

ドイツにおける幼少年を対象としたスポーツ教育の研究

俣 川 慶太郎・竹 田 隆 一

山形大学 教職・教育実践研究 第9号別刷

平成26年3月

ドイツにおける幼少年を対象としたスポーツ教育の研究

—幼少年向けフェンシング指導教本「*Ich lerne Fechten*」をもとに—

俣川 慶太郎¹⁾ 竹田 隆一²⁾

2001年から翌年にかけて、ドイツ初の幼少年向けフェンシング指導教本が2巻の姉妹本として刊行された。その後、両書とも改訂版が出され、英訳本も刊行されている。さらに、乗馬、射撃、体操、柔道等、10種目以上で同様のシリーズが刊行されていった。このように急速に広まっていった要因は、本書が東西ドイツフェンシングの潮流を継承していることや、幼少年自身が読んで書き込める体裁と内容であることがあげられる。しかしその根底には、スポーツを通して得られる様々な経験によって幼少年を教育していこうとするドイツにおけるスポーツ教育の理念が窺える。この理念を中核として、幼少年フェンサーに対しては、厳しい練習や勝敗を受け入れる経験を通して社会人としての自立を促そうとすること。保護者に対しては、子どもを認め、度を越した望みは慎むこと。指導者に対しては、子どもに干渉し過ぎないこと等の提言がなされている。このようなスポーツ教育についての理念は、現在我が国でも真摯に取り組むべき事柄であるから、本書の内容を吟味し、実践することは、今後の日本における幼少年を対象としたスポーツ指導に有用と考える。

キーワード：ドイツ 幼少年 フェンシング 指導教本 スポーツ教育

1 はじめに

本書は、旧東ドイツフェンシング協会 (DFV) 会長でありライプツィヒ身体文化大学教授、統一後はドイツフェンシング連盟 (DFB) 副会長 (後に事務総長) を務め、現在はケルンにあるコーチアカデミーの副会長であるベルント・パート Prof. Dr. Berndt Barth と、その子女で長年基礎学校の教師であったカトリン・パート Katrin Barth の共著である。この教本作成の下地にあるのが、その前年に出版されたベルント・パートとエミール・ベック Emil Beck との共編著「*Fechtraining*」である。

エミール・ベックは旧西ドイツを代表する指導者 *Cheftrainer-DFB* であり、彼が 1970 年代に開発した技術指導メソッド「ベック・システム」によって、国際的に活躍するフェンサーが多数輩出された。「ベック・システム」とは、フェンシングの動きを大きく 4 段階に区分し、それぞれを 12～17 の動きで構成される 2～4 のレッスン単位に配列した指導法である。このことにより、初心者から上級者までフェンサーの技術に合わせたレッス

ンが、極めて効率よく行われるようになった。

一方、東西ドイツ統一直前に 14 歳以下のフェンサーが 52.6% を占めていた旧東ドイツフェンシング協会 (DFV) でも、期を同じくして会長ベルント・パートによる編著書「*Fechten*」で科学的な指導法の研究が結実していた。つまり、パートとベックの共編著「*Fechtraining*」こそは東西ドイツを代表する指導者が著した教本であり、今ではドイツ各地のフェンシング教室 *Fechtschule* のパイプルとなっている。

さて、「ベック・システム」のような動きの体系化によっても、なお幼少年指導に十分な効果が達成できるとは言えない。様々な経験差と年齢層を抱えるフェンシング教室では、初めて剣を持つ幼少年フェンサーに対してかかり切りになれる時間はわずかである。しかも、説明しなければならない内容が多いため、活動量が不足しがちになり、多くの時間を同年齢の練習グループに入れて教え合わせるか、ひとりで練習させるかの選択になる。本書は、その課題を幼少年フェンサーに直接働きかけることで解決しようとする指導教本である。

なお、ドイツでは、人間はスポーツをすることによって、自分自身の身体 (身体の経験)、努力すること (人格

1) 米沢市立広幡小学校

2) 山形大学 地域教育文化学部

の経験),他人との結びつき(社会的経験),道具や自然などの環境世界(モノの経験)などの様々な経験をし,その経験を通して人間形成を実現していくというスポーツ教育の理念がある。このような考え方が,本著書に大きな影響を与えているだろう。

以上をふまえ,本研究の目的は,幼少年向けフェンシング指導教本から,その特徴を抽出し,有用性を探ることにある。フェンシング指導固有の特徴,あるいはスポーツ教育からみた特徴が抽出できれば,これからの幼少年指導のあり方を考えるうえで有益な示唆を得るであろう。

2 本書の概要

本書「*Ich lerne Fechten*」と続編「*Ich trainiere Fechten*」は,それぞれ幼少年フェンサー自身が読むために書かれた指導教本の嚆矢である。前者はおおよそ9歳から11歳までの入門期のフェンサーに向けて,後者は11歳から14歳に向けて書かれている。

