

VI章 学校部活動の指導

第1節 中学校の部活動指導

1. 中学校部活動指導の考え方

中学校部活動は学校教育の一環として行われ、スポーツの楽しさや喜びを味わい生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てることを目標としている。部活動の中で空手道を指導する場合、部員の目的意識や気持ちの持ち方が学校の体育授業や町道場とは大きく異なる。公認段位の取得や競技力の向上、競技会における成果を目標とした場合によくみられるのは勝負にこだわるあまり勝利至上主義に陥ることやオーバートレーニングによるスポーツ障害などの健康を損なうことのないよう厳に戒めなければならない。健全な心と身体を培い、豊かな人間性をはぐくむためバランスの取れた運営と指導が求められる。

また、学校の働き方改革に関わる「部活動の地域移行」が提言されたことからスポーツ少年団や地域指導者と中学校教員との部活動指導内容のすり合わせが今後一層重要となる。

指導上の留意点

①指導計画

- ・1日の活動時間は2時間程度、学校の休業日3時間程度とする。
- ・週2日以上休養日（平日1日、土日に1日）
- ・長期休業中の部活動は長期休養（オフシーズン）を設ける。
- ・指導者及び顧問は、年間・月間の活動計画及び活動実績を作成する。学校長は活動方針とともに公表する。

②中学校の部活動指導内容

③評価

- ・競技会での結果を振り返り、次の目標を確認する。チームや個人で明確な目標を考えさせる。
- ・公認級位、段位審査などの結果を振り返り、次の目標を明確にする。

※学校長は、外部指導者を部活動指導者に任用することができる。また、部活動顧問に任命することができる。

部活動指導員の職務内容

部活動指導員の職務内容として明記されたのは

以下の9つ。

1. 実技指導
2. 安全・障害予防に関する知識・技能の指導
3. 学校外での活動（大会・練習試合など）の引率
4. 用具・施設の点検・管理
5. 活動の管理運営（会計管理など）
6. 保護者などへの連絡
7. 年間・月間指導計画の作成
8. 生徒指導に関わる対応
9. 事故が発生した場合の現場対応

2. 指導者の役割と責任

「部活動指導員」とは、中学校部活動において、学校長の監督下で顧問の代わりに単独で指導・引率ができる人（学校職員扱い）をいう。部活動指導員は、部活動の顧問として技術的な指導を行うだけでなく、日常的な生徒指導を行うことが求められている。

部活動指導員（以下指導者）は、学校教員が部活動顧問としてしている場合には、互いに指導の方針についてよく話し合い協力しながら役割を分担して部活動指導を行う。生徒の様子や事故が起きた場合の対応などについても頻繁に情報交換を行い、十分な連携を図ることが求められている。

（1）指導者の資格と資質について

部活動指導員の任用に当たっては、「指導するスポーツや文化活動等に係る専門的な知識・技能のみならず、学校教育に関する十分な理解を有する者」と書かれており、詳細については各自自治体が規定している。

良き指導者とは、厳しい練習をさせても、練習後には選手と溶け込むことが必要である。また、選手の次回への意欲を高めるために、選手とのコミュニケーションを保つことややる気を起こさせるため指導の各場面において満足感を覚える瞬間を増やすことが必要である。指導者は、これらのことをよく理解し選手の人格を尊重しつつ指導に当たらなければならない。

また、部活動といえども単に空手競技の技術指導のみに終始するのではなく、空手道を学ぶ意義や伝統的な行動の仕方、礼法やマナーについても指導し、相手に対する感謝と尊重する心を学ばせることが大切である。

(2) 指導者の心構え

部活動の指導者は学校の指導方針に従い指導計画を立案し部活動の実技指導、大会や練習試合の引率を行うことができる。

- ①指導者は、生徒（部員）の健康と安全に配慮し、傷害事故やスポーツ障害の防止を心がけるとともに体罰やハラスメントの根絶をはかり合理的かつ効率的・効果的な指導を心がけなければならない。
- ②部活動指導においては、1日の練習時間（約2時間）を定める。また、週に2日の休養日を設ける。
- ③身体的発育、精神的発達に及ぼす影響に十分配慮した部活動指導を展開しなければならない。指導者は、単に空手道の技術のみを教えるのではなく、命の大切さや運動の喜びを教え人との絆を培い、「礼」にかなった行動や社会的規範を教えることは特に武道において重要であることを自覚しなければならない。

