

令和6年度山口県（山口市）地域社会武道（柔道・剣道）指導者研修会
〔中学校武道授業特化型〕

開催期間：令和6年5月14日（火）～15日（水）

会場：【柔道】維新百年記念公園維新大晃アリーナ 武道館

【剣道】維新百年記念公園維新大晃アリーナ レクチャールーム

派遣講師：【柔道】向井幹博 七段（全日本柔道連盟教育普及・MIND委員会 委員）

與儀幸朝 六段（全日本柔道連盟指導者養成委員会 副委員長）

【剣道】山神眞一 範士八段（香川県剣道連盟 副会長）

有田祐二 教士七段（全日本剣道連盟試合審判委員会 委員兼幹事）

参加者：【柔道】16名（中学14名、高校2名）

【剣道】19名（中学1名、支援1名、高校3名、一般14名）

中学校保健体育科における武道必修化の円滑な推進と高等学校保健体育科における武道指導の充実を図るため、武道の安全かつ効果的な指導が展開できるよう指導者の資質と向上を目指す。

【柔道】

■初日（5月14日）

午前中は與儀講師によるパワーポイントを使った講義を行った。中学校で武道が必修化されたのが2012年度で、今年度で12年になり、10年以上が経過した中で怪我や事故は他の種目と比べて柔道が高いことや、小・中学生の体力の向上・低下について述べた。

午後は、実技を行った。向井講師から「柔道の動きを取り入れながらゲーム性を持たせた準備運動を行うと生徒も受け入れやすい」との説明があった。受け身の練習は二人一組になり、協力しながら、またはゲーム性を持たせて行われた。



二人一組で行われた受け身の練習

■2日目（5月15日）

初日の復習の後、固め技を実施。学習指導要領に掲載されているけさ固め、横四方固め、上四方固めの説明と実技を行った。二人一組になり、技のかけ方を説明し、逃れ方をお互いに考えながら実施した。次に投げ技を行った。学習指導要領に掲載されている大外刈り、大内刈り、小内刈りの説明をして、怪我無く安全に行うための指導を行った。午後は、パワーポイントを使った講義が行われ、受け身の指導をする中で、学校にある道具（ボールやフラップ等）を使用する例が紹介された。

最後に安全に授業が行われるようにポイント指導を行い、2日間の研修が終了した。



座った状態からの投げ技の練習

【剣道】

■初日（5月14日）

はじめに山神講師が『武道指導者の在り方』についての講義を行った。「指導者は生徒と切磋琢磨しながら指導すること。指導はドッジボールではなく、双方向のキャッチボールを心がけること」と述べ、一方通行の指導ではなく、生徒と共に成長し合うことの重要性を述べた。また、「剣道（の特性）について説明する際は、なるべく専門用語を用いないようにし、難しいことを易しく、易しいことを深く、深いことを面白く説明することを心がけること」と述べ、生徒にとってわかりやすい指導を心掛けることが重要であるとした。その後、四人一組のグループで講義内容についての意見交換を行い、代表者がその内容を発表した。午前の最後には山神講師が『中学校剣道授業における安全指導』についての講義を行った。竹刀のささくれや破損による事故を防ぐため、事前の竹刀点検の重要性を強調した。

午後は、山神講師が剣道の歴史と特性を説明した後、有田講師が『剣道授業における楽しい動機付け』

として、剣道動作を取り入れたゲームを行った。「じゃんけんを用いた手のひらによる攻防と足の裏による攻防」「剣道じゃんけん」「手拭いゲーム」「新聞切り」「新聞紙玉打ち」等、楽しみながら剣道の特性を学んだ。次に『剣道に必要な動きづくり』として、まずは何も持たずに、つづいて木刀を用いて「足さばき、打突の踏み込み、発声、残心」を行った。その後二人一組となり、気剣体一致の打突を心掛けて、相手が持つ竹刀に対しての「面打ち」「小手打ち」「胴打ち」を行った。山神講師からは「力を入れず、竹刀を落とす感覚で行うように」との指導があった。



新聞切り

休憩後、垂、胴、面の付け方について有田講師より説明があった。「紐を後ろで結ぶのは難しいので、授業では前で結んでもよい」との説明があった。着装後、二人一組となり、実際に面打ち、小手打ち、胴打ち、面抜き胴を行った。最後に座り方、立ち方、座礼の方法について山神講師が説明し、初日の研修は終了した。

■2日目（5月15日）

有田講師による『攻防交代型の試合』を行った。四人一組となり、二人が審判をし、二人が試合をした。攻撃側と防御側を決めた上で、攻撃回数は三回までとし、打突部位を限定して行った。攻撃側が有効打突を決めた場合は1点、防御側が決めた場合は2点とし、合計点数が多い方を勝者とした。つづいて『簡易な試合』として「技の出来栄えの判定試合」を行った。五人一組をつくって三人が審判となり、試合者二人の打突の「気」「剣」「体」について判定した。

休憩後、山神講師による『約束練習』を行った。はじめに「鑢ぜり合い→引き胴→面抜き胴→残心」を、つづいて「面→鑢ぜり合い→引き胴→面抜き胴→残心抜き」を行った。山神講師は「ここでは『間の取り方』を学ぶことができる」とした上で、「一番大事なのは楽しくやること」と述べた。

午後は、生徒役と教師役に分かれ、10分間の模擬授業を行なった。終了後は反省点について話し合い、より効果の上がる授業方法について検討した。最後に参加者全員が一人ずつ二日間の感想を述べた後、両講師が講評を述べ、研修会は終了した。



面打ちの示範をする山神講師