二書は解説書であるとともにドリルでもある。フロレッティ Floretti という剣を擬人化したキャラクターが登場し,読者にアドバイスをしたり,家でできる練習方法を紹介したりしている。また,各章の内容に沿って,読者が考えた動きのアイデア等を書き込めるようになっている。

以下に「*Ich lerne Fechten*」各章の概要を述べる。

(1) 著者より—幼少年フェンサーへのアドバイス(1章)

どうしてフェンシングに興味を持ったかは大切ではなく,フェンシングを熱中するスポーツにできるかが大切である。良いフェンサーは短距離走者のように速く,手品師のように巧みで,チェスプレーヤーのように賢い。そうなるには,フェンシングと同じくらい体操やスキー,水泳等,あらゆる運動をしなければならない。しかし,フェンシングを通じてのみフェンシングは学べる。

フェンシングが自分に向いているか以下の質問でセルフチェックすることを勧める。

- ① スポーツが好きか,動き回るのも好きか
- ② 他の子と一緒にいるのが好きか
- ③ 他の誰かと戦うのは怖くないか
- ④ 他の子よりもうまくなりたいし,勝ちたいと思うか
- ⑤ 他の誰もができるわけではない特別なことを習いたいか

この結果,自分に向いているとしても,続けていくのであればフェンシング以外にたくさんのことを学ばな

ければならない。ベストを尽くして勝敗を決する経験を通して,次第にたくましくなっていくのが周囲にも分かるだろう。

(2) 生死をかけた決闘

—フェンシングの昔から現在まで(2章)

ここでは,生き残るためには勝つことが唯一の方法だった時代から,スポーツ用の武器に発展してルールが生まれトーナメントが始まり,オリンピック大会の競技種目になって「古典的」スポーツと言われるに至る歴史を概観している。

フェンシングでは,あらゆる予防策がフェンサーを護るためにとられ,不完全な装備は許されない。そして,インストラクターの指示どおり準備すればフェンシングは危険でなく,決して怖がることはない。

(3) オリンピックチャンピオンにインタビュー(3章)

オリンピック金メダリストのアーント・シュミットがフロレッティにインタビューされている。

初めにフェンシングが好きなの理由を聞かれ,誰も試合の成り行きを予測できないから,いつも白熱して心をそそると答えている。

次にフェンサーに必要な条件について,素早く柔らかい動き,正しい技術,強靱な神経であると答えている。シュミットは続けて,おもしろくなったら,そこでやめてはいけない。学校や家族,友達に背を向けてはいけない。スポーツを通してたくさんのことを得るだろうが,それは人生のほんのわずかな部分で,勝ち負けが人間を変えるのではないと幼少年フェンサーに呼びかけている。

(4) 努力なくして賞賛なし

—正しい調整は,健康と生活習慣から(4章)

良いフェンサーになりたかったら,何が自分のゴールなのか,そこに到達するために何が必要かを自分に問うことを勧める。

ゴールに到達するには,練習こそが第一である。

もし,自分がいる練習グループのフェンサーに一度でも勝てば,今度はもっと強いフェンサーに挑戦したくなり,もっと高いゴールにセットされるだろう。活発に動いて怪我をしなければ筋肉は強くなっていくので,練習は入念にすべきである。

第二に,健康で良い体調を保つことでゴールに到達することができる。

ここでは、食事、水分補給、健診、朝起きについて述べる。

- ① 食事について、練習の後はお腹が空いているのでおいしいが、脂肪の摂り過ぎに注意すること。栄養はパスタやパン、米と、少量の肉、魚、鳥、そして低脂肪ミルクやヨーグルト、チーズも合わせて摂ると良い。必須ビタミンは、果物、野菜、サラダから摂る。様々な食べ物を取ることで適切な食事ができる。
- ② 水分補給について、甘いドリンクは練習や試合が始まる直前に飲むことができるが、練習中と試合中は水か果汁を入れた水か、少しだけ蜂蜜を入れた紅茶で水分補給するのがよい。果汁やソフトドリンクでは、適切な水分補給ができない。水分補給は少しずつ何回も摂るのが良い。
- ③ 健診について、病気でなくても1年に一度は医師の健診を受けること。医師に、フェンシングを習っていることやどんな練習をしているか話すこと。予防接種を受けて、栄養の話も聞くこと。
- ④ 朝起きについて、目覚ましが鳴ったら二度寝しないで起きること。今日は何をしようか、何を期待しようかと考えることで、目覚めを助ける。数分間の朝の体操で血流が活発になる。体操の後は冷たいシャワーを浴びると、抵抗力を高め風邪予防にもなる。朝食は健康に良くておいしい食べ物、ミルク、シリアル、全粒パン、果物、その後は歯磨きを忘れないこと。体操例を示すので、そこに自分で考えた体操の絵も書き足そう。

