

平成 30 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 30 年 6 月 13（水）・14 日（木）

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】鮫島元成八段（公益財団法人講道館 道場指導部部长）

磯村元信六段（全柔連重大事故総合対策委員会委員長）

【剣道】目黒大作範士八段（全日本剣道連盟審議員）

花澤博夫教士八段（大阪学生剣道連盟会長・大阪学校剣道連盟副会長）

参加者 柔道 14 名（うち中学校教員 10 名 高等学校教員 4 名）

剣道 33 名（うち中学校教員 6 名 高等学校教員 2 名）

昭和 59 年から続く山口県での本研修会は、中学校武道必修化特化型として開催された。今回の柔道の研修会では NHK による取材、撮影が行われ当日の夕方に研修会の様子が放映された。

《柔道》

参加者の多くは未経験者、初心者であり、授業での指導経験が浅い教員であった。はじめに鮫島元成講師から、初心者に起こりがちな事故が頭部を打つことである説明と、重篤な怪我を発生させない三要素（①残心②潔さ③命綱）について解説がなされた。それぞれ

①残心・・・投げた際に、体勢を崩すことなく相手の方を向き、相手を引きあげる

②潔さ・・・投げられた側が、相手にしがみつかないで受身をしっかりとる

③命綱・・・投げる側は引き手を、投げられる側は釣り手を離さない

という内容で、実演を交えながらの講釈がなされ、引き続き受身の指導が行われた。



座学では、授業の方針として、柔道を通して生徒たちが一生使えるもの（挨拶、礼儀作法等の習慣）を教えてあげられるように、という教育的な側面と、「柔道が強いこと＝高評価」ではないことの説明がされた。その後、参加者同士で組み合い、すり足の習得と体裁きを覚え、膝車で相手を投げる、受身をとるといった柔道独特の動きを実践した。

午後には、磯村元信講師から「柔道の楽しさ、面白さ」を伝えていく方法として、実例を挙げながら説明がなされた（技の掛け方を生徒同士で考えさせる、ゲーム形式で攻防をさせ

る、など)。また、併せて効率が良くなる授業の組み立て方（体操の授業を行ってから、柔道の授業を行う）の提案があった。続いて鮫島講師から、投げ技の習得方法について指導が行われた。限られた時間内でも投げ技（体落）の習得ができるように、「体裁き（前回り裁き、後ろ回り裁き）の習得⇒膝車で引き手（腕時計を見る動き）と釣り手（電話に出る動き）の使い方を覚える⇒膝車の組手の使い方と、前回り裁きで素早く反転し、体落」と、段階的に共通の動きを行うことによって、体落を効率良く習得できる方法が紹介された。他にも、後頭部を打たない正しい大外刈の解説もされた。

最後に、磯村講師から発達障害のある生徒への評価方法として、学習到達状況进行评估するための評価基準表「ルーブリック」の紹介及び質疑応答の時間を設け、初日を終えた。

2日目は、鮫島講師より、柔道の基本的な事柄について講義が行われた。組むという柔道の特性・組み方、礼、自然体・自護体、守破離などについて説明がなされた。

続く実技では、前日に行った受け身の復習と、技の復習として打ち込みを行った。その後、新しい技として大腰を練習。腰に乗せる練習、続いて腰に乗せるまでの打ち込み、最後に投げるまでの練習と、段階的な学習方法で実践された。さらに、大腰の類似技（浮き腰、釣込み腰、払い腰、背負い投げ）とそれぞれの違いが紹介され、鮫島講師からは類似技も練習して自分の得意技を見つけることもできるという話があった。

午後は、磯村講師から評価についての講義があり、『中学校武道必修化指導書』に基づいて評価規準と評価基準、および、評価計画について説明があった。磯村講師は、授業の始めに、その回の授業はどのような活動であれば良いのか、どのような活動は良くないのか、生徒に対しても規準（基準）を明確にすると良いと話した。

次の実技はグループワークとして、まずは3人1組での礼法の試合を実施し、次にグループでの技の研究・発表を行った。この方法は、柔道を専門としない教師でも、子どもたち自身に考えさせることで授業を実施できるという利点があり、加えて生徒が自分で考えることで記憶にも残りやすい。

続いて寝技の実技に移り、鮫島講師による代表的な固め技（上四方固め、横四方固め等）と、返し方を練習した。最後に、これまでに習った投げ技を使った乱取りを行い、終了となった。



