第 10 回全国相撲指導者研修会

第 10 回全国相撲指導者研修会（主催＝日本武道館、日本相撲連盟、後援＝スポーツ庁、勝浦市教育委員会）が 令和５年 11 月 17 日（金）～19 日（日）の３日間、千葉県勝浦市の日本武道館研修センターにて講師９名、助講師１名、参加者 52 名が集まり実施された。また、地元勝浦市立勝浦中学校生徒 11 名の協力を得て、模擬授業を行った。

本事業は全国で相撲を指導する小中学校・高等学校の教員および社会体育指導者並びにこれら指導者を目指す者を対象に、相撲授業における指導理論と指導法に関する研修会を実施し、専門的な知識・技術・指導法を習得した指導者を養成することを目的に開催された。

■１日目（11 月 17 日）

開講式では、安井和男日本相撲連盟副会長と和田健日本武道館振興課長が主催者挨拶を述べた。その後、オリエンテーションでは本研修会の趣旨を再確認し、講義に入った。

《講義Ⅰ「指導法概論」》

安藤均講師から指導法について「四股が踏めなくても相撲は取れる。相撲は取らせることは簡単だが、教えることは難しい。教材としての魅力は、専門家でなくても指導ができ、ケガが少なく、初歩的な段階でも簡易試合が実施可能なところにある」と解説があった。

《講義Ⅱ「相撲の科学」》

桑森真介講師は、自身の研究結果を元に、柔道やモンゴル相撲など他種目との比較や土俵の大きさ・造りの変遷について解説した。

《実技研修Ⅰ「相撲の基礎とその指導法」》

大道場に会場を移して、上村裕一講師、村田安啓助講師が基本動作の説明と実技指導を行った。

続いて、NIKE ジャパン所属の桑野東明講師がフィットネスの目線から見た相撲の動きについて「四股は体に嬉しい効果が多い動作である。下半身の筋力アップやバランス感覚の向上、冷え性の改善など相撲のみならず、さまざまなスポーツのトレーニングとしても取り入れられている。美容や健康面でも効果が期待できる」と述べた。

その後、身近に相撲を体験し、体力づくりや健康法に触れてもらうためのプログラムとして考案された「スモウインスパイアードトレーニング」を紹介し、参加者は約 25 分にわたり音楽に合わせ楽しみながら汗を流した。

《講義Ⅳ「指導計画」》

滿留久摩講師が指導計画を立てる上で押さえておきたいポイントとして相撲の特性、教材としての魅力、学習指導のあり方を説明した。

引き続き、翌日の模擬授業に向けたグループワークを行い、初日の日程を終了した。

■２日目（11 月 18 日）

《講義Ⅴ「安全管理・指導」》

南和文講師から指導者の心構えとして「指導者は『無理と無知は事故を招く』ため、安全な指導方法を考え、学ぶことが必要である。相撲は禁止すべき危険な行為はできる限り審判規程や競技規程に取り入れ、外傷･傷害の発生を防止している。授業を行う上でも伝統的な四股、テッポウ、股割りなどが事故予防には有効である」と述べた。

《実践事例紹介》

長浦卓也講師が以前赴任していた熊本市立出水南中学校での相撲授業の事例を発表した。「相撲授業を始めたきっかけは、当時、出水南中には武道場がなく、柔道着は不足、剣道具もないと課題だらけの中、平成 29 年度の２学期から武道授業をどう実施していくかを他の体育科職員で相談したところ『相撲をやってみよう』と意気投合したことが始まり。県内でも実践校がほとんどない中、教員同士で教材研究を行い、手探りで準備を進めた。８～10 時間で生徒の成長をイメージしながら、初心者である中学生にいかに相撲に親しませるかを検討してきた。四股名を考えさせ、グループを部屋、リーダーを親方として設定した。序ノ口から横綱までの 10 段階で１勝するごとに番付があがるシステムを導入したことが生徒の授業に対するモチベーションにつながった」と報告した。

《実践研究Ⅰ「班ごとの指導案作成」》

《実践研究Ⅱ「指導案に基づく模擬授業」》

《実践研究Ⅲ「研究協議」》

午前中の実践研究では模擬授業に向け、各班で決められたテーマに沿って指導案を作成した。午後からは勝浦中学校の生徒 11 名の協力を得て、模擬授業を実施した。模擬授業終了後には、各班で指導内容の振り返りを行い、責任観察班が指導内容について評価を行い、全体で成果を共有した。

■３日目（11 月 19 日）

《実技研修Ⅱ「審判法、相撲遊びおよび簡易試合」》

最終日は、まず浦島三郎講師が審判法の研修を行った。続く、堀内弥講師による研修では、これまでの研修を基に、指相撲や腕相撲、押し合い相撲など、遊びを取り入れた簡易試合による班対抗の団体戦を行い、白熱した試合が展開された。

閉講式では、桑森講師が講師講評を、浦嶋日本相撲連盟参事が主催者挨拶を行った。最後に参加者を代表して朝岡輝喜氏（山口県）から主催者に謝辞が述べられ、全日程を終了した。

班対抗団体戦決勝・じゃんけん相撲

松元祐志（熊本市立西原中学校・保健体育科教諭）さんに聞く！

Q. 勤務校についてを教えてください。

「赴任して３年目になります。生徒数は１年生６クラス、２年生５クラス、３年生５クラスの全体で約 600 人の熊本市内では中規模校にあたります。保健体育科教諭は３名で担当者により指導する武道種目が異なります。過去、武道授業では担当者によって柔道や剣道を実施していたと聞いています」

松元祐志さん

Q. 相撲授業を実施した経緯について教えてください。

「前任校は小規模校だったので全員分の剣道具があり、私自身も剣道を指導することが楽しかったのですが、西原中では用具と施設の関係で竹刀での型と素振りだけだったので少し退屈していました。校長や体育科主任に相撲を実施したいと相談したところ快諾していただき、今年度は私が受け持った２年生女子を２グループに分けて、武道授業で初めて相撲をそれぞれ６時間と８時間実施しました」

Q. 相撲を指導することへの不安はありましたか。

「サッカーが専門ですので、学校に届いていた日本武道協議会発行の指導書が非常に参考になりました。指導書がなければ授業ができていなかったと思います。また、日本相撲連盟のホームページに掲載されている資料映像などを活用して教材研究を進めました。さらに市内に長浦講師がいたことも助かりました。たくさんの授業実践例を参考にさせてもらいました。はじめは生徒から『本当に相撲をやるの？』との声がありましたが、相撲遊びから入り、仕上げの授業では団体戦まで行いました。授業を進めていくうちにクラスに一体感が出てきて、試合をしていない生徒も応援に熱が入り、非常に盛り上がりました」

Q. 今後の武道授業の予定を教えてください。

「３学期には１年生男子が相撲授業を行う予定です。相撲は試合が短時間でできるので、何度も繰り返し実施できることに魅力を感じています。生徒たち自身が気づき、修正する力を養う機会が多く、一人ひとりが工夫して授業に取り組んでくれるので最高の教材だと思います。来年もぜひ相撲を実施したいです」