

令和5年度山口県（山口市）地域社会武道（柔道・剣道）指導者研修会
〔中学校武道必修化特化型〕

開催期間：令和5年5月17日（水）～18日（木）

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】レクチャールーム

派遣講師：【柔道】木村昌彦 八段（全日本柔道連盟指導者養成委員会委員長）

田中裕之 七段（全日本柔道連盟普及振興部長）

【剣道】水田重則 範士八段（全日本剣道連盟常任理事）

小山正洋 教士八段（静岡県剣道連盟監事）

参加者：【柔道】15名（高校4名、中学11名）

【剣道】18名（中学3名、支援1名、一般14名）

【柔道】

初日（5月17日）

始めに田中裕之講師による柔道指導の概論講義『教育に生かす武道の心』が行われた。「生徒たちに柔道を通して何を伝え、何を学ばせたいのかが大切である」と、授業の在り方について説明。また、



田中講師による概論の講義

『精力善用・自他共栄』と学習指導要領の3観点（『知識、技能』『思考力、判断力、表現力』『学びに向かう力、人間性』）を結びつけ、「授業では柔道を通して人間性を養うことが重要」であり、「柔道に限らず生涯をかけて学び続けることが大切である」とした。続いて行われた木村昌彦講師による『基本動作・受け身』では、礼、正座の仕方から始まり、組み方、受け身の実技指導が行われた。木村講師は受け身の前提として「後頭部を打

たないようにするためには首の筋肉の使い方が大切。首の筋収縮を意識させる」と説明した。

午後からは田中講師の指導による『固め技（袈裟固め、横四方固め、上四方固め）』、木村講師の指導による『受け身（後ろ受け身、横受け身）、組み方、崩し方、投げ技（膝車）』が行われた。田中講師からは「単に抑え方、逃れ方を教えるのではなく、どのように抑え、どのように逃れるかを生徒に考えさせることもできる」と、授業の進め方についてのアドバイスがあった。また、「柔道の授業では秩序が絶対に必要。特に狭い場所での授業となれば、秩序がないと怪我をする」と安全管理についての注意喚起があった。木村講師からは、膝車をかける際のポイントとして「慣性の法則を利用しつつ、相手が出ようとする所で足を当てるように」と説明があった。



ホワイトボードを使って膝車について説明する木村講師

2日目 (5月18日)

始めに田中講師による『固め技（袈裟固め、横四方固め、上四方固め）』についての講義と実技指導が行われた。攻防の楽しさを味わうため、固め技での試合（20秒）を実施。受講生は4人1組となり選手、審判、時計係を順番に実践・体験した。休憩後、木村講師による『投げ技（膝車、支え釣り込み足、体落とし、大外刈り）』の実技指導が行われた。2人1組で技の掛け方を確認した後、互いに技を掛け合った。最後に互いに技を掛け合う簡易なゲーム（技はかけ切らない）を行い、攻防の楽しさを味わった。



田中講師による固め技の試合方法の指導

午後からは、田中講師による『評価』についての講義と実技指導と木村講師による『総括』の講義が行われた。田中講師は「私は教えるとは自分の希望を語ること、学ぶとは誠実を胸に刻むことだと思う。教員になった時の気持ちを忘れずに頑張っていたきたい」と教員としての心構えを述べた。

【剣道】

初日 (5月17日)

はじめに、水田講師から武道（剣道）の指導にあたって、剣道衣の着装について、正しく着ることの大切さと、立礼と座礼の姿勢についての講義があった。

次に竹刀の持ち方と構え方、正しい振り方の説明や指導法についての講義があり、午前中は終了した。

午後は、剣道具の付け方についての説明後、実際に面以外の胴と垂と小手をつけた。胴の着装について、胴紐の結び方を授業でどのように生徒に指導をするかを念頭に置きながら着装した。

その後、正面打ちや左右面の打ち方の指導方法についての説明があった。

次に互いに向き合い、連続技の面、小手、胴を交互に打った。その際の運足や踏み込み方の説明がなされた。

つづいて面をつけての練習を行った。面の装着について、まずは手ぬぐいで帽子を作り、それを被り面をつけた。装着後、互いに面、小手、胴を打ち合い、初日の研修は終了した。



竹刀を置き、手刀で振り方を練習

2日目 (5月18日)

二日目の研修では、最初に「日本武道協議会設立40周年記念中学校武道必修化指導書」のDVDを全員で鑑賞した。鑑賞後、質疑応答が行われ、水田講師が受講生からの質問に返答した。また、小山講

師からは「昨日の研修内容が再確認できてよかったと思う」との感想があった。

引き続き実技に入り、昨日の研修の復習をした後、剣道具を付けて面、小手、胴の連続技を行い午前の研修は終了した。

午後は、剣道具を付けて実戦練習を行い、仕上げに切り返しをして研修を終えた。



剣道具をつけての実践練習

【受講生の感想】

○柔道

(中学校体育教師・男性・初心者)

- ・柔道は大学の授業でしかやったことがなかったのですが、楽しくわかりやすく教えていただきました。先生方から学んだことを子どもたちに伝えるのが楽しみになりました。

(中学校体育教師・女性・初心者)

- ・今後の体育の授業で柔道を実施するので、この2日間で学んだことを活かし、子どもたちにしっかりと伝えていきたいです。

○剣道

(中学校体育教師・男性・初心者)

- ・専門は野球で、学校で剣道が採用されたために参加しました。剣道は覚えることが多くて大変だと思いましたが、わかりやすく説明してもらい、充実した研修会でした。

【山口県教育庁学校安全・体育課への聴取】

- ・武道授業実施状況（公立中学校139校中）

柔道123校（88%）、剣道23校（16.5%）、相撲5校（3.6%）、空手道2校（1.4%）、合気道1校（0.7%）、少林寺拳法1校（0.7%）、なぎなた1校（0.7%）。なお、複数種目採用校は13校。

- ・指導書についてはスポーツ庁作成のものを紹介している。山口県で作成している指導書は平成25年度に作成したもののみ。

- ・けがについて、令和4年度は柔道29件、剣道1件、相撲1件でいずれも重篤のものはない。