○柔道参加者感想

去年、安全にできる方法を教わり、授業で実践したら生徒たちが楽しそうに取り組んでいたのので、今年も参加することになりました。今年は前回できなかった投げ技も教えていただいたので良かったです。

授業で柔道を教えるのは今年で3年目になります。このような研修会に参加して自信がつけば、もっと安全に楽しく教えられるのではないかと考えています。また参加する機会があれば、ゲーム感覚で且つ安全に技の実践を行えるような方法を教えていただきたいです。

(中学校教諭)

柔道および指導経験もなく、研修会の参加も初めてですが、先生方の説明がとてもわかりやすく、指導に役立つ研修会でした。研修会中は様々な技を教えていただきましたが、生徒たちには柔道の代表的な技である背負い投げを教えてあげたいと思います。

(中学校教諭)

《剣道》

はじめに目黒大作講師の講義が行われた。「本研修会では、高段者にとって基本に戻る場面が多々あるが、講習の趣旨を理解して取り組んでほしい」としたうえで、中学校における学習内容、安全指導について話した。

中学校における学習内容については、学習指導要領の改訂のポイントに触れ、『中学校武道必修化指導書(剣道)』を見ながらどのような学習・評価を行えば良いか説明がなされた。

安全指導については、「武道は中学生にとって初めての学びであり、できないのは当然。教師もできなくて良い。どこが問題で何をすればできるようになるのか、生徒と教師が一緒に考えて学んでいく。そこに指導要領改訂の意義がある。剣道経験のある教師はできないことに焦りを感じて強い指導をしてしまう恐れがあるが、学びとはどうあるべきかをもう一度考え、できた喜びを味わえる指導を。喜びを感じるにより、日本的な考え方・行動の仕方が本当に身に付いていく」と話した。

実技に移り、花澤博夫講師による授業づくり・楽しい動機付けが展開され、剣道じゃんけん、手ぬぐい取り、新聞紙斬り、バレーボール打ちなど、ゲーム感覚で剣道の動きを取り入れる方法、足捌きの学習方法が紹介された。



午後はまず、礼法と、基本動作として竹刀の構え方、素振り、打ち方・打たせ方を行い、その後、剣道具のない場合の授業例として、木刀による剣道基本技稽古法の指導法が行われた。4人1組になって評価をし合うグループワークも実践された。

最後に、音楽に合わせて基本動作を身に付けることができるリズム剣道を行った。

2日目は、実際に防具をつけての研修となった。花澤講師から、授業時間中スムーズに防具を着用する手順と要点が詳細に説明された。そして、竹刀で打たれる恐怖心で正しい姿勢が崩れてしまうことについて言及し、自然体の相手に小刻みに面、胴および小手を打ち続け「痛くない」ことを認識できるようにするという指導法が紹介された。



その後、基本の技の指導として、一本打ちからはじまり、小手から面、面から胴といった連続技、払い技、引き技等しかけ技まで一通り説明された。各部位の打ち方を学ぶと同時に、打たれた際の受け方、避け方を指導することによって、応じ技の習得も併せて行った。

実際に打突を学んだ後は、参加者同士でグループを作り、簡易試合を実施した。この簡易試合は、5人1組として、2人が選手、3人が審判という体制で行い、面抜き胴を互いに3本ずつ打ち合い、どちらの打突が優れていたかを審判が判断する、というものであった。この試合では、審判が気・剣・体の一致の確認と打突の評価を行い、自身の言葉で相手をけなさないよう、のびるように講評して、選手の相対評価が行われた。

座学では、目黒講師から剣道における合理的な身体の動きとして、上肢、体幹、下肢それぞれの使い方の説明と、竹刀を「剣、日本刀」と考え「斬るか斬られるか」の中で、「真剣」に取り組むということ意識させるようにと解説された。

最後に、指導による相手の理解度と、指導を受けた生徒の理解度の差（判断差）を考えると、指導をする側も、実践と説明は両方できなければならないことが目黒講師から伝えられ、2日間の研修会が終了した。



○剣道参加者感想

5年前に参加したことがあり、今回の研修会は学校の推薦もあって、2回目の参加です。本研修会では、様々な方から優しく指導していただけるので、良い経験ができました。中学生を指導していますが、授業の場に活かしていきたいです。

(高等学校教諭)

この研修会では、初心者から経験者向けへ幅広く指導してもらえるので、自分自身の剣道を振り返る良いきっかけになりました。私は剣道の経験者ですが、授業での指導のために、過去に本研修会の柔道研修会にも参加したことがあります。柔道、剣道どちらの先生もわかりやすく指導してもらえました。

(中学校教諭)