(5) 装備—安全のために正しい服装で(5章)

フェンシングが楽しくなって続けたいと思ったら自分の装備を揃えるのが一番である。フェンシングスーツの生地はケブラー繊維できていて、各着衣の着用方法が決められている。また、12歳以下は小さな剣を使用する。

フェンシングは、決して安上がりなスポーツではないので、インストラクターに装備を見つけてもらうか、クラブを通して買うか、引退した人からもらうのもよいし、クリスマスや誕生日のプレゼントに頼むのもよい。

ボディークワイヤーと電気剣を準備したら、全部の装備を剣が入る長さのフェンシングバッグに詰め込もう。そして、自分で装備を調えることができるようになる。

ジグソーパズルを解いてフェンシングの装備を7つ探し出すこと。チェックリストを使って試合前に自分で確かめること。空欄には必要だと思うリストを書き足そう。

正しい装備を調べ、適切に扱うことで安全が保たれる。そのために、以下の8項目を守ること。

- ① 着衣や装備は、家で詰め込む時に確認すること。フェンシングスーツに穴は空いていないか、ボタンやベルクロは外れていないか、ジッパーはかかるか。マスクの網目は凹んでいないか。
- ② 仲間と向かい合ってフェンシングするときは、いつも完全装備でストックを膝下まで上げること。
- ③ 向かい合ってフェンシングするときは、お互いに必ずマスクを着用すること。何かやって見せたい時でも、マスクをつけたままですること。
- ④ 剣が壊れたりしていないか、できる限り点検すること。これは、フェンシングではフェアなことで、仲間を練習中の剣による怪我から守ることになる。
- ⑤ グローブをはめていない方の手で、剣に触れないこと。細かい金属片で傷ついてしまう。
- ⑥ 仲間も同じように完全な装備をしていることが必要であること。装備に足りないところを見つけたら、それがなおるまでフェンシングを始めてはいけない。
- ⑦ インストラクターの指示に注意を集中すること。剣を振り回してしまうと、気づかないうちに友達に怪我をさせてしまう。
- ⑧ ジムの外では、いつもフェンシングバッグに武器をしまっておくこと。友達に見せてもよいが、フェンシングの動きをやって見せてはいけない。もし友達がやってみたいと言ったら、ジムに連れてくるように。そこで、必要な着衣を借りられるだろう。そして、フェンシングは簡単なものではないとすぐに分かり、連れてきた人やインストラクターのことを少し尊敬するだろう。

(6) 武器がなければできません

—三種目の武器と正しい持ち方(6章)

ここでは、武器各部の名称とグリップ(握り)の特性、サーブルが他の武器より剣身が少しだけ短いこと等を説明している。

剣をしっかりつかむには、グリップの形はとても大切で、また武器によってグリップも違う。多くのフルレとエペのフェンサーは、成形グリップを使う。しかし、初めのうちは指の力を強めたり動きを巧みにするため、フレンチグリップで練習するようインストラクターから勧められる。

素早い剣さばきができるようになるには巧みな指使い

が必要で、初めて手紙を書いた時の難しさや、初めてナイフとフォークを使った時の面倒くささと同じである。今の自分には何でもないことでも、長い間練習したからできたことであって、箸を使って食べるのが初めてと同じことである。何事にも、それにふさわしい操作の仕方がある。

指の体操から始まる家でできる練習を紹介するので、毎日やることを勧める。

(7) フェンシングの三種目(7章)

三種目の武器、得点、ターゲット(得点可能な場所)、優先権について解説している。

武器の種類によって基本的な練習法が違うが、どの武器で基礎練習をしたからといって深い関わりはなく、後になってから、フルーレ、エペ、サーブルを選べばよい。

フルーレの優先権ルールでは、両方が同時に突いた場合は、先に攻撃を仕掛けたほうか、または相手の攻撃をはね返した方が有効と認められる。

エペでは優先権はなく、早く突いた方に得点が入り、両方が同時に突くと両方に得点が入る。

サーブルでも、フルーレと同じく優先権ルールがある。サーブルは斬ったり突いたりする武器で、斬っても突いても得点になる。このことが、サーブルがほかの種目と、グリップの握り方が少し違う理由である。また、間合いもフルーレとは違ってくる。

二人のフェンサーの絵を見比べ違いを探したり、数字に従ってマスを塗り分けたりしてみよう。

(8) どんな技術を知ることが必要か(8章)

ここでは、挨拶から始まり、構え *Fechthaltung*、剣先の方向、前進と後退、ファール *Ausfall*、突き、斬りの順に動きを解説する。

構えはフェンサーにとって最も便利な姿勢である。なぜならば身をかがめているために足の筋肉が機能している、相手がこちらの意志を読む隙を与えずに攻撃に入れるからである。ターゲットは剣の位置と手首の回転によって8つのポジションに区分けされる。

