

## 平成29年度山口県（山口市）地域社会柔道・剣道指導者研修会

開催期間 平成29年6月15日～16日

会場 維新百年記念公園スポーツ文化センター 武道館、レクチャールーム

派遣講師

- 柔道 磯村元信六段（全日本柔道連盟教育普及委員・武道必修化プロジェクト特別委員）  
石川美久六段（全日本柔道連盟強化員会科学研究部）
- 剣道 百鬼史訓教士七段（全日本剣道連盟普及委員会学校教育部会委員長）  
軽米満世教士七段（全日本剣道連盟普及委員会学校教育部会委員）

参加者

	種目	中学校	高等学校	総合支援学校	その他	計
1日目	柔道	18(7)	2(0)	3(0)	1(0)	24(7)
	剣道	1(1)	0(0)	0(0)	14(7)	15(8)
2日目	柔道	9(4)	1(0)	2(0)	1(0)	13(4)
	剣道	2(1)	0(0)	1(1)	13(5)	15(7)

括弧内数は女性人数

本研修会は、中学校武道必修化特化型として実施された。

開会式終了後に、柔道、剣道の両研修会の参加者を対象に「日本武道協議会設立四十周年記念中学校武道必修化指導書」の付属DVD「中学校武道必修化指導書映像集」第一巻の上映会が開催され、参加者の武道の歴史と特性への理解が深められた。

柔道、剣道いずれの研修会でも、講師はこまめに休憩又は水分補給の時間をとっていたため、熱中症対策が十分に実施されていた。

### ◎参加者の声

問.今回研修会に参加するにあたり目的（関心）は何ですか。

- ・授業で指導するにあたって、安全な指導方法のバリエーションを学びたかった。  
(中学校保健体育科教諭、柔道)
- ・今年度初めて柔道の授業をするので、いろいろと勉強をして、技などを知りたかったからです。  
(中学校保健体育科教諭、柔道)

問.研修会に参加して最も印象に残ったことは何ですか。

- ・講師の方が多数おり、疑問に感じたことをすぐに質問できました。またアドバイスもして下さり、安心して練習することができました。  
(中学校保健体育科教諭、柔道)

問.研修会に対する率直な感想、希望、不満等があれば教えてください。

- ・視覚的にもとてもわかりやすく、きめ細かいところまでお教えていただいた。なぜ必要なのか、重要なのがとてもわかりやすかった。  
(中学校保健体育科教諭、剣道)
- ・去年は剣道に参加しました。1日だけだったので短くて、ペースが早かったです。2日間あれば、ゆっくり教えてもらうことができ、嬉しかったです。  
(中学校保健体育科教諭、柔道)

## 【柔道】

柔道の参加者については、授業又は部活動での指導経験が無く、柔道を専門としない教員が多かったため、講師は技能向上に加え、安全な授業の実施を目指して、指導法を教授していた。

### 【1日目】

#### (1) 柔道の特性、楽しさを指導する工夫

- ・柔道エピソード・・・「知識・理解」
- ・全力ゲーム・・・「関心・意欲・態度」
- ・技の工夫・・・「思考・判断」

#### (2) ペア学習、トリオ学習の活用

- ・なるべく早い段階で単独練習からペア学習へ移行する。
- ・3人組でトリオを構成する場合、1人がチェック、ジャッジを行う。
- ・単独動作はウォーミングアップのみ、受け身の練習から相対で行う。

#### (3) 技能指導はスモールステップ、アクティブ・ラーニング

- ・学校体育では体力不足、運動不足の生徒がいることを想定
- ・長座→中腰→立ち姿勢（スモールステップ）
- ・抑え技は条件だけ生徒に伝え、生徒に考えさせる（アクティブ・ラーニング）。

