

## 兵庫県（姫路市）柔道指導者研修会

期 日：令和元年7月31日～8月2日

会 場：ウイंक武道館（兵庫県立武道館）

派遣講師：熊野 真司 講師（六段）

          與儀 幸朝 講師（五段）

参加者：18名

### 【1日目（7月31日）】

兵庫県内から中学、高校の教員18名が講習会に参加した。参加者のほぼ全員が柔道を専門としない教員である。

初日はまず、中学校武道必修化指導書DVDの「武道」編および、「柔道」編を視聴した。続いて、熊野真司講師がスライドで講義を実施。平成27年から平成29年の3年間、東京都の二校で検証授業を行った結果として、現状の柔道授業における課題とその対応、授業づくりのポイントの解説がなされた。

その後、道場に移動して実技講習を行った。熊野講師が柔道衣の着装方法から、礼法、組み方（八方崩し）を指導した。その後、3人一組に分かれ2人が礼法等一連の動作を行い、審判役が優れている方を評価するというグループワークを実施した。

午後は、與儀幸朝講師が受身（後ろ受身・横受身・前回り受身）を指導。その中で、ペア形式による相手を引き上げての横受身や、相手の背中の帯を持って飛び越える前回り受け身など、投げられた時の状況、衝撃に類似した、受身の練習方法も交えて紹介した。

その後、與儀講師が固め技の指導を実施。唐突に「袈裟固」「横四方固」といった固め技を次々と紹介していくのではなく、固め技の条件を解説しながら指導すると良いと説明がなされ、「袈裟固」の抑え込み方、返し方の動作を指導した。

### 【2日目（8月1日）】

翌日はまず、受身および固め技の復習を実施。新たに「横四方固」の抑え込みのポイント、およびその逃れ方を指導した。

続いて熊野講師から投げ技（膝車、体落）の指導がなされた。相手を膝立ちの姿勢から、「体さばき」「崩し」「投げ」と一連の流れを確認した後、中腰、立ち姿勢と、受けの習熟度、恐怖心に応じて段階的に指導するよう解説した。その後、與儀講師から「大腰」を指導。両足が同時に浮き、高い位置から投げられ、さらに膝立ちの受けができない投げ技なので、最後に指導する技であると説明した。実技の最後に、組み合った状態で簡易な攻防を実施。柔道の楽しさを理解させる授業づくりの一環として紹介した。

その後、部屋を移動して與儀講師から必修化以降の柔道授業の現状と課題の説明がなされた。課題として、専門教員が少数であることに加え、柔道特有の危険性が挙げられた。その対応として、スモールステップによる段階的な指導方法や、習得した投げ技、固め技を簡

易な攻防の中で実施し、安全性を確保するといった手段が挙げられた。

午後は、はじめに中学校武道必修化指導書 DVD の「柔道」編を上映し、熊野講師が午前中に指導した投げ技の復習を行い、学習評価の方向性について講義を行った。講義後、再び道場へ移動して地元講師から審判法の講習を実施。スコアの判定方法や勝敗に関わる重要な判定基準の説明がなされた。最後に、「形」の講習会が実施され、2 日目が終了した。

### 【3 日目（8 月 2 日）】

重要度の高い受身の復習から実施された。ペア形式での受身も交え、参加者の確実な技能習得を促した。続いて、固め技の復習が行われ、お互いに組んだ状態の簡易な寝技の乱取り稽古から、自由乱取りを実施。柔道の「楽しさ」を伝える手段も再確認した。

最後に質疑応答の時間が設けられ、3 日間の講習会が終了した。

### 【参加者感想】

「参加は初めてです。高校生の際に柔道の経験がありました。今回の研修会で正しい指導法を身につけられたので、今後の指導に活かしていきたいです。」（高校教諭・男性）

「初参加です。柔道の経験はありません。研修会で印象に残ったのは、ペア形式での受身方法です。投げられた恐怖心を緩和できるので、とても参考になりました。」（中学校教諭・女性）



以上