フルーレやエペの基本練習では、8つのうち、シクスト、カルト、オクタブの3つだけが使われる。サーベルでは、ティアス、クイント、カルトである。

フルーレとエペのポジションは、初めはシクストから習う。シクストでは外転と言って、ちょうどスプーンを持つように手の内側を心持ち上に回す。

カルトでは、内転と言って、ちょうどナイフを持つよ

うに手首は心持ち下を向ける。

続いて、あるポジションから別のポジションへ縦、横、対角線の移動を説明と図示で解説する。

自分の剣の鏢に相手の剣先が押し付けられたとき、自分の剣の根元と、相手の剣先で三角形ができる。フェンサーは、これを「三角形のコントロール *Bindungsdreieck*」と呼んでいる。これは斬りに対しては必要ない。剣を結ぶときには、自分の剣の根元と相手の剣先でやるのが効果がある。強い部分で弱い部分をコントロールできるからである。

(9) 素早く、そして賢く

ー 作戦のあるフェンシングは最高に楽しい(9章)

フェンシングは剣を使ったチェスである。

ここでは、間合い、瞬間、作戦、攻撃、防御、突き返し、複合アタックの順に定義や方法を解説する。

二人のフェンサーの距離を、間合い *Mensur* と呼ぶ。間合いは、三つの違う距離からできている。相手が危険を感じて下がることを、間合いを開くという。時には速く時にはゆっくりと、または小さく大きく、前後に動かす歩数をいろいろ変えることを「間合いのゲーム *Mensurspiel*」という。これをやりだすと、相手は間合いを予測できずに困ってしまう。

攻撃と守りの正しいタイミングのことを瞬間 *Moment* と呼び、それを生み出すには3つの方法がある。

- ① 相手を驚かすこと
- ② 注意深く相手を観察し、相手の動きから何を企んでいるのか探ること
- ③ 動きをほのめかしたり、相手の注意を逸らしたりすること

作戦 *Taktik* とは、計画的で賢く巧妙に仕組まれていて、相手を驚かせたり注意をそらしたり、騙したりするようなものを指す。相手はいつも観察されて、不注意なところがあれば利用されてしまう。このようにして得点できるチャンスが生まれる。

良い作戦家は誰でも、自分を晒さずに相手の強さや弱さや意図を推し量り、トリックを仕掛けて裏をかく。作戦を持つことで、自分の技術やスタイルを活かしきって相手に打ち勝つ。

攻撃は最大の防御である。攻撃する人は、その瞬間と正しい間合いを選び、どの種類の攻撃を仕掛けるか、どんな技術を使うかを決めることができ、有利になる。また、攻撃を仕掛けた方に優先権がある。

防御について、フェンシングでは、あらゆる距離は突き返せる距離である。もし、相手が攻撃してきたら、最初にすることは防御すること。その後で、自分が攻撃する準備に入る。こういう防御のことを、パラード Parade と言う。防御では、下がったり飛び退いたりすることもできる。このことを「体を使ったパラード Körperparade」と言う。または、自分の剣で相手の剣を払うこともできる。このことを「剣を使ったパラード Klingeparade」と言う。(前章では「取り除くこと Beseitigung」と書いた。)こちらから自分が好きな部分のターゲットに相手を「誘い込み Einladung」することもできる。

パラードが成功すれば優位に立てる。このことは、できる限り早くカウンター攻撃か、リポスの準備に入るべきだということである。よく、良い防御は議論のようであると言われる。ひとりが何かしゃべる(攻撃する)と、もうひとりが応答する(防御する)。このように攻撃と防御、カウンター攻撃が前へ後ろへと繰り返される。

リポス(突き返し)はパラードに続いてなされる攻撃で、相手のアタックの返事である。

複合アタックには以下の3種類がある。

① 剣をどけて行うアタック

もし、相手がこちらに剣を向けたまま構えていたらどうするのか。もし、こちらが真っ直ぐに相手を突いて、同時に自分も突かれたら優先権はない。相手の剣を押すか叩かして退ければ、アタックできる。剣を結んでから攻撃することを「バインドアタック Bindungsangriff」、剣を叩いてから攻撃することを「バッテアタック Battutaangriff」と言う。

② 剣の結びを外して行うアタック

もし、相手からバインドで剣を結ばれたら、外してアタックする準備をするべきである。剣の結びを外して行うアタックは、技術的に多少難しい。相手の鐔の周りを素早く、腕を引かずに外す。相手の鐔に触れてはいけない。さもないと、審判は相手のパラードだと勘違いしてしまうからである。剣を外す動きは、複合アタックのグループに入るための必要条件である。

③ フェイントアタック Fintangriff

見せかけのアタックには、フェイントを使う。相手に正面からアタックするふりをして、全く違う場所を突く。それを相手は予想してパラードしようとするが、剣の結びを外して得点することができる。