3. 求められる指導者像

中学校部活動は適切な指導方法、コミュニケーションの充実により、生徒の意欲や自主的、自発的な活動を促す。部活動での指導の内容や方法は生徒のバランスの取れた心身の成長に寄与するような科学的根拠があるもの、または社会的に認知されているものであることが必要である。さらには生徒の自主的・自発的な参加によるものであることを踏まえて、生徒に対する説明、理解により行われることが必要である。指導者は部活動が人間形成の場となるよう、空手道の技術的指導、ルールとともに生徒の発達段階や成長による変化、心理、生理、栄養、休養、部のマネージメント、コミュニケーションに関する幅広い知識や技能を継続的に習得、向上させることが望まれる。

文部科学省では「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」の中に体罰等の許されない指導と考えられるもの9例を挙げている。

(1) 人間の意欲を高めるもの（満足感を覚える瞬間）

「運動後の爽快感」「仲間とのおしゃべり」「試合に勝った」「昇級審査、昇段審査に合格した」「先生にほめられた」「仲間から称賛された」「自分が成長できたと実感できた」ことなどが考えられ

る。部員の次回への意欲を高める指導が求められる。

(2) 人間の意欲を損なわせるもの（ハラズメント）

- ①セクシュアルハラズメント
 - ・相手方の意に反する（望まない、不快に感じる）性的な言動。
 - ・性的な言動や図画の掲示等により、不快な環境を形成すること。
 - ・指導者としての立場を利用し、または指導上利益の代償あるいは対価として性的要求が行われるもの。地位利用型・対価型（代償型）
- ②パワーハラズメント
 - ・上下関係を利用して、本人の意に反した言動をする。
 - ・能力以上に難しいまたは、易しい課題を与える。
 - ・失敗したプレイをいつまでも指摘する。
 - ・望まないポジションに配置替えをする。
- ③モラルハラズメント
 - 精神的な暴力、苦痛を与える。

教える者と教わる者の関係は常に上から下への一方通行の場合が多く、教わる者は常に弱い立場にある。師弟関係は主従関係ではないことを指導者は認識する必要がある。

(3) 試合に対する心構えの指導

武道憲章の第3条に示すとおり、試合や形の演武に臨んでは、平素錬磨の武道精神を発揮し、最善を尽くすとともに、勝っておごらず負けて悔まらず、常に節度ある態度を堅持する。

また、空手道憲章の「競技」に対する心構えは、競技や演武に臨んでは、平素錬磨した心技体の成果を遺憾なく発揮する。組手競技においては安全に留意し、ルールを遵守し、勝敗にのみ固執することなく、節度有る態度を堅持する。これらは、いわゆる「スポーツマンシップ」として従来言われているものである。

1. 公正 (Fair) 2. 尊重 (Respect) 3. 最善 (Best)

以上の3つは普遍的価値であり、試合に対する心構えとしてだけでなく武道を学ぶ者の姿勢として普段から指導する必要がある。

4. 中学校の部活動指導内容

導入	空手道の歴史や特性を学習
基本動作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 礼法…立礼と座礼 座り方、立ち方（左座右起＝さざうき） 2. 立ち方…閉足立ち、結び立ち、平行立ち、八字立ち、前屈立ち、基立ち、猫足立ち、四股立ち、騎馬立ち、ナイファンチ立ち、三戦（サンチン）立ち、後屈立ち、交差立ち 3. 受け方…下段受け、上段受け、中段受け、手刀受け、掌底受け、交差受け 4. 突き方…中段突き、上段突き（順突きと逆突き） 5. 蹴り方…前蹴り、横蹴り（足刀蹴り）、回し蹴り（下段、中段、上段） 6. 動き方…固定→移動 前進→後退 方向変換（90度、180度、270度）
形技能	<ol style="list-style-type: none"> 1. 第一指定形（全空連制定）…8つ <ol style="list-style-type: none"> 1) 剛柔…… セーパイ、サイファ 2) 松濤…… ジオン、カンクウダイ 3) 糸東…… バッサイダイ、セイエンチン 4) 和道…… セイシャン、チントウ 2. 第二指定形（全空連制定）…8つ <ol style="list-style-type: none"> 1) 剛柔…… セーサン、クルルンファ 2) 松濤…… エンピ、カンクウショウ 3) 糸東…… マツムラローハイ、ニーパイポ 4) 和道…… クーシャンクー、ニーセーシ 3. 個人形と団体形 <ol style="list-style-type: none"> 1) 全体で学習 2) 個人で学習 3) 競技会に向けた課題練習 4) 受審級位・段位に合わせて課題練習
对人的技能	<ol style="list-style-type: none"> 1. 約束組手 2. 自由一本組手 3. 極め（打ち込み）の練習 4. タッチ組手… 組手の導入として取り扱う ※気合い、力の集中、極め、残心。 5. 自由組手 6. 試合練習 7. 対外試合練習
態度	<ol style="list-style-type: none"> 1. 計画を立て、協力して練習する能力や態度を養う。 2. 礼儀正しく、規則や決まりを守って練習や試合をする。 3. 服装や学習場を清潔にし、健康・安全に留意して行うようにする。

