

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

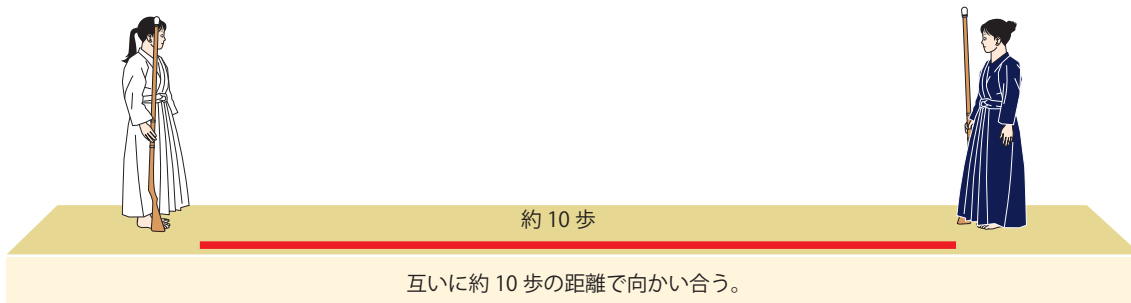
形は打方と仕方という役割を決めて行わせる。

・「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



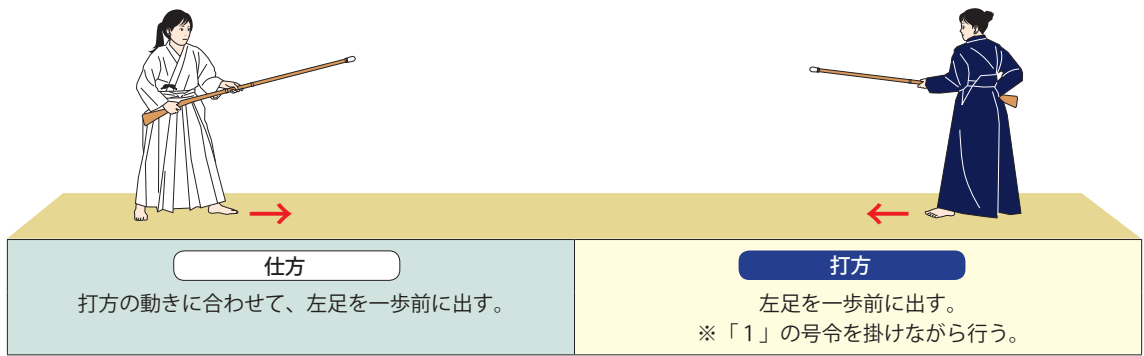
②



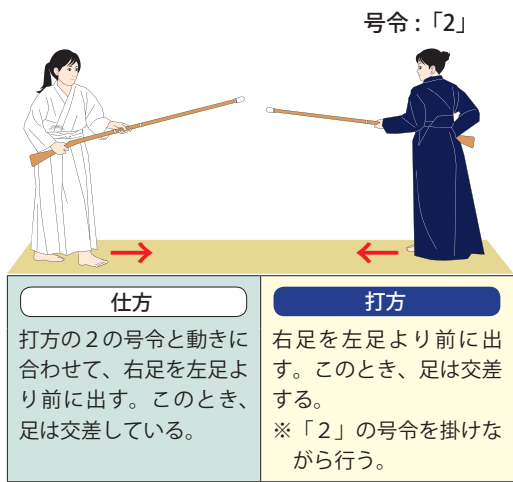
③



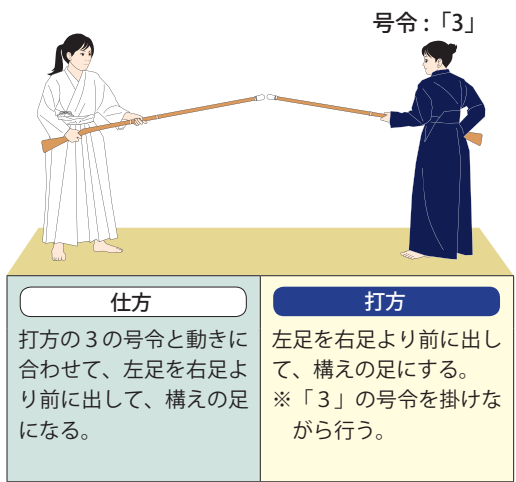
4



5



6



指導上の留意点

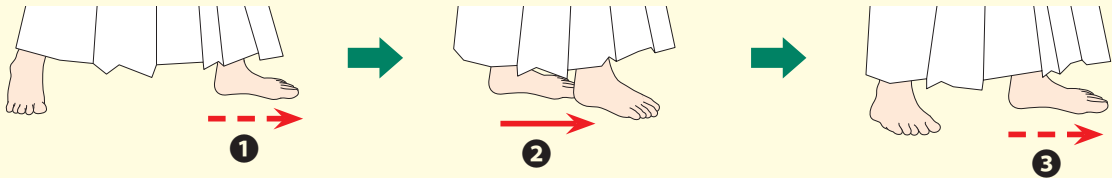
このとき両者の木銃は、わずかに離れている距離になる。

指導のポイント

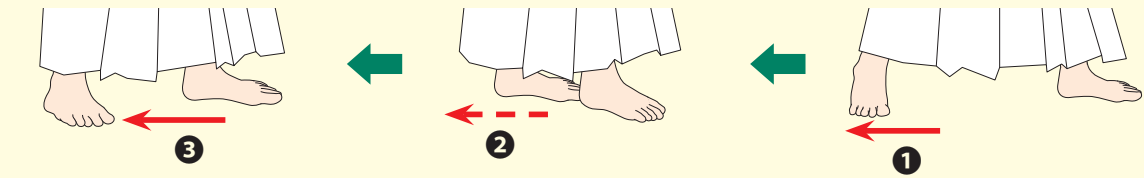
- 歩み足……構えの足から、歩くように前進・後退を行う足さばき。つま先を床から離さず、すり足で行う。

※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！」

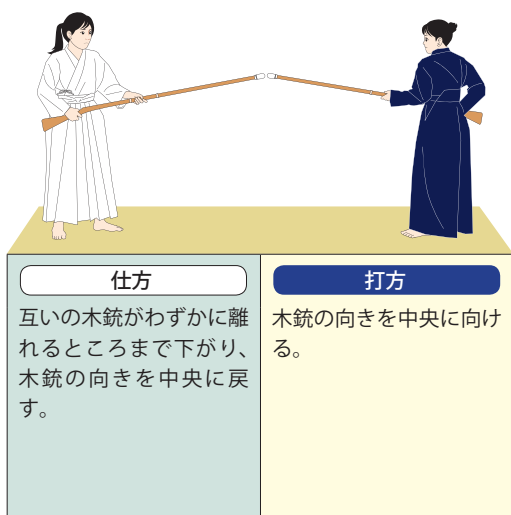
仕方	打方
「残心」と声を出しながら、左足から小さく一歩前に出て、木銃の先をわずかに打方の左手に向ける。	木銃を左に向けたまま動かない。