(10) 全てに規則がある (10 章)

スポーツフェンシングは、鋭い剣を使った決闘から発展した。この危険な行為が危険でないスポーツに変わるには、確実な約束事が成立しなければならなかった。そのいくつかは、「慣習 Konventionen」とも呼ばれ、剣や突き、ターゲットにも種類があることや、優先権があることを思い出してほしい。ここでは、初めての試合に必要なルールについて以下の項目を説明する。

試合場(ピスト Fechtbahn)の規格と開始位置

① トーナメントの進め方や、試合時間

② 審判 Kampfleiter が試合を指揮すること

審判が、どれほど難しいか想像してみしてほしい。読者も、審判を経験するかもしれない。もし、判定に不服でも、覆そうとせずに、すぐに次の攻撃に集中しよう。怒り続けたままでは、気が散るだけである。不満が警告をもたらかもしれない。

③ 電気審判機

④ 組み合わせ表と勝敗表(スコアシート)

(11) ライセンス (Fechtpass) への道

ー トーナメント出場資格 (11 章)

ドイツフェンシング連盟では、公式トーナメントに出場するためのライセンスが必要である。ライセンス取得試験では、フェンシングの知識や技術が正しくできるか、実際の試合で生かせるかが問われる。本書では以下のような質問や課題を準備している。

① フェンシングと装備についての質問

ア) あなたのフェンシングクラブと、州や国の協会の名前は?

イ) スポーツフェンシングで使う武器の種類は?

男性はどの武器を使えるか? 女性はどの武器を使えるか?

ウ) フェンシングはどのようなスポーツで、何が大切で、なぜあなたは好きなのかを友だちに説明しよう。

エ) フェンシングは危険か? 何を身につけなければならないか? フェンシングの試合に必要な装備をあげよう。

② トーナメントのルールについての質問

ア) フェンシングの3種目それぞれの大切な約束事をあげなさい。3種目有効面を書き入れよう。

イ) フェンシングの試合が行われる場所を何というか? 試合場の大きさとして、境界線、線の意味を両親に説明しよう。これらの境界線を越えてしまうと、

16 俣川・竹田：ドイツにおける幼少年を対象としたスポーツ教育の研究

どうなるか？これらの境界線は他の線と違いがあるか？

ウ) 試合の前に審判があなたの名前を呼んだらどうするか？

エ) あなたはどの年齢グループか？他にも、子どもの年齢グループがあるか？

オ) 警告とは何か、どのような時に出されるか？ペナルティーポイントは、どうやって示されるか、その時どのように得点が動くか？ブラックカードの意味は何か？

カ) 審判の仕事は何か？

③ 練習問題

対戦表とスコアボードには何が書かれていて、どのように勝者が決まるのか？

④ 技術と作戦の課題

課題1と2を実際にやったあと、インストラクターにうまくできたかどうかを聞こう。もしインストラクターが合格だと言ったら、書かれている場所に署名してくれるように頼んでみよう。

ア) 課題1：

次のような足の動きを実際に正しくやって、それぞれのどこが大切かを説明しよう。

- a 立ち方の基本姿勢と構え
- b 前進と後退
- c ファイントと戻り方
- d 速さや歩幅を変えた前進と後退

イ) 課題2：

次のような剣の動きを実際に正しくやって、それぞれのどこが大切かを説明しよう。

- a フェンサーとしての挨拶
- b 剣を持った構え
- c 剣による3つのポジション
- d ポジションの移動

ウ) 課題3：

パートナーとフェンシングの動きを実際に正しくやって、どこが大切かを説明しよう。

- a 前進や後退しながら間合いを決めよう。パートナーがポジションを変えようとした瞬間にファイントでアタックしよう。
- b 正しい間合いを保とう。どの間合いがファイントでアタックする間合いか？
- c 直接のアタックを避けるために、知っているパラードをしよう。

d パートナーがいろいろな方向に仕掛けてくる剣の結びに、押し付けてどけるか、結びをはずしてアタックするかしよう。

e フェイントアタックとは何か？パートナーを相手にこちらから仕掛ける練習をしよう。何に注意しなければいけないか？

エ) 課題4：

練習試合では、パートナーとあなたが正しく技術と作戦を実行できるように、トーナメントを想定してやろう。

(12) フェンシング用語小辞典(12章)省略

(13) クイズの解答と質問の回答(13章)省略

(14) 著者より

一 保護者とインストラクターFechtlehrerへ(14章)