（基本）柔道衣・礼法→基本動作・受け身

（抑え技）→抑え技→袈裟固め・横四方固め→上四方固め

（投げ技）→受け身から投技→膝車・体落とし→大腰→大外刈り・小内刈り

#### (4) 安全指導の標語

「全力は7割、3割は思いやり」、「引き手は命綱」

### 【2日目】

準備運動の後、1日目に習得した受け身の復習を行った。

投げ技（膝車、支え釣り込み足、体落とし、大腰、大外刈り、小内刈り）については、技の動きを区切り段階的に動きに慣れた後に、技をかける指導法が紹介された。段階ごとに誤った例を示すことで、参加者が手や足の動かし方や安全な技のかけ方を理解できるよう指導していた。部活動での大内刈りの事故が多いことを踏まえ、投げ技を指導する際に注意すべき点を参加者に説明し、時には参加者に考えさせ、安全な授業を実施するための指導法を教授していた。

固め技（抑え技）については、参加者が相互に技をかけあい、技を解く方法を考えさせたいうえで、正しい技の解き方を講師が説明していた。

最後に固め技のみで攻防を行う指導法を実践した。参加者が2人組になり、袈裟固め、横四方固め、上四方固めの3つの技のみで、様々な体勢から攻防を行い、固め技の復習をしていた。実技指導の後には、参加者から講師への質疑応答の時間が設けられた。参加者からは、体格や体力差、性差への配慮など、実際の指導での注意点、評価方法についての質問が挙がった。講習会の最後には、講師から安全に注意して指導をするよう声かけがあり、磯村講師が「全力は7割、3割は思いやり」について言及し、参加者もそれを復唱し、研修会は終了となった。

## 【剣道】

剣道の参加者については、有段者又は部活動での指導経験がある者が多く、授業協力などへの参加を見据えて、講師が指導法を教授していた。

### 【1日目】

最初に中央講師による座学の時間が設けられた。

軽米講師の講義では、現代の学生の剣道の作法や剣道具の扱いの理解の水準について、「日本武道協会設立四十周年記念中学校武道必修化指導書」の付属 DVD「中学校武道必修化指導書映像集」第一巻の実際の授業での活用方法について説明があった。

百鬼講師の安全についての講義では、体育館及び武道館の実施環境の注意、並びに剣道具の安全や衛生、生徒及び講師の熱中症のおそれ、指導方法について説明があった。指導の方法についても熱意のあまり厳しい指導を行い、それが体罰やイジメと認識されてしまうおそれについて指摘したうえで、楽しい動機づけを提供し、「褒めて育てるように」との説明もあった。

実技指導では準備体操を行った後、基本動作や礼法の習得のための発声選手権、剣道ジャンケン、手拭いゲーム、新聞紙切り、ボール打ちが紹介され、午前の部は終了となった。午後の部では、足の動きから始め、手の動きを追加し、最終的に残心を加える段階的な指導法が紹介された。手刀から始め、新聞紙で作った棒やソフト木刀、木刀を経て、竹刀へと段階的に道具を重くすることで慣れさせる指導法及びそれら教具の特性についての説明があった。道具が揃っていない学校では木刀が指導に有効であることや木刀の特性についての説明があった。「木刀による剣道基本技稽古法」による指導の実践の後、音楽に合わせて木刀リズム剣道を実践していた。練習隊形を全体での実施から2人組、グループへと変化させ、生徒に要点や課題を相互に指摘させる指導法の実践の後、判定試合の方法についての説明があった。その後、午前の説明にあったボール打ちを実践し、小手と面と胴、小手面を音楽に乗せて打つ指導法、通り抜けの指導法を実践し1日目は終了となった。

### 【2日目】

「剣道具のある場合の授業例」

- ・剣道具を着装するのにかかる時間をストップウォッチで計って生徒に競わせる。
  - ・ペアをつくる時は性差、身長差に配慮する。  
(基本技の段階的指導)
  - ・一足一刀の間合→遠間  
(応じ技)
  - ・面抜き胴→5人組ポイント制試合(試合者2人+審判3人)
  - ※試合後、審判員から前向きな、具体的アドバイスを行う。
  - ※生徒は胴を打つと良い音がするため1本取れると盛り上がる。  
(自由稽古)
  - ・適切な運動量を確保するには30秒程度が望ましい。
- 指導と評価の一体化→指導の工夫・改善
- ・主体的学習のために学習カードを工夫。
  - ・生徒自身による評価、生徒相互による評価。