指導のポイント

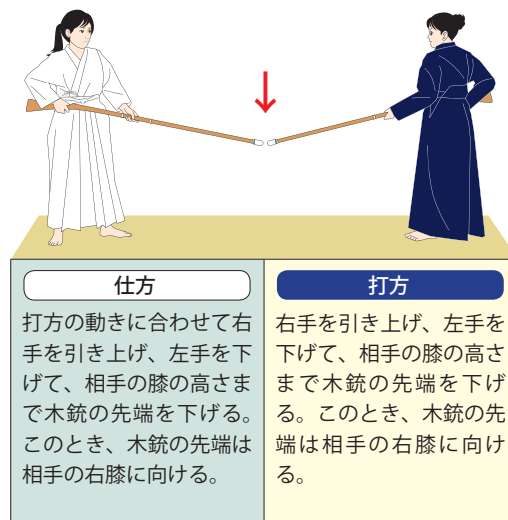
●残心とは……

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

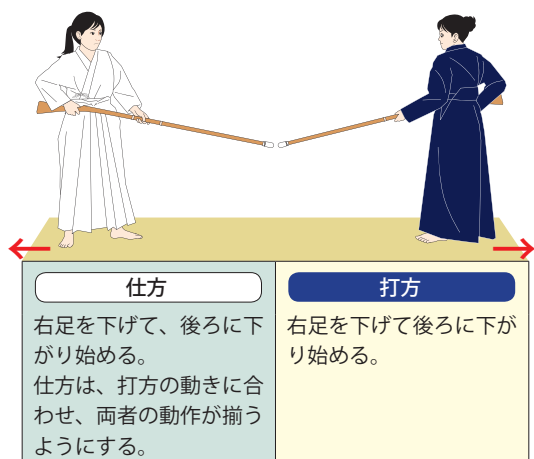


12



※この状態を「構えを解く」という。

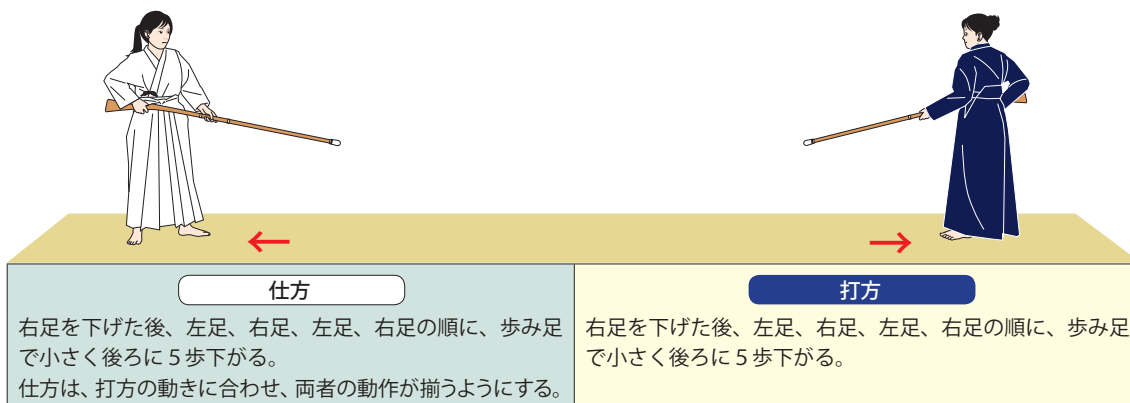
13



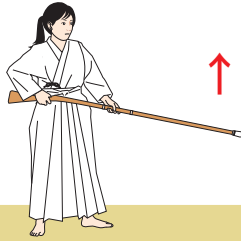
構えを解くとは……

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

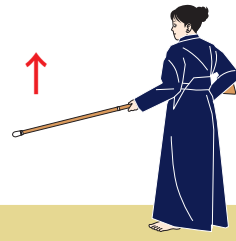


15



仕方

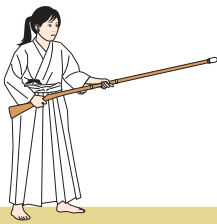
下げた木銃を構えの高さまで上げる。
仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



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]

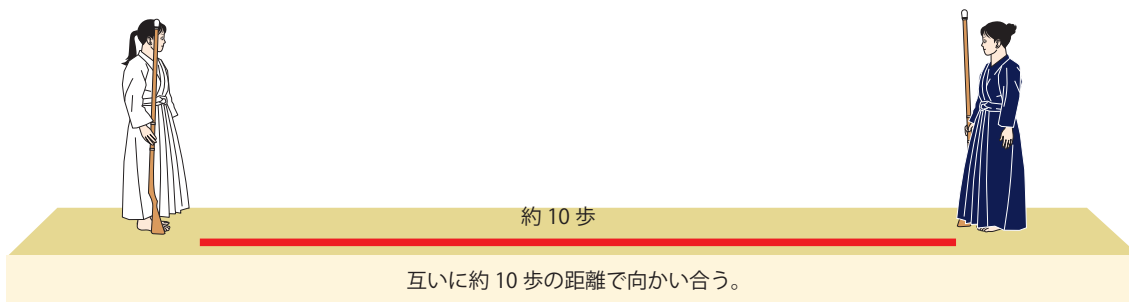
3 銃剣道の形 二本目

(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。

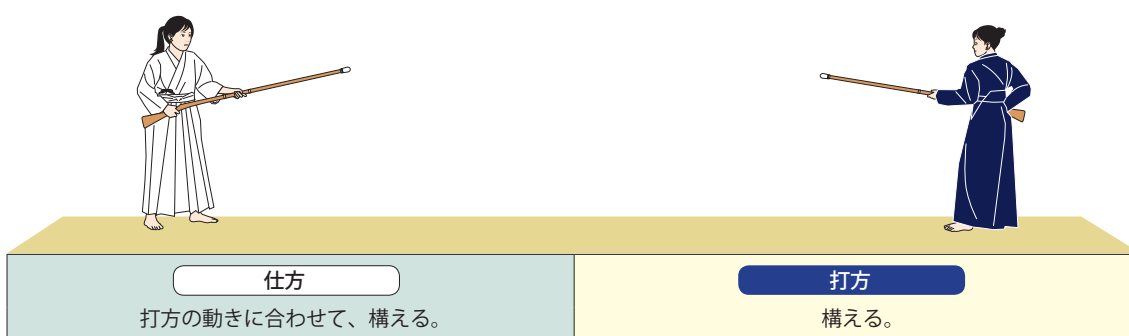
①



②



③

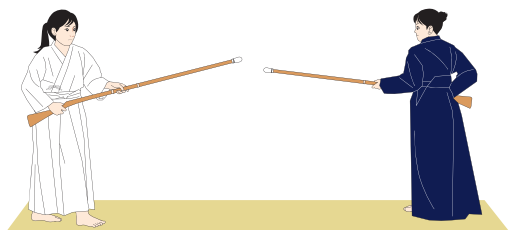


④



5

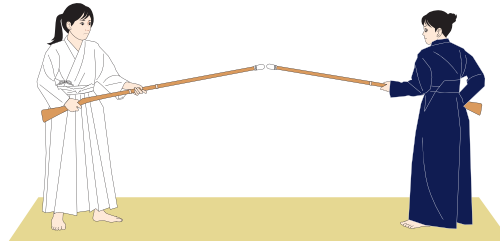
号令：「2」



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」

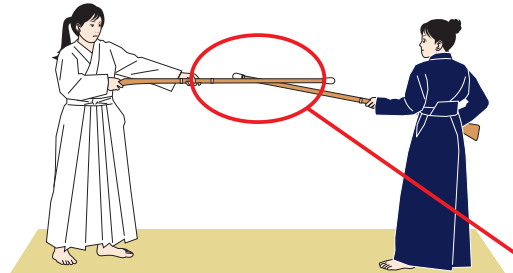


仕方	打方
打方の3の号令と動きに合わせて、左足を右足より前に出して、構えの足になる。	左足を右足より前に出して、構えの足にする。 ※「3」の号令を掛けながら行う。

7

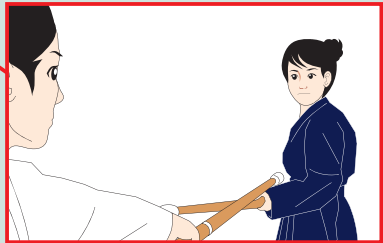
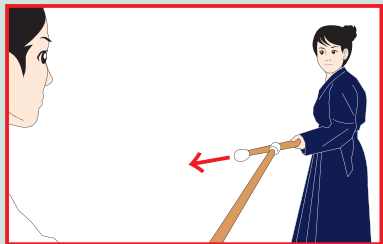
発声：「ヤーッ！」

号令：「4」

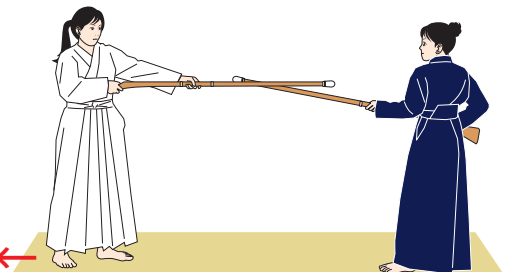


仕方	打方
打方の「4」の号令で木銃が開いたのを見て、「ヤーッ」と声を出して突く。 ※「4」の号令があるまでは、突かない。	木銃の向きを、自身から見て右に20cm程度動かす。 ※「4」の号令を掛けながら行う。