① 保護者に対して

フェンシングは、動きの多様性、高いレベルで要求される巧緻性、集中力の発揮、自省的な思考、そして素早い決断を促すスポーツである。「騎士道精神」とは、公正を重んじ、他者を尊敬することである。子どもは同年齢グループに入って練習し、自分を主張することを学ぶ。そして、小さな大会での勝ち負けを受け入れることで、学校生活や社会で活かされる能力が培われていくだろう。習い始めの期間は、基本的な運動要素の様々な発達を促すことを目標にして、いろいろな動きを経験させていく。全運動の中でフェンシングの占める割合は約40%であるから、フェンシングの合間に体操やサッカー、夏には水泳、冬にはスキーをやることになる。フェンシングの試験は、基礎教育Grundausbildungの最後に行われ、これでライセンスを受け取り、公式トーナメントに出場できる。長期間にわたって助け、構造的に各年代の特徴に合ったトレーニングをするのが、著者の意図である。フェンシングの基礎教育の間に、度を越した望みを持つのは不利になり得る。特に以下のことを配慮すべきである。

ア) 子どもに、やれる以上のことを期待しないこと。

イ) すぐにやりなさいと要求しないこと。

ウ) 同年齢の他の子と比べないこと。

エ) 子どもからヒントをもらい、その子なりの進歩を褒めること。

② インストラクターFechtlehrerに対して

子どもは一人ひとりが他と違い、それぞれの子が発

達の背景と物語を持った小さな個性であるから、注意深く心を掛け愛情を持って接すべきである。インストラクターは、励まし、話を聞き、相づちを打ち、褒めて満足させるが、その一方で、熱くなった頭を冷やさせ、叱らなければならないこともある。いずれにしても、いつも十分な敬意を持って子どもに接しなければならない。

本書は、フェンシングの基礎教育をマスターしようとする子ども達に向けて書かれている。

しかしまた、我が子がフェンシングに興味を持ち習いたがっているので、どんなスポーツか知りたいと思う保護者に向けても書かれている。子ども達が自分の練習や動きを振り返り、励ましてもらえ、成果を試してみる環境が作られれば、彼らはやがてインストラクターのパートナーとなるだろう。それが、基礎指導のあるべき姿だと言える。本書では、「インストラクター-Fechtlehrer」と「練習 Übungsstunde」という言葉を使っている。この段階は全く基礎に絞られるので、まだ「トレーニング Training」という意味の言葉は含まれないからである。

3 日本の指導書との比較による本書の特徴

日本においては、幼少年自身が読むためのフェンシング指導教本は浅見では見つけられないが、精緻な解説により改訂を重ねている戸田壮介著『フェンサー／コーチのためのフェンシング』(2006)や、山本耕司・川名宏美著『フェンシング』(1978)等の一般向け指導書が、現在まで数冊公刊されている。ここでは、日本のフェンシング指導書との比較を中心に、本書の特徴を明らかにしたい。

(1) 指導内容に関わること

① 発達段階と指導者の役割

本書「*Ich lerne Fechten*」では指導者のことをインストラクター-Fechtlehrer と呼び、続編「*Ich trainiere Fechten*」では、コーチ Trainer と呼んでいる。これは、それぞれに指導者の果たす役割が異なるからである。また、本書では、スポーツの基礎教育 Sportliche Grundausbildung を学ぶ段階であるため、インストラクターには幼少年フェンサーに、何が正しいかをわかりやすく教える役割が課せられている。

一方、続編では、11歳から12歳の基礎トレーニング Grundlagentraining 段階と13歳から14歳の構造的トレーニング Aufbaustraining 段階に入るため、コーチには、フェンサー自身が自己目標の達成に向けたトレー

ニングプランを立て、修正を重ねながら実行していくのを支える役割が課せられている。このように、ドイツの指導教本では、発達段階の区分と指導者の役割規定を打ち出しているが、日本の指導教本では、上達の度合いにより指導内容を変えていく方法が一般的である。

② 指導の範囲と効果

ア) 多様な運動経験の奨励

本書では、この段階では、全運動の中でフェンシングの占める割合は平均して約40%であるが、シーズン初めはさらに割合が少なく、目標とする大会が近づくにつれ割合が増してくる。また、続編では医師が幼少年フェンサーに運動の偏りを戒める場面もある。日本の指導書では、他のスポーツ種目をフェンシングと拮抗する程度まで実施することは、強く奨励されていない。

イ) 多方面の学問領域を導入

本書では、指導する範囲は、フェンシングそのものにとどまらず、栄養と水分の補給、健診による健康管理、生活習慣と多岐に亘っている。続編「*Ich trainiere Fechten*」でも、注意力の持続時間、プレッシャー、無意図的反射、筋肉痛が起きる仕組み等、多方面の学問領域から指導している。日本の指導教本では、本書のように、食事・水分補給・健診・生活習慣と細やかに網羅した取り上げ方は見られない。

