



## 鹿児島県（鹿児島市）地域社会空手道指導者研修会

期間：平成30年1月20日（土）～21日（日）

会場：鹿児島アリーナ武道場

派遣講師：日下修次教士六段、小山正辰六段

参加者：28名

鹿児島県で中学校必修化を主眼とした地域社会指導者研修会が行われるのは平成24年度以来2回目。県内のスポーツ少年団・道場指導者、高校部活動指導者を中心に28名が参加した。

開会式で日下講師が講師代表挨拶を行った。

「今回は中学校体育授業の指導法を中心とした研修会です。中学校体育授業で空手道を普及していくことは、全日本空手道連盟の事業の大きな柱です。今回、中学校教員の参加はありませんが、これから体育授業の協力者として指導できるように、全空連公認の中学校指導法を学んでください」

午前の実技研修では、日下講師が体育授業での指導法（空手道の歴史、礼法、立ち方、基本動作、基本形）を解説した。中学生にわかりやすく、いかに興味を持たせるかが大事であると強調。その後年齢別・段位別に3人一組のチームを編成し、団体形のトーナメント戦を行った。日下講師の講評は以下のとおり。

- ・初心者は一つの形を覚えるのに時間がかかる。1年間の授業で1つの形をマスターできるくらいの計画ですすめていけばよい。
- ・突きや蹴りなどをできるまで繰り返し練習させる必要はない。空手が楽しい、もっとやってみたいという意欲がなければ、空手を嫌いになってしまうので配慮が必要。

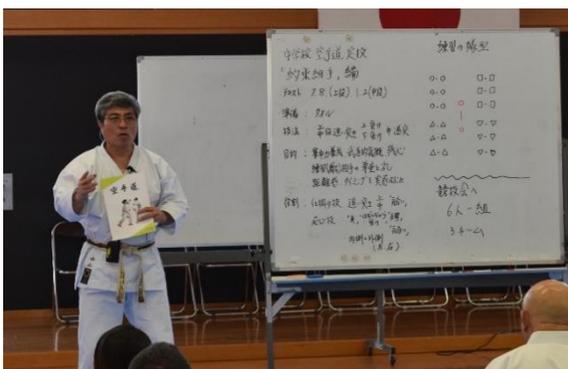
午後は小山講師が約束組手について説明、指導を行い、形と同様にチーム編成し、リーグ戦を行った。講評は以下のとおり。

- ・初心者にとって、相手の拳が顔に近づいてくるのは恐怖である。攻める側は安全を十分考慮し、受ける側には目をつぶらないよう指導し、互いにしっかりと間合いをとるよう注意させることが必要。
- ・早い動きは必要ない。相手と呼吸を合わせることを意識させる。
- ・試合形式で審判を行う際にどこに注目するか、指導者が教えるのではなく、生徒に考えさせる。姿勢、気合い、残心など。



2 日目の午前中は、日下講師が授業と同じ 50 分間での指導法を行った。

- ・準備運動、整理運動を含めると 1 回の授業は非常に短いので、時間配分を考える。内容を無理に詰め込む必要はないが、抑えるべきところはきちんと時間をかける。
- ・技術指導ではなく、空手の楽しさを学んでもらう。授業はあくまで導入と考える。



午後は、小山講師が「空手道の過去から未来 そして今」と題した講義を行った。空手道を始めたきっかけ、学生時代の稽古、教員を目指す、日本代表選手として、空手界の将来等、自身が連載中の月刊「武道」を資料として、指導者として学んでおくべき空手道の歴史、課題等を熱く語った。



締めくくりとして、体幹トレーニング、全員で基本動作を再確認し、すべての研修を終えた。

## ◇参加者の声

「道場で指導している子供たちが中学生になったときに役立つと思い、参加しました。内容は体育授業の指導法でしたが、道場での稽古の進め方の参考になりました」(男性・道場指導者)

「空手道の歴史から、流派を問わない、学校での指導法を学ぶことができ、大変勉強になりました」(女性・スポーツ少年団指導者)

「空手道に触れたことのない初心者に、どのように空手道の楽しさを伝えるのかを学ぶために参加しました。空手道の歩んできた歴史に自分がこれからどのように関わっていくのか、改めて考えることができました」(女性・スポーツ少年団指導者)

「小学生の頃から 40 年以上空手を続けてきました。初心者への指導法などを勉強させていただき、楽しくわかりやすい指導が一番大事だということを学びました」(男性・スポーツ少年団指導者)