突くときの木銃の動き

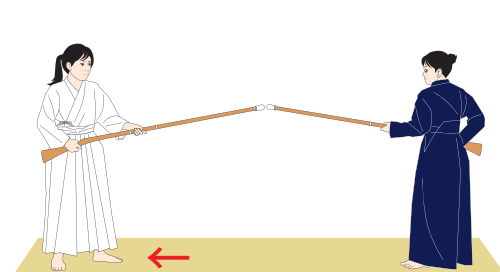


8



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。

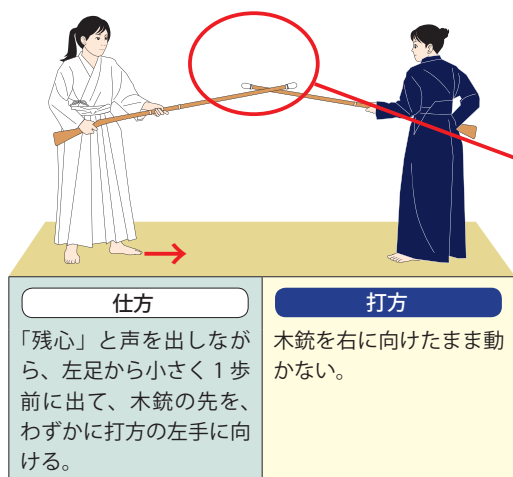
9



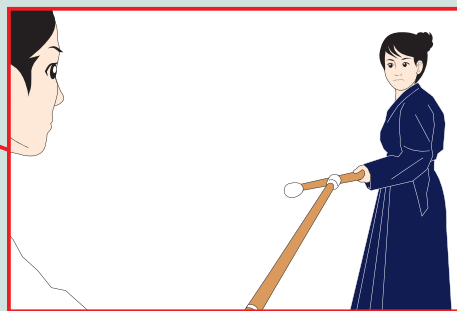
仕方	打方
木銃を引き抜いて、構えに戻る。	木銃を右に向けたまま動かない。

10

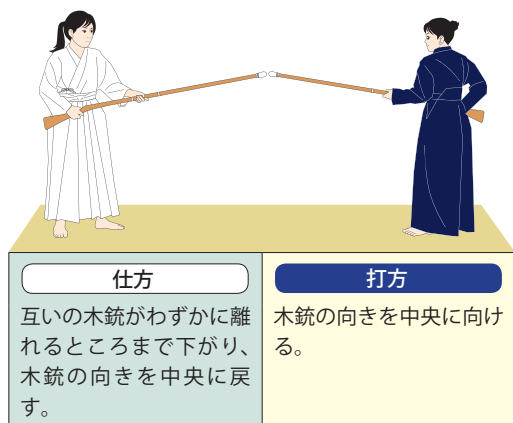
発声：「残心！」



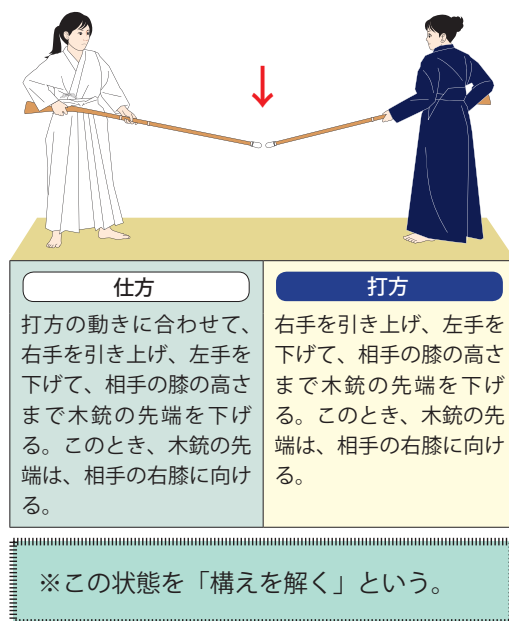
残心のときの木銃の向き



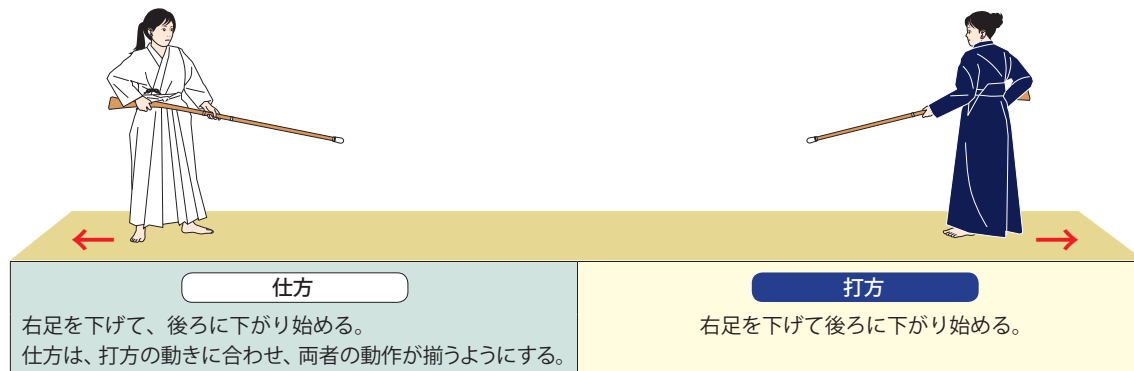
11



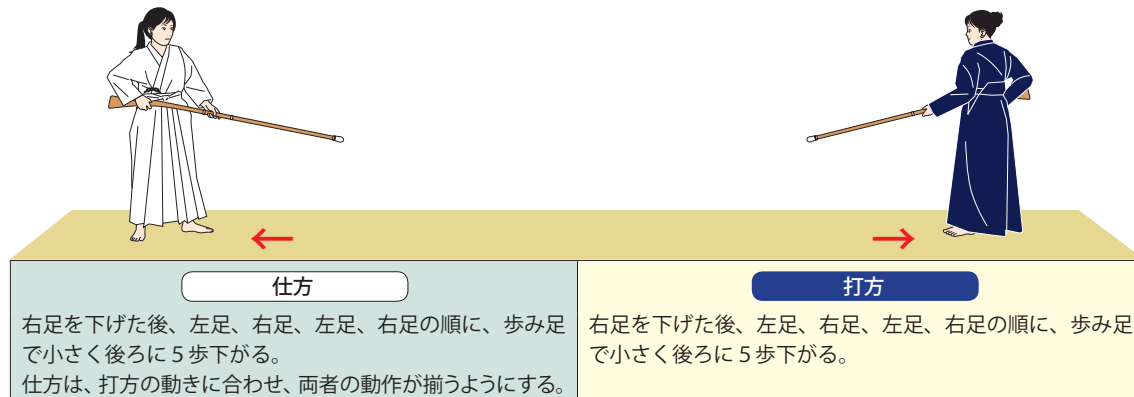
12



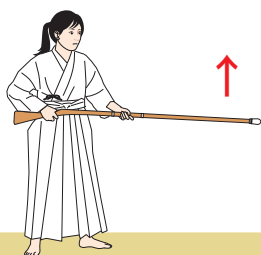
13



14

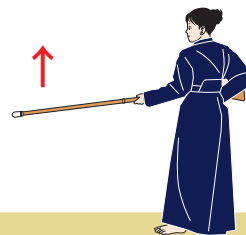


15



仕方

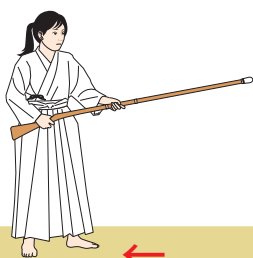
下げた木銃を、構えの高さまで上げる。
仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



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

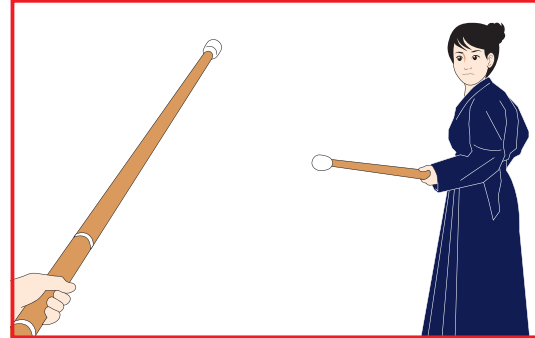
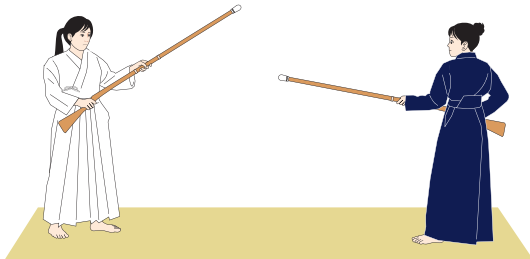
仕方と動きを合わせて、礼をする。

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



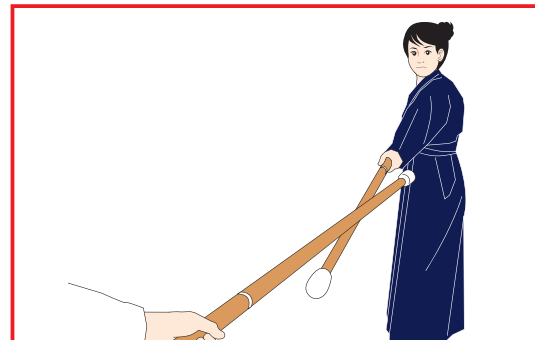
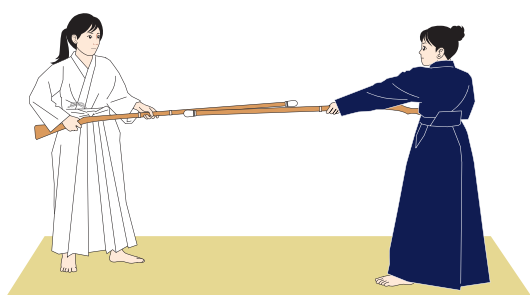
元立ち

