り・弓構えの形に移行できなくなる。円相が崩れ、縦線が崩れるので注意すること。
- (4) 正しい的のねらい
4人一組になり、射手の正面、背面、後方の3方向からの的のねらい及び肩、腰、足踏み等が基本通りにできているかを相互に確認し合った。
- (5) 射礼での注意点
息合い、間合いに注意を払い、気合いを充実することの3点が重要。足先、手先からの動作では水の流れる如き淀みのない動作は出来ない。
全ての動作は腰から移行すること。小さな動作ほど息合いを意識して行うこと。

4 指導の心得

人はそれぞれ 骨格・体型・考え方・生活習慣が全て違う。性別でも大きな違いがある。
上から目線ではなく、目線を合わせて相手と一緒に考える指導姿勢を心掛けること。