ウ) 躰と儉約、持ち物の管理

本書では、フェンシングを続けなくなったら自分の装備を揃えるべきだが、親にねだって買うよりも、インストラクターにお願いしてお下がりを見つけてもらう方を奨励している。また、努力して手に入れた装備を入念に管理することなど、用具の入手方法や試合前の自己点検にも触れている。日本の指導教本でも安全な用具の取り扱いが強調され、湿気に対する用具管理を細やかに記述した指導教本もある。

エ) 自立した社会人の育成

本書では、著者の言葉やオリンピックチャンピオンのインタビューを通して、勝ち負けが人間を変えるのではないとか、小さな大会での勝ち負けを受け入れることで学校生活や社会で活かされる能力が培われていく等、指導における最終的な効果は、自立した社会人の育成にあることを窺わせている。一方、日本の指導教本では、練習以外に日常生活における困難や障害を克服することでも意志の養成ができる

という視点が見られるものの、フェンシングの外側に達成目的を置くことは見られない。

③ 技術指導面での特徴

ア) 三種目並行指導

本書では、フルーレ、エペ、サーブルのうち、どの種目から始めてもよいとするのは、どの指導教本も同じである。それらはフルーレを一通り指導した後に、新たに章を起こしてエペ、そしてサーブルの順に指導を展開していくのが一般的である。しかし本書では、それぞれの動きごとに三種目の違いに触れながら並行して指導を展開している。例えば、防御の説明では、フルーレとエペでは、シクスト(6番)、カルト(4番)、オクターブ(8番)の3つで防御でき、サーブルでは、カルト(4番)、ティアス(3番)、クイント(5番)の3つで防御できると言うように2ページ見開きにしてまとめている。

著者は、武器の種類によって基礎的な練習法は違うが、どの武器で練習したからと言って深い関係はない、後になってから種目を選べば良いと言っている。また、サーブルフェンサーであってもフルーレやエペのことをきちんと知っておくべきだとも言っている。三種目共に知識を持ち、抵抗なく行き来できる状態が望ましいと考えていることが特徴である。この点については、日本の指導教本では、一般的にフルーレで基礎を指導したのち三種目のいずれかを選択するようにしている。

イ) パレード Parade の範疇

パレードとは自分のターゲットを狙ってくる相手の剣を、自分の剣によって排除すること *Beseitigung* であると一般的に解釈できるが、本書では異なり、パレードを以下の2種類に大別している。

a 間合いを切ることを

「体を使ったパレード *Körperparade*」

b 相手の剣を払うことを

「剣を使ったパレード *Klingenparade*」

間合いを切ることで、剣を排除すると同様に脅威が取り除かれると考えるためであろう。

ウ) 三角形の剣結び *Bindungsdreieck*

本書では、自分の鍔と相手の剣先で三角形を作れば、相手の剣先が容易にコントロールできるという理解の仕方は、本書ならではである。三角形という言葉による指導は、一般的には用いられていない。

(2) 指導上の工夫に関わること

本書では、幼少年向けであるため、一般(成年)向

けの指導教本とは一概に比較できがたい面がある。特に以下のような教育的な面については、ドイツの指導教本特有の工夫が見られ、日本においては一般的に見られない特徴もある。

① 興味をそそらせ継続を促す工夫

本書では、ジグソーパズル、塗り絵、クロスワードパズル等を用い、ゲーム感覚で抵抗感を低くして、専門的知識の習得を助けている。また、剣の操作の難しさをナイフ・フォークや箸に例えたり、能動的に作り出す有利な攻撃の瞬間 *Moment* をネズミを捕らえようとする猫に例えたりして分かりやすく説明している。ゲーム感覚で専門的知識の習得を助けているのは本書特有であるが、日本においても掃除のハタキのように剣を持つ等、初心者に分かりやすく操作の感覚を伝えている。

② 自立を助ける工夫

本書では、体操、フェンシングバッグに入れる物品チェックリスト、攻撃コンビネーション等、反応を高めるゲーム等、指導を受けた後で自分なりにアイディアを考えて記入できるような配慮がある。指導を受けた後に自分なりのアイディアを書き込むのは本書特有であるが、日本では小学生の教科書のなかにそのような体裁のものがある。

③ 活動量を確保する工夫

本書では、家でできる練習 *Übungen für Zuhause* が豊富に示されている。それを家庭学習(宿題)の感覚で位置づけていて、クラブで練習のない日は家で練習することを奨励している。また、剣を持たずに同年齢グループでの姿勢や動きのチェックをすることも勧められている。家庭学習という扱いは、日本の指導教本では一般的に見られない。

(3) 対象者(読み手)に関わること

① 幼少年に対して

本書では、著者は幼少年を安易にフェンシングへ誘い込もうとはしていない。フェンシングに向いているかセルフチェックすることを勧めたり、フェンシングをやり始めれば、それと同じくらい多様な運動経験を積むことをあらかじめ予告している。しかし、一端やり始めれば自己管理のもとに継続的な練習が必要であることを強調している。このように、著者は幼少年に対していくつか決断のハードルを設けている。本書では、フェンシングをやり始めかどうか、続編「*Ich trainiere Fechten*」では負けてばかりいる時、トレーニングを止めるか続けるかである。

