

全国 25 名の教員が、柔道授業における指導の基礎を学ぶ

第 16 回 全国中学校（教科）柔道指導者研修会



講師の指導のもと、投げ技に挑戦する参加者

第 16 回全国中学校（教科）柔道指導者研修会（主催＝日本武道館、公益財団法人全日本柔道連盟 後援＝スポーツ庁、勝浦市教育委員会）が 11 月 7～9 日の日程で、会場の日本武道館研修センターに 25 名の参加者が集まって実施された。

本研修会は、柔道指導の未経験者が 10 名参加しており、参加者は柔道を基礎から学んだ。実技研修においては、生徒たちが楽しく学ぶための、ボールやカードを使うあそびの要素を取り入れた実践方法の例や、安全に授業を実施するために気を付けるべき点なども紹介された。

◇実施内容

- 1 日目：講習 1 「講道館柔道・礼法」 「基本的な指導」①（向井幹博）
講習 2 「基本的な指導」②（高橋健司）
講習 3 「あそびから考える柔道」（久保田浩史）
講習 4 「教育に生かす武道の心」—なぜ授業で柔道を？—（田中裕之）
- 2 日目：講習 5 「固め技」（坪根一美・近藤哲也）
講習 6 「受け身」①（和泉大樹・前瀧大吾・久保田浩史）
講習 7 「受け身」②（和泉大樹・前瀧大吾・久保田浩史）
講習 8 「投げ技」①（山根友樹・竹内優香）
講習 9 「投げ技」②（山根友樹・竹内優香）
「まとめ・質疑応答」
- 3 日目：講習 10 「からだのメカニズムから考える柔道の安全指導法」（曾我部晋哉）
講習 11 「柔道と身体リテラシー」（小山勝弘）
講習 12 「総括」（木村昌彦）

◇講師一覧

・講師

木村 昌彦（全日本柔道連盟 事務局参事）
小山 勝弘（山梨学院大学 教授）
曾我部晋哉（甲南大学 教授）
高橋 健司（練馬区立大泉中学校 非常勤教諭）
田中 裕之（全日本柔道連盟 普及振興部長）
向井 幹博（公益財団法人講道館 図書資料部）
久保田浩史（国立大学法人東京学芸大学 准教授）
和泉 大樹（宮城県柔道連盟）
前瀧 大吾（東京都葛飾区立青葉中学校 主幹教諭）
山根 友樹（山口県長門市立深川中学校 教諭）
坪根 一美（福岡市立香椎第3中学校 教頭）
近藤 哲也（長崎南山中学校 教諭）
竹内 優香（富山県高岡市立五位中学校 教諭）

研修会の模様①



講習2「基本的な指導」②
組み方をペアで確認する



講習3「あそびから考える柔道」
カラー帯を使用し、あそび感覚で
柔道の基礎的な動きを体得する



講習4「教育に生かす武道の心」
柔道を通して生徒に何を学ばせたいか、
隣の席の参加者と話し合う



講習5「固め技」
カードに書かれた情報だけを頼りに、
固め技の形をグループで考える

研修会の模様②



講習5 「固め技」
袈裟固めに挑戦する



講習7 「受け身」②
帯を使用し、受け身の感覚を覚える



講習9 「投げ技」②
講師の手本に合わせ、
投げ技の動きを丁寧に確認する



「まとめ・質疑応答」
講習で学んだことを実践し、
講師から助言を得て、再挑戦する



講習10 「からだのメカニズムから考える
柔道の安全指導法」
身体の構造から、柔道の動作について考える



講習12 「総括」
柔道授業の魅力を語る木村講師

令和7年度参加者感想（抜粋）



中学生は柔道に初めて触れる生徒がほとんどであり、本研修会を通してそうした生徒に対しても柔道に親しみやすく取り組んでもらえる工夫された指導内容がたくさんあり、とても参考になりました。柔道を少しでも好きになってもらえるように、安全に十分に配慮しながらも楽しく行えるように、学んだことを活かして授業を展開していきたいと思います。

今年でこの柔道指導者研修会に参加するのは2回目になります。柔道を専門としておりますが、子どもたちの怖い、痛いという思いを払拭し、柔道が楽しい、またやりたいと思える授業を作るためにACPなどを活用した内容を学びたいと思い、今回も参加させていただきました。今年は、ACPの動きをたくさん知ることができて、とても勉強になりました。これまで授業や部活動で活用してきましたが、新しいレパートリーを増やすことができましたし、自分なりの柔道の動きを活かした運動を考えていこうと感じました。



武道の経験がなく指導に悩んでいたところ、柔道を専門とする体育科教員の先輩に勧められ、本研修に参加しました。初日から柔道着を着用しての実技講習があり、盛りだくさんの内容で大変充実した学びとなりました。これまでの授業では、礼儀作法や技の仕組みなど教科書的な指導が中心で、実感を伴わない薄い内容になっていたように感じます。しかし、本研修を通して、礼儀作法の意味や相手を思う心の大切さ、さらに固め技や投げ技の理合いなど、武道の魅力を実感をもって学ぶことができました。初心者の自分にとって、この3日間は新しい世界との出会いであり、貴重な体験でした。今後は、生徒たちにとっても心に残る出会いのある授業を目指し、柔道や保健体育を通して人生に活かすことができる学びを提供していきたいと思います。

講師の先生や柔道を専門としない先生方から、現場の困りごとや「楽しく学ばせる工夫」を多く学びました。受け身の徹底、危機管理、段階的な技の導入、困っている生徒への声かけ、ゲーム的な活動などは、すぐに実践できると感じました。今回参加された諸先生の視点は、多くの気づきを与えてくれたので、忘れないうちにすぐに授業で実践したいと思います。



第一線で活躍されている先生方から多くの示唆をいただき、大変貴重な学びの時間となりました。技術的な指導法だけでなく、安全管理や生徒への声かけの工夫など、日々の授業に直結する内容が多く、非常に充実していました。また、参加された先生方の意識の高さにも刺激を受け、自分自身の指導姿勢を改めて見直す機会となりました。今後は今回得た知見を学校現場で生かし、生徒が安全に、そして意欲的に柔道に取り組めるよう努めていきたいと思います。