5. 指導者の資質向上

空手道指導者は、空手道の技術の習得はもとより、思考、判断、態度、行動、知識、技能など、あらゆる資質能力が求められる。(公財)日本スポーツ協会では、そうした指導者を育成するため、求められる資質を体系的に編成した講習会を公認スポーツ指導者制度に定めている。(公財)全日本空手道連盟では、この制度に基づき、公認スポーツ指導者規程を定めて公認空手道コーチ養成に取り組んでいるところである。すべての指導者がこの講習会を受講し、一定の知識と技術を習得して現場で指導にあたるよう努めていただきたい。以下に資格取得にかかる規程を紹介する。

(1) 指導者資格の取得について

公認コーチ資格

(公財)全日本空手道連盟

公認スポーツ指導者規程(抜粋)

種別

公認空手道コーチ4

公認空手道コーチ3

公認空手道コーチ2

公認空手道コーチ1

取得基準

(公財)全日本空手道連盟会員であること。

取得方法

資格取得には共通科目と専門科目養成講習を受講し、検定・審査に合格しなければならない。コーチ3.4の共通科目は公益財団法人日本スポーツ協会が、専門科目は(公財)全日本空手道連盟が実施する。

コーチ1.2の共通科目は都道府県スポーツ協会またはNHK学園(通信教育)が、専門科目は都道府県空手道連盟が実施する。

認定登録

共通科目及び専門科目の検定に合格した者に「合格証」を発行し、その後、指導者登録を完了した者に「認定証」及び「登録証」を交付する。

資格更新

資格有効期限は4年間とし、有効期限の6ヶ月前までに、全空連が定める義務講習を受けなければならない。

別表 (公認スポーツ指導者 資格取得基準)

種別	資格取得基準			
	公認段位	年齢	空手道歴	受講条件
コーチ 4	5段以上	32歳以上	15年以上	①空手道コーチ3として指導実績があり、国際的レベルの競技者として、また国際的レベルの競技会にコーチ・監督として帯同した相当の経験があり指導者資質があると都道府県空手道連盟が推薦し、全日本空手道連盟が認めた者。 ②全日本空手道連盟が指名した者。(免除条件については別途定める。)
コーチ 3	4段以上	28歳以上	12年以上	①空手道コーチ2として指導実績があり都道府県空手道連盟が推薦し、全日本空手道連盟が認めた者。 ②資格保有者ではないが国際的レベルの競技者として、また国際的レベルの競技会にコーチ・監督として帯同の経験があり指導者資質があると都道府県空手道連盟が推薦し、全日本空手道連盟が認めた者。 ③全日本空手道連盟が指名した者。(免除条件については別途定める。)
コーチ 2	3段以上	24歳以上	7年以上	①空手道コーチ1資格保有者で都道府県空手道連盟が認める者。 ②資格保有者ではないが全国レベルの競技者として、また全国レベルの競技会にコーチ・監督として帯同の経験があり指導者資質があると都道府県空手道連盟が認める者。(免除条件については別途定める。)
コーチ 1	2段以上	20歳以上	4年以上	地域の空手道教室等において、個々の年齢・性別などに合わせ実際に空手道を指導し、都道府県空手道連盟が認める者。(免除条件については別途定める。)

- 注) 1) 年齢は受講年度の4月1日現在の満年齢をいう。
 2) 空手道歴は満15歳より数える。
 3) 資格取得後は資格有効期限(4年)以内に1回以上、本連盟が主催する更新義務講習会を受講しなければならない。