「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



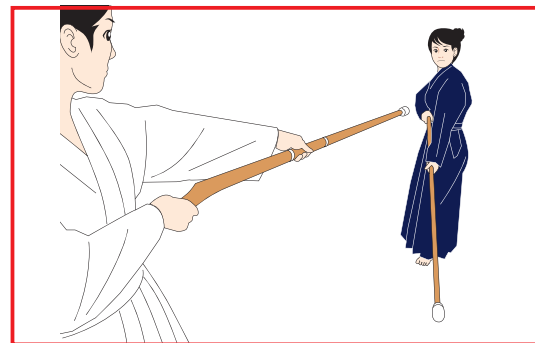
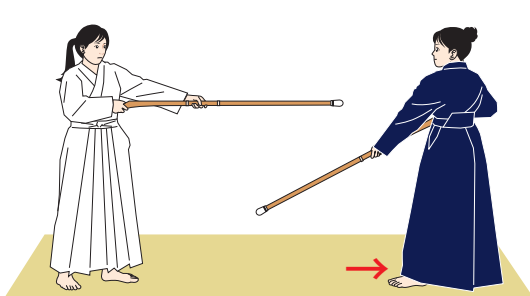
元立ち

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



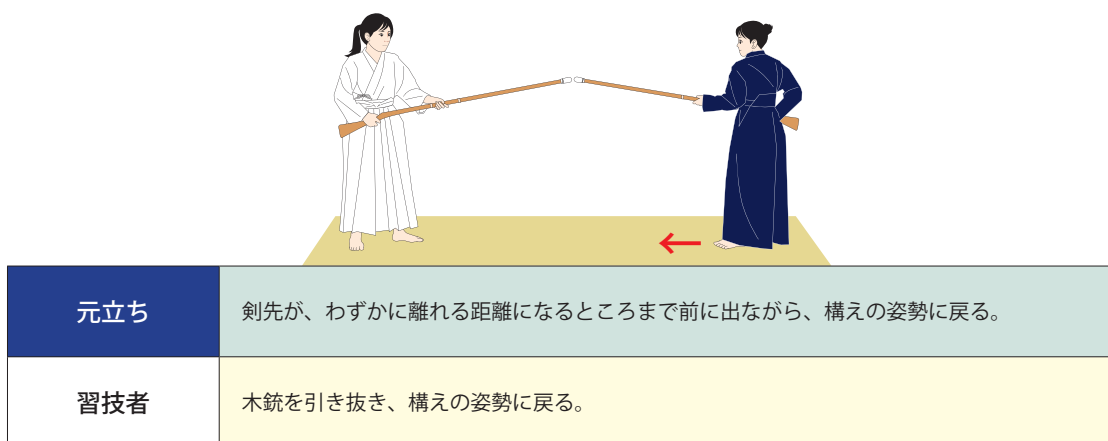
元立ち

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

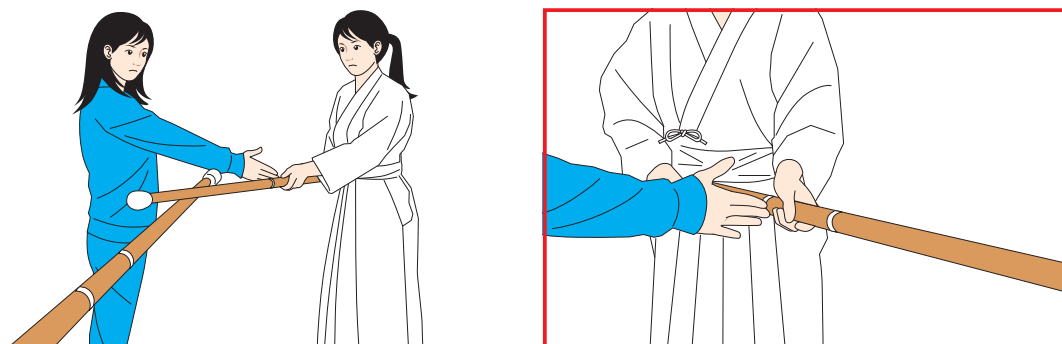
その場で足を動かさず、元立ちの左胸の方向に突く。

4



(2) 右の打ち払い練習方法

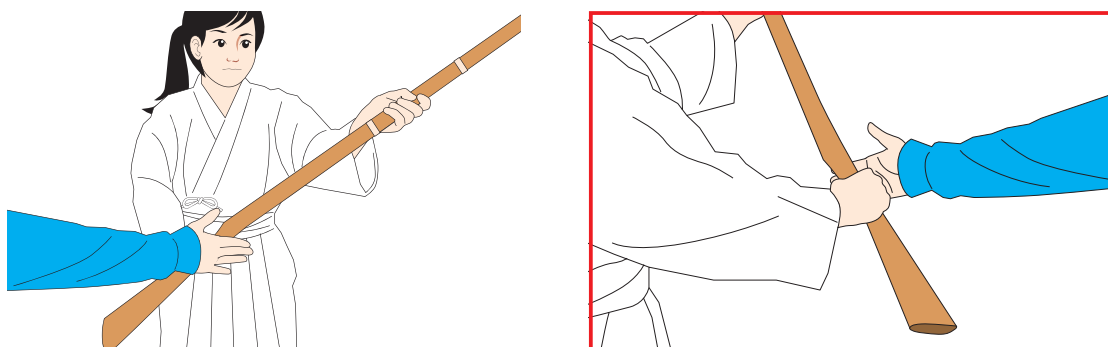
1



指導上の留意点

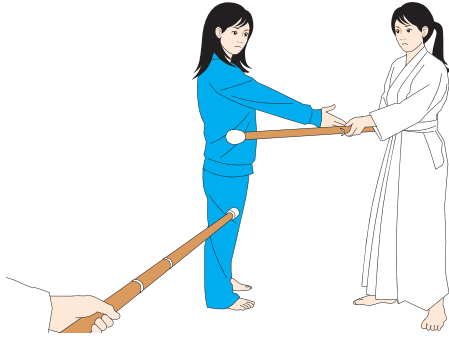
- 打ち払う者 (A)、打ち払われる者 (B)、払う際の右手の位置を示す者 (C) の3人組で行わせる。
- A は構えの姿勢、B には木銃の根元を持たせ、A と B の木銃が 25cm 程度交差する距離で向い合わせる。
C は A の右側に立たせる。
- C は、構えている A の左手の位置に、手のひらを A の側に向けて差し出させる。

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)

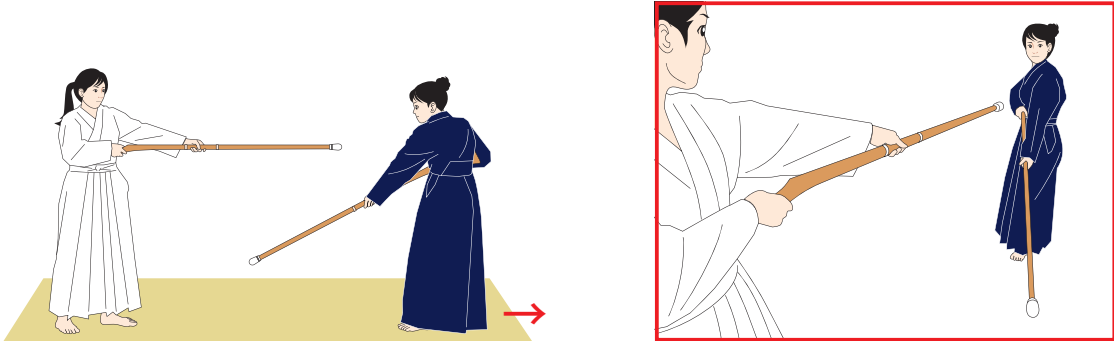
1

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

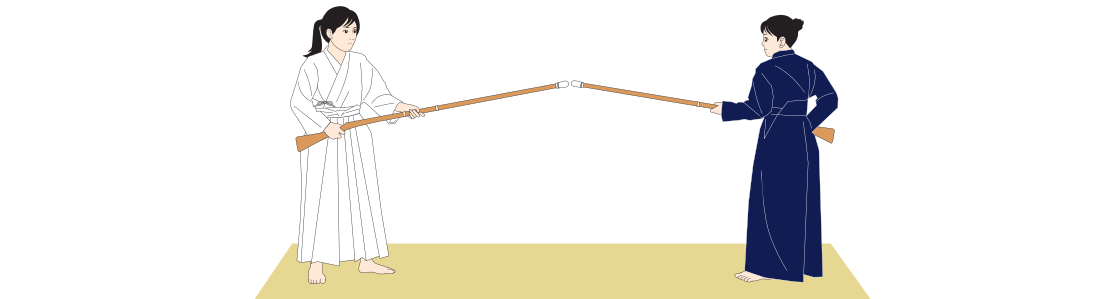
元立ち	習技者が木銃を右に動かしたら、一歩前に出ながら、習技者の左胸の方向に、ゆっくり木銃を突き出す。
習技者	元立ちが突いてきたら、右手をお腹の30cm 前のところまで持ち上げ、木銃を横に寝かすようにして、木銃の左側面で元立ちの木銃を打ち払う。 打ち払った後は、右手を腰骨のところに戻し、構えの姿勢になる。このとき、木銃の先は元立ちの左胸の方向に向いているようにする。

