

# 相撲に初めて触れる生徒への指導法を学ぶ 28名の参加者が中学生に模擬授業を実施

## 第12回全国相撲指導者研修会



第12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）が11月21～23日の日程で、会場の日本武道館研修センターに28名の参加者が集まって実施された。

本研修会は、相撲を指導する教員等を対象に、専門的な知識・技術・指導法を習得した指導者を養成する目的で行われた。研修会前半では指導法概論や安全管理に関する講義、相撲授業におけるICT機器活用の実践事例や授業の導入で行う基本動作の説明方法の紹介が行われた。後半では班ごとに指導計画を立案して、勝浦中学校の生徒に対して実際に授業を実施、最終日にはトーナメント方式で、男女共習可能なじゃんけん相撲などによる簡易試合が行われた。

### ◇実施内容

1日目：講義「指導法概論」（安藤均）

「相撲の科学」（桑森真介）

「指導計画」（満留久摩）

実践事例紹介「相撲授業におけるICT機器の活用」（長浦卓也）

実技研修「相撲の基礎とその指導法」（上村裕一、鳥海真太郎）

2日目：講義「安全管理・指導（1）」（安藤均）

「安全管理・指導（2）」（南和文）

実践研究「班ごとの指導案作成」（長浦卓也、満留久摩、上村裕一）

「指導の実践と観察 指導案に基づく模擬授業」（満留久摩、堀内弥、長浦卓也）

「研究協議」（長浦卓也、満留久摩）

3日目：朝稽古（上村裕一）

実技研修「審判法、相撲遊びおよび簡易試合」（堀内弥、上村裕一）

## ◇講師一覧

南 和文（日本相撲連盟）  
桑森 真介（日本相撲連盟中学校相撲授業指導法研究委員会、明治大学）  
安藤 均（日本相撲連盟中学校相撲授業指導法研究委員会、木曽町教育委員会）  
堀内 弥（日本相撲連盟中学校相撲授業指導法研究委員会、山梨県山中湖村立山中小学校）  
満留 久摩（日本相撲連盟中学校相撲授業指導法研究委員会、東京都立足立新田高等学校）  
上村 裕一（日本相撲連盟中学校相撲授業指導法研究委員会、長野県木曽町立開田中学校）  
長浦 卓也（熊本大学教育学部附属中学校）  
鳥海真太郎（さいたま市立中島小学校）

## 研修会の模様



講義 I 「指導法概論」  
研修会の導入として、指導書の紹介や教材としての  
相撲の魅力の解説が行われた



講義 II 「相撲の科学」  
生徒の体格差に対応するための授業方法を紹介



実技研修 I 「相撲の基礎とその指導法」  
基本動作の確認と、生徒に伝えるための手法を共有



実技研修 I 「相撲の基礎とその指導法」  
基本動作を参加者同士で実践



講義 III 「指導計画」  
勝浦中学校の生徒を招いた模擬授業に向けて  
各班で指導計画を作成



講義 IV 「安全計画（2）」  
脳震盪の事例や対処についての講義



実践研究Ⅱ「指導の実践と観察 指導案に基づく模擬授業」  
授業の始めに「相撲を漢字で書けるか」という  
問い合わせで生徒の興味を引き付け、基本動作を説明



実践研究Ⅱ「指導の実践と観察 指導案に基づく模擬授業」  
生徒同士がタブレット端末で動きを撮影し、  
改善点を共有し合う



実践研究Ⅱ「指導の実践と観察 指導案に基づく模擬授業」  
置を持ち上げるための力の使い方を  
押しに活用できることを伝える



実践研究Ⅱ「指導の実践と観察 指導案に基づく模擬授業」  
男女に分かれて簡易試合を行う



実践研究Ⅲ「研究協議」  
模擬授業を振り返り、参加者と講師が  
各班への感想や意見を発表



夕食の時間には懇親会を兼ねたちゃんとこ会を実施



最終日早朝、有志の参加者による朝稽古が行われた



実技研修Ⅱ「審判法、相撲遊びおよび簡易試合」  
各班入れ替わりで審判を担当し、  
授業で実施できる簡易試合を行った

## 令和7年度参加者感想（抜粋）

競技者目線と素人の方の目線では着眼点が異なり、これまで気づくことが出来なかった点にも気づくきっかけとなりました。

今後は競技力向上・普及活動に取り組み、学校現場においても今回の研修で学んだことを活かしていきたいと思います。安全に留意し、楽しく相撲に取り組むこと、慣れ親しむことを目指してまいります。



競技者に教えている私よりも、相撲未経験の子どもに教えている先生と指導者、さらに相撲未経験の生徒たちに教えている“相撲未経験”的先生や指導者たちの方が相撲と真剣に向き合い、相撲の楽しさを子どもたちに伝えよう、自分でも知ろうとしてる熱意を感じました。また、指導者たちそれぞれの考え方や教え方、伝え方があり、とても気づかされることの多い研修会でした。

相撲の指導に関わっている方々となかなかお会いする機会がないのでこのような研修に参加でき多くのことを学ぶことができました。日本語指導教諭なので教科として実際に相撲の授業をすることはないのですが、相撲で学ぶ礼節は外国籍児童にとっても大切なことで、その礼節を教える切り口に相撲がなるかなと思いました。また蹲踞の姿勢や中腰の構え、裸足でやる相撲独自のよさも子どもの健康な身体づくりに必要なことだと思うので授業に取り入れてみたいと思います。



相撲の科学の講義で、立ち合いの衝撃力の求め方や相撲の強さ・体重・前に出るパワーの関係性、足裏の摩擦や攻め方を垂直抗力として見ることなど、相撲を科学的に見ることですごく分かりやすく見えてきました。科学的に見ても相撲は前に出ることが重要だと再認識しました。また、ICT 機器を相撲に取り入れることで、自分が動いてる最中には分からない（見られない）ところを可視化できたり、皆で見ることで対話的に進めることができたりとプラスなことがたくさんありました。初めて相撲をする人には段階的に指導し、相手が興味を持ち、積極的に取り組んでもらうような指導が大切だと思いました。

来年度から教員として指導にあたる自分としてはとても勉強になることがたくさんありました。普段は競技者目線でしか見ていませんでしたが、相撲の経験がない先生方の方が面白い点に着目したり、経験のない生徒に対してのアプローチの仕方が上手いなと感じました。来年からは指導者としての道を歩みます。生徒に寄り添って、また安全面や楽しさ面白さの追求のためにも今回の研修はとてもいい機会となりました。また今回仲が深まった仲間とはこれからもお互い協力していきたいと思います。

