

剣道「初段」

1 「基本の大切さ」について述べなさい。

剣道の基本は、家に例えると土台に相当する。つまり、立派な家を建てるためにはしっかりとした土台が必要になる。同じように、剣道でも上達する為には基本が重要である。

基本をしっかり身に着けると、技術に無駄がなくなり、効率的（少ない労力で多くの効果が上がる）で正確な技術が身につくようになる。

2 「正しい鍔せり合い」について説明しなさい。

鍔せり合いとは、相手を攻撃したり、相手が攻撃してきたときに、間合が接近して鍔と鍔がせり合った状態をいう。

自分の竹刀を少し右斜めにして手元を下げ、下腹に力を入れて自分の体の中心を確実に保つようにする。

お互いの鍔と鍔がせり合うなかで、手元の変化や体勢の崩れから打突の機会をつくる。

3 「掛け声」の効果（ききめ）について述べなさい。

- (1) 自分の気力を充実させる
- (2) 相手を威圧する。
- (3) 自分の力を集中して、より以上の勢いと力を発揮させる。
- (4) 気剣体の一致をはかり、打突を正確にさせる。