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。

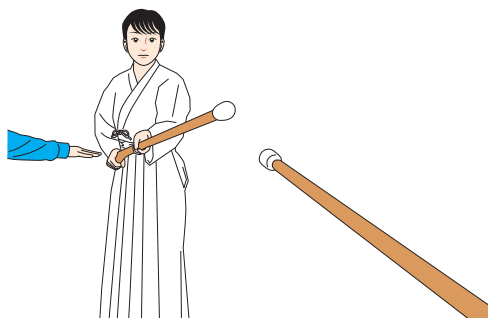
4



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

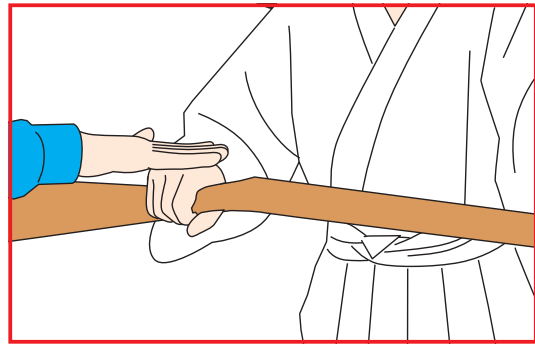
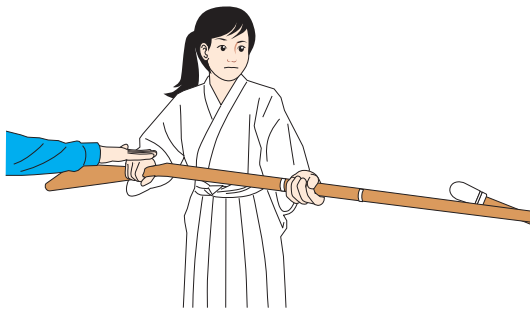
1



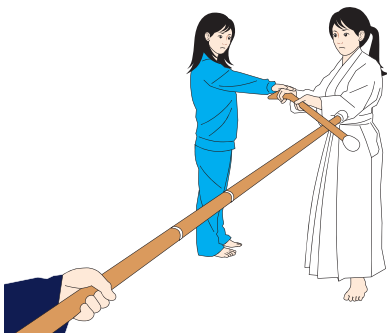
指導上の留意点

- 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

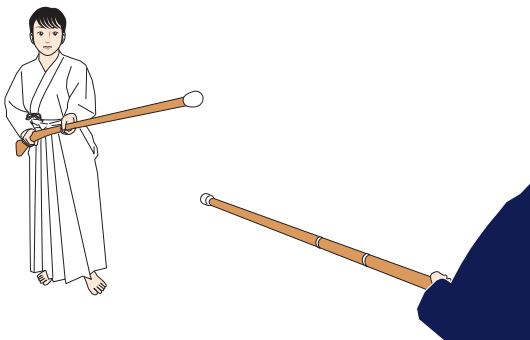


③



● 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。

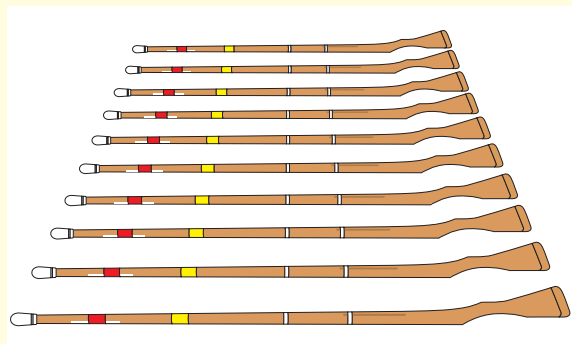
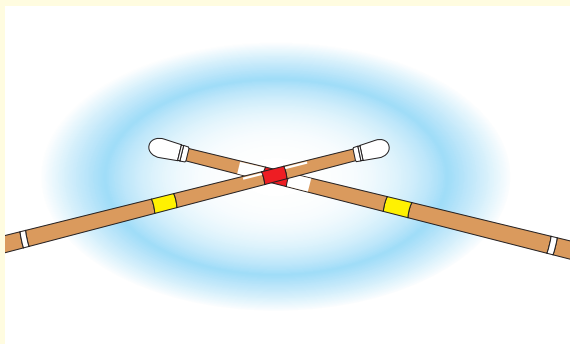
④



● 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。

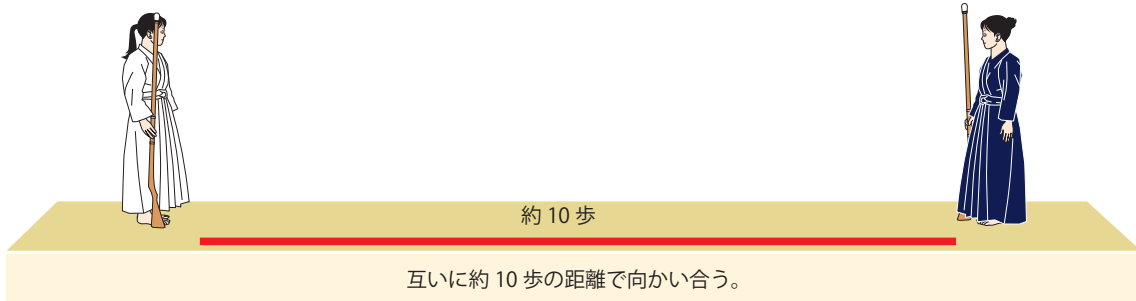
メモ

[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)