② 保護者に対して

本書では、家でできる練習につき合い、試合会場に足を運ぶよう暗に促している。保護者がフェンシングについて質問があれば、子どもが答えられるように想定して本書は書かれている。子どもは保護者に説明することによって自分が得た知識を再確認し、目的の共有感がより強固になる。保護者は子どもが熱中できるよう理解者になるべきで、度を越した望みを持つことを戒めている。

③ 指導者に対して

本書では、指導教本の多くは、主人公であるフェンサー自身に十分な焦点を当てず、指導の仕方や習得の過程を描いている。フェンサーは、若くて全くの初心者であるにせよ、常に自分の進歩の主役であるべきで、指導者に干渉される対象ではないと提言している。つまり、指導者に対しては、技術的な提言よりも幼少年への接し方に重きが置かれている。日本の場合、指導者に対する技術的な提言を有した指導教本が散見される。

(4) 育成体系に関わること

本書では、育成体系が以下のように明確に規定されている。

① ライセンス制度

ドイツフェンシング連盟(DFB)では、ライセンス *Fechtpass* を取得した後、公式トーナメントに出場できると規定している。ライセンス取得のためにはフェンシングの基礎教育の内容を習得したことの確認が必要である。そこで多くの州フェンシング協会(LFV)では本書のような知識や技術に関する認定を行っている。例えば、ハノーバーフェンシングクラブ(FKH.1862)では質問や実技について本書と同じような内容が明文化されている。また、ドイツフェンシングユーゲント(DFJ)では、ライセンス取得前の段階を黄色、橙色、緑色の肩ワッペンで区分している。

② 年齢区分と指導段階

ドイツフェンシング連盟(DFB)のスポーツ規則 *Sportordnung* で示す幼少年期の年齢区分と本書のトレーニング段階は以下のように対応している。

ア) 9~11歳：学童クラス *Schüler-Klasse*

スポーツの基礎教育 *Sportliche Grundausbildung* 段階

イ) 12~13歳：Bユーゲントクラス *B-Jugend-Klasse*
基礎トレーニング *Grundlagentraining* 段階+

構造的トレーニング *Aufbautraining* 段階

ウ) 14~16歳：Aユーゲントクラス *A-Jugend-Klasse*
構造的トレーニング *Aufbautraining* 段階+

達成的トレーニング *Leistungsstraining* 段階

このように本書では、年齢区分と指導段階が対応している点に特徴がある。

著者ベルント・バート Prof.Dr.Berndt Barth はドイツフェンシング連盟(DFB)のトレーニング科学分野 *Trainingswissenschaft* の識者であり、本書も連盟の推薦書である。

5 まとめ

ドイツの幼少年対象のフェンシング指導書「*Ich lerne Fechten*」を取り上げて、ドイツのスポーツ教育の特徴を明らかにし、その有用性を探った。ドイツのスポーツ教育は、まさにスポーツを通しての教育である。それ故に達成目的を社会人としての自立に置き、日本の小学校教科書のように書き込みをさせ、家庭学習(宿題)も出す。また、健康管理や生活習慣について細やかに指示し、保護者に対しても目的の共有を求める。教育であるがために、幼少年に対し、多様で深い支援を組織的に施している。これに対し、日本では教育としての意味づけが、ドイツのように熟成された段階には至っていないように感じられる。フェンシングに限らずスポーツと教育の関係について、指導書レベルでは両者に間隙があり、未だ明確な関係性が打ち出されていないのではないかと。以上より、ドイツで著された本書は、スポーツ実践を通しての様々な運動経験によって教育することのモデルであり、その内容は日本においても極めて有用性が高いといえよう。

6 文献

- Barth B. ; Barth K. (2002) *Ich trainiere Fechten* :Aachen
Barth B. (1979. 2 Auflage) *Fechten* :Berlin (Ost.)
Barth B. ; Beck E. (Hrsg.) (2000) *Fechtttraining* :Aachen
Beck E. (1978) *Tauberbischofsheimer Fechtlectionen* :Berlin,München,Frankfurt/M
Deutscher Fechter-Bund (Hrsg.), Schimer A. (Red.) (2011) *100 Jahre Fechten in Deutschland* :Aachen
Deutscher Fechter-Bund ; *Sportordnung*
Fechtklub Hannover von 1862 ; *Information zur Anfängerprüfung*
Ommo Grupe. 永島惇正 他 訳 ; 文化としてのスポーツ (1997)
戸田壮介 ; フェンサー/コーチのためのフェンシング (2006)
山本耕司・川名宏美 ; フェンシング (1978)