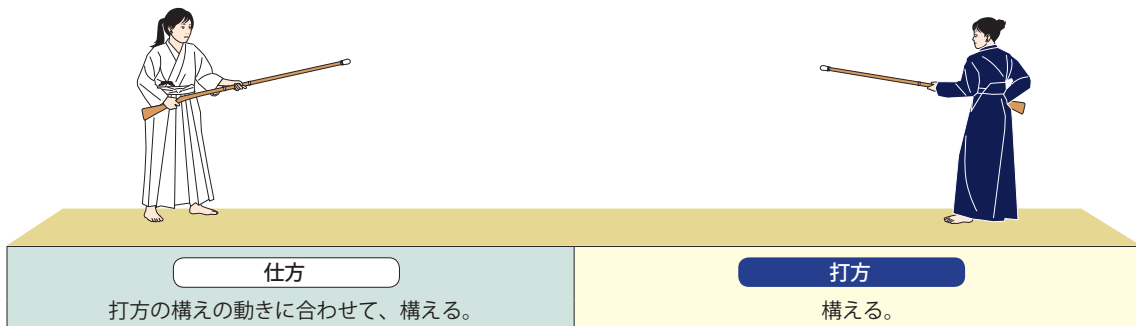
①



②



③

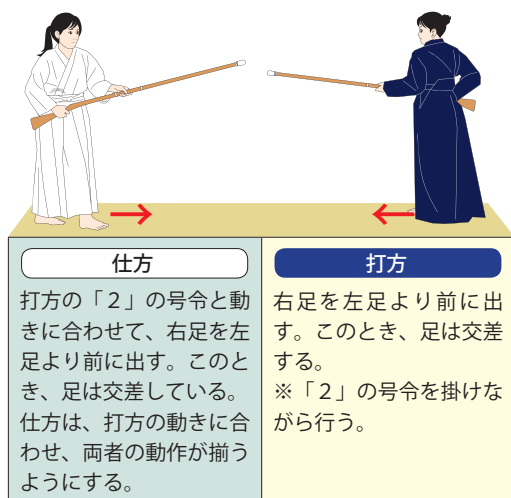


④



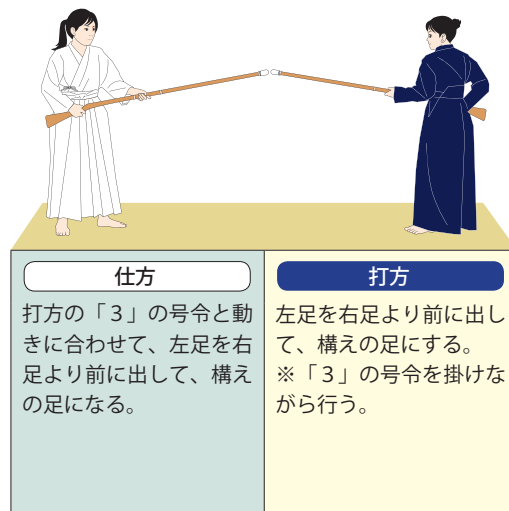
⑤

号令：「2」



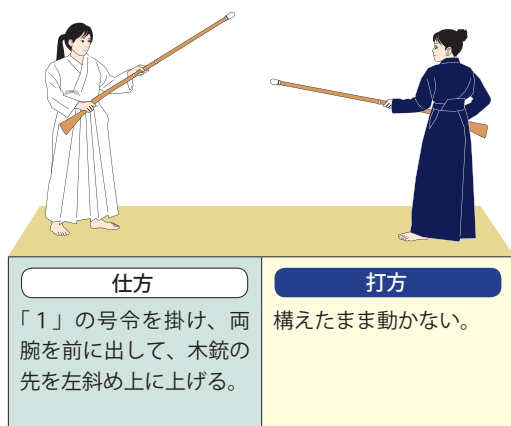
⑥

号令：「3」



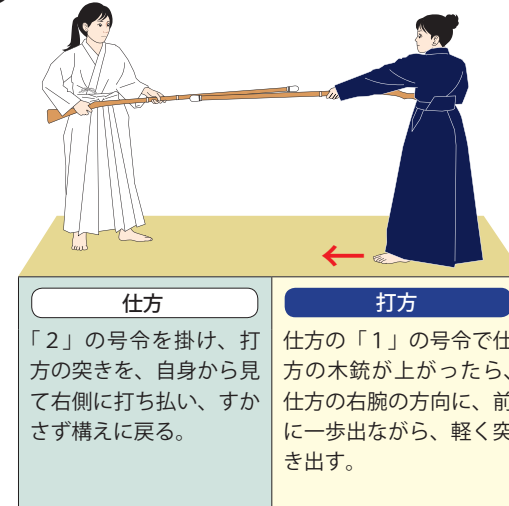
⑦

号令：「1」



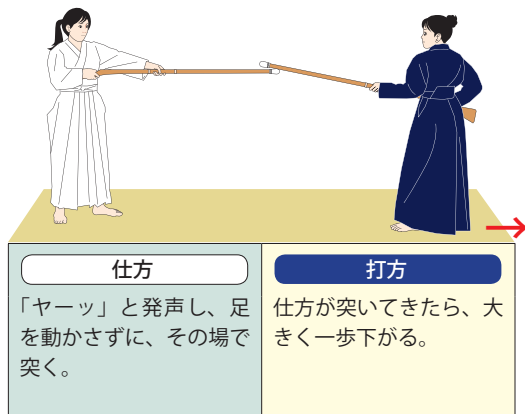
⑧

号令：「2」



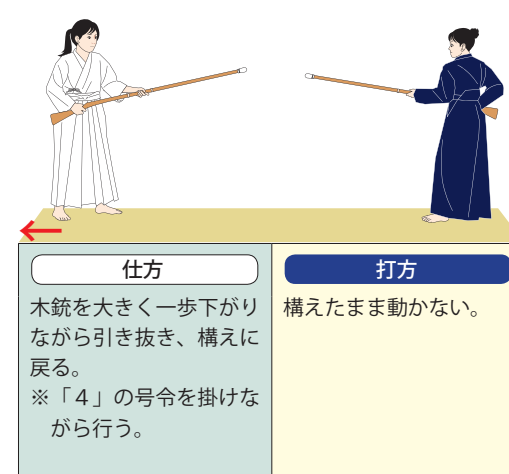
⑨

号令：「3」



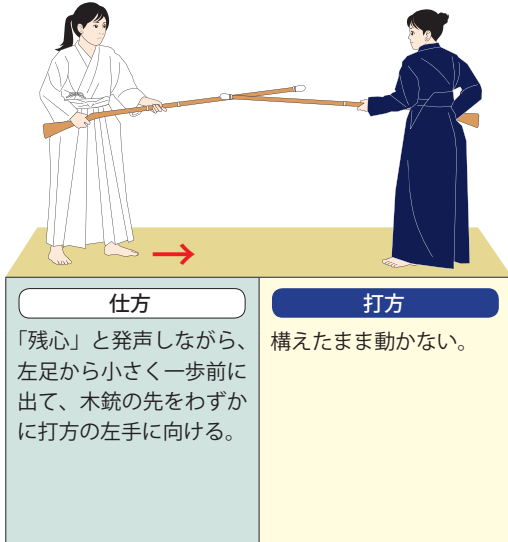
⑩

号令：「4」

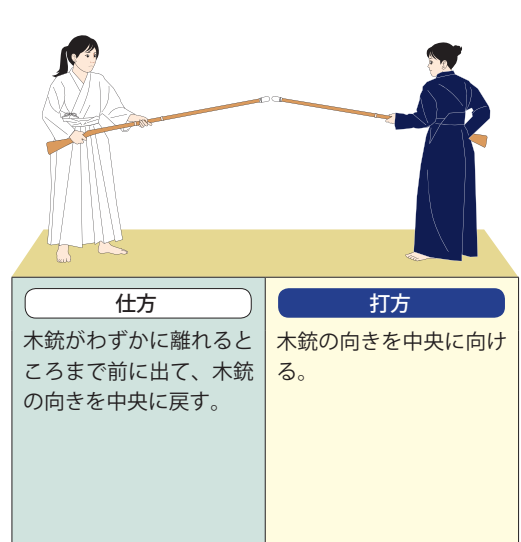


11

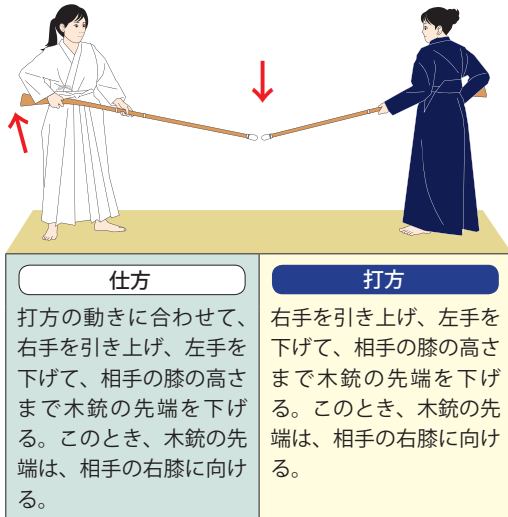
発声：「残心！」



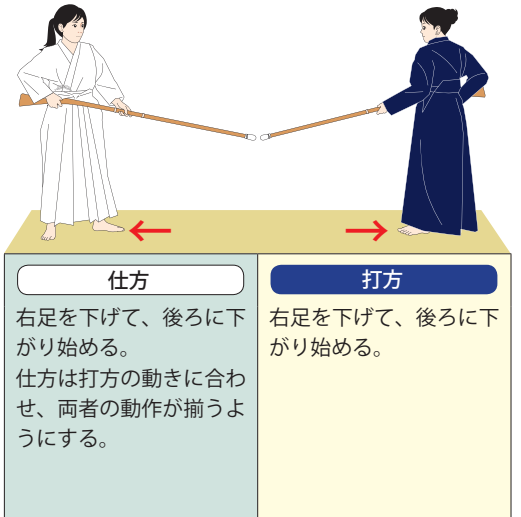
12



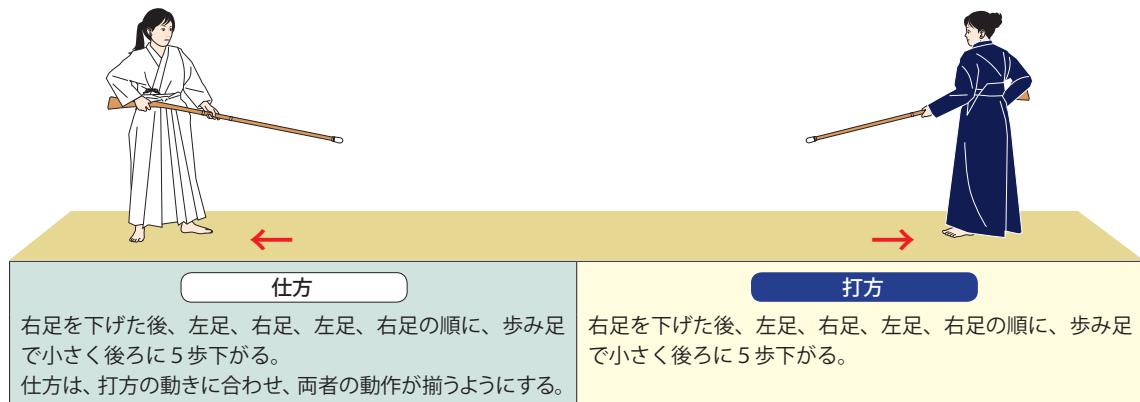
13



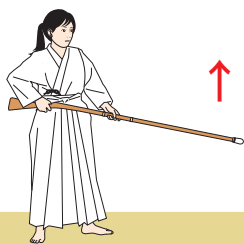
14



15

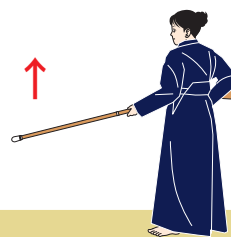


16



仕方

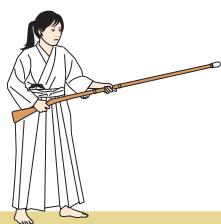
下げた木銃を構えの高さまで上げる。
仕方は、打方の動きに合わせて、両者の動作が揃うようにする。



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。



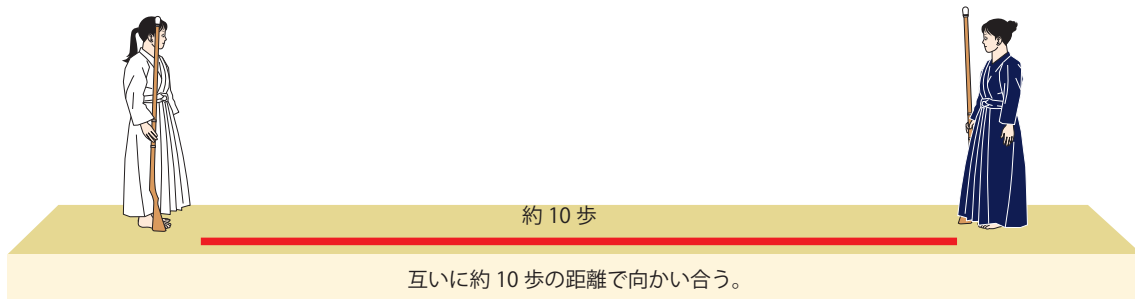
打方

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

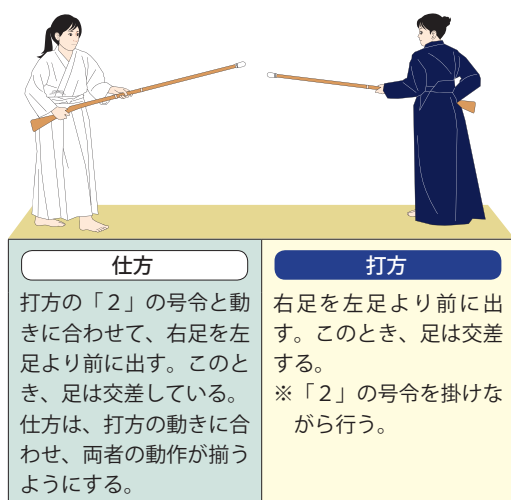


④



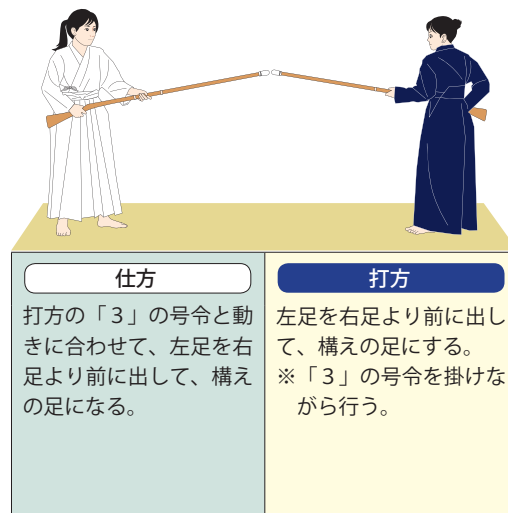
5

号令：「2」



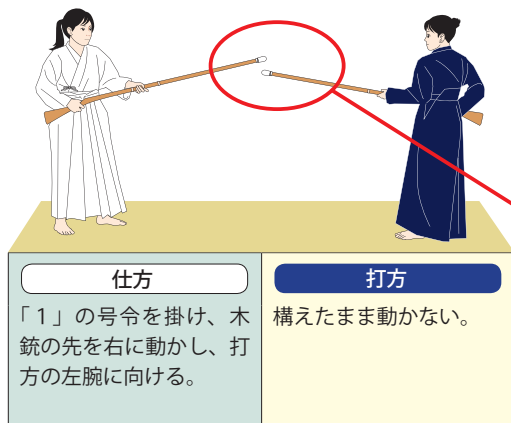
6

号令：「3」

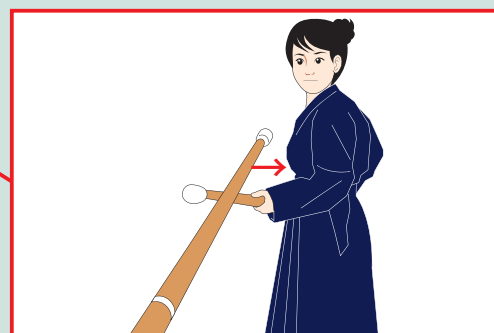


7

号令：「1」

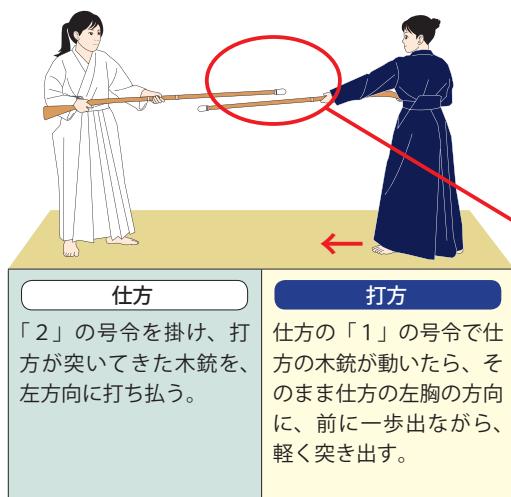


仕方の木銃の動き

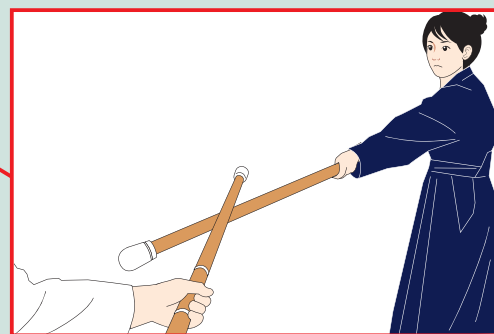


8

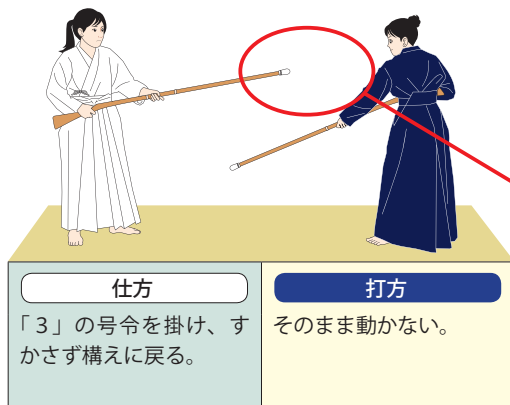
号令：「2」



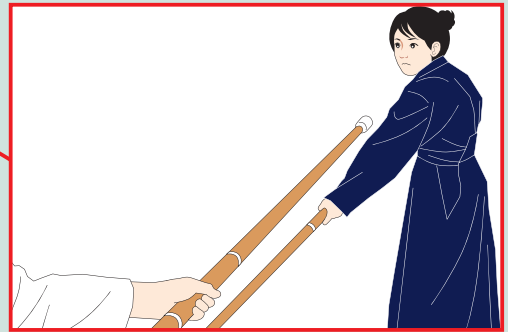
左に払ったときの木銃の位置



9 号令：「3」



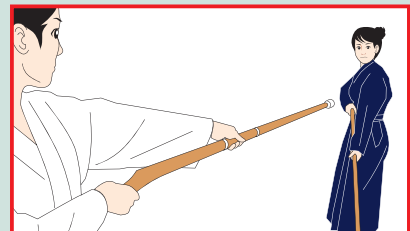
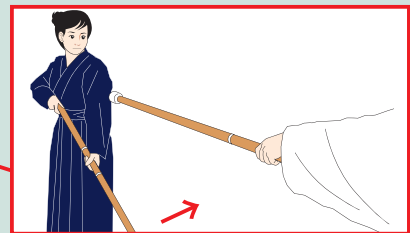
打ち払った後の木銃の位置



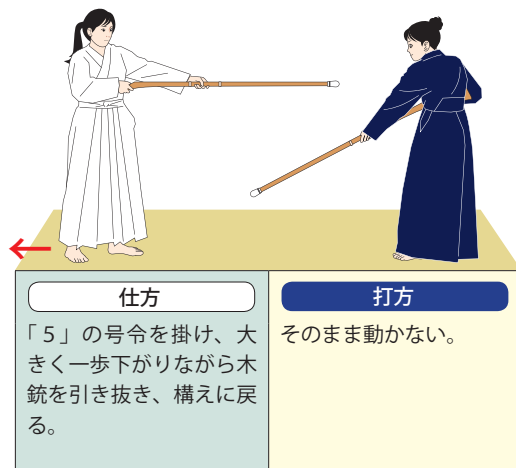
10 号令：「4」



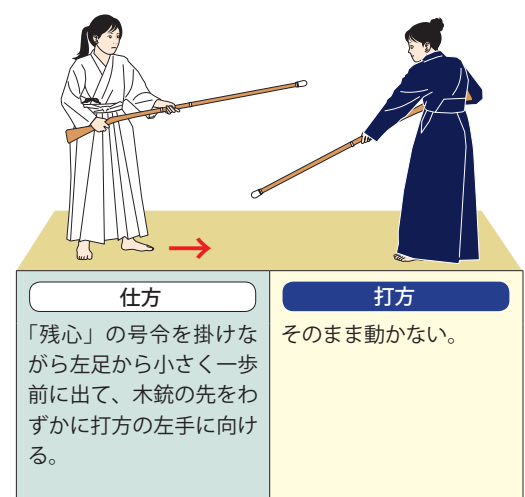
打ち払って突くときの木銃の位置



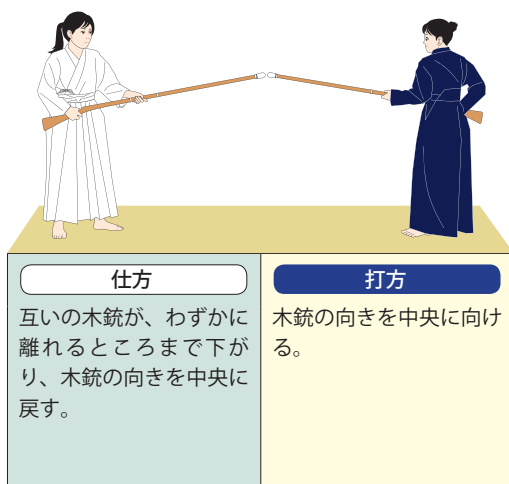
11 号令：「5」



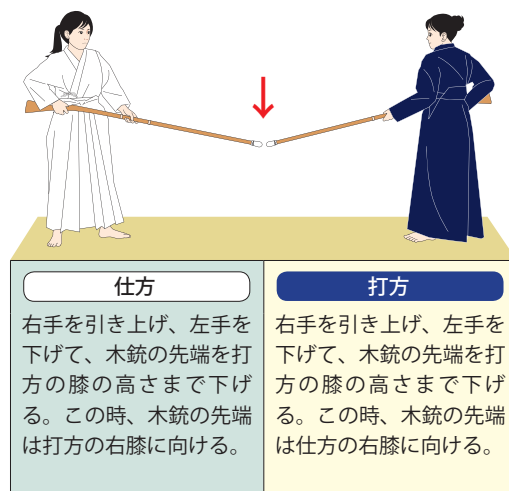
12 発声：「残心！」



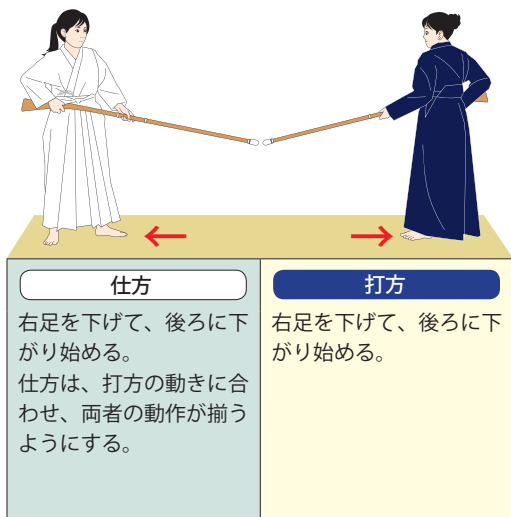
13



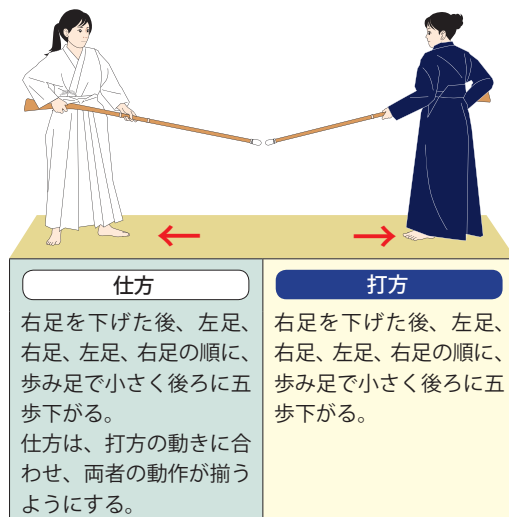
14



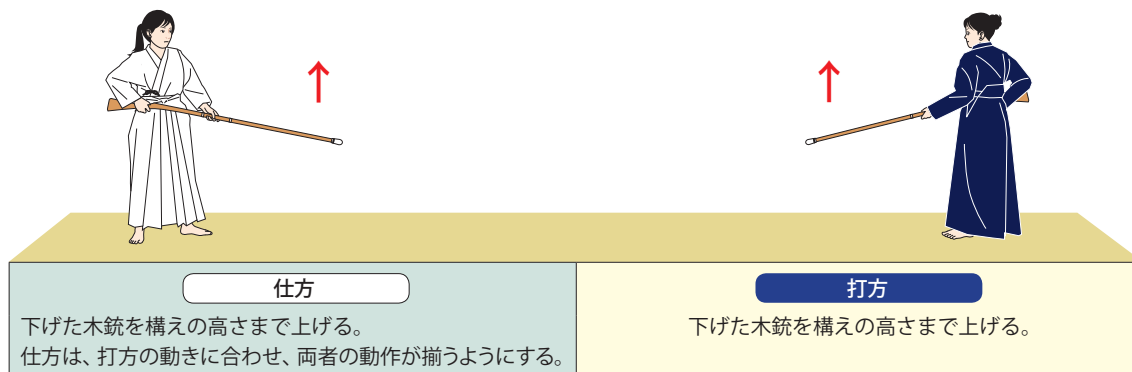
15



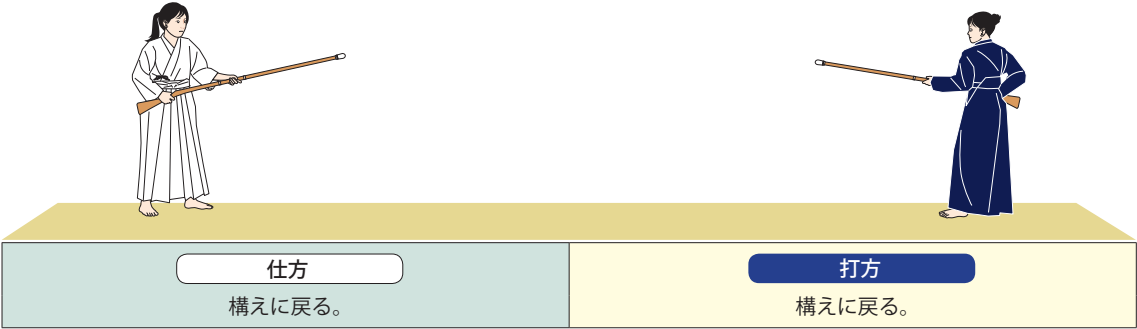
16



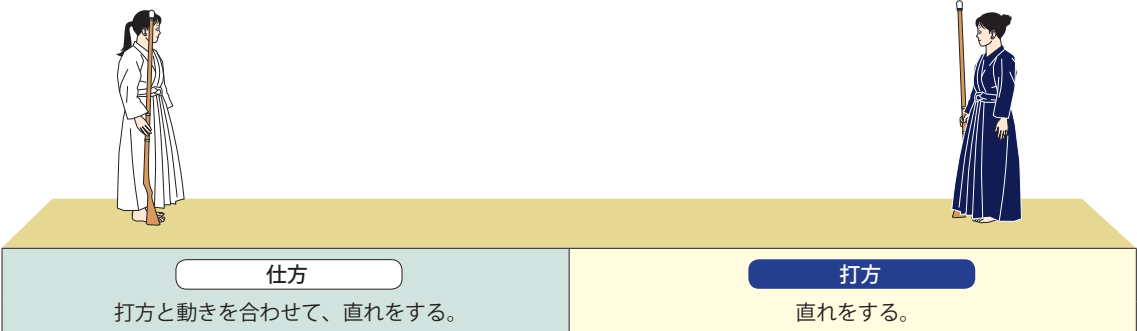
17



18



19



20

