

令和6年度茨城県（水戸市）地域社会なぎなた指導者研修会

開催期間：令和7年2月8日（土）～9日（日）

会 場：東日本技術研究所武道館

（堀原運動公園内）

派遣講師：今浦 千信 教士、松井亮子 教士

地元講師：加賀己智世 教士、稲田文子 錬士

参 加 者：35 名



東日本技術研究所武道館



横綱常陸山の銅像

中学校・高等学校保健体育科教諭及びなぎなた授業協力者、並びに地域におけるなぎなた指導者を対象に、初心者になぎなた指導に関わる授業力向上及び専門的知識と技術の習得を図り、地域社会におけるなぎなたの普及と指導者の資質向上に資する。

開会式後、今浦千信講師が『中学校武道必修化に伴うなぎなた授業の推進』と題し、講話を行った。中学校におけるなぎなた授業の実施状況や実施校増加への対策などの概要について説明した。今浦講師はなぎなたの特性について「相手との距離があるので接触せずにできる。そして左右対称の動き（シメトリ）で多彩な技ができるようになる」とした上で、教育上の利点について「長ものを扱うので距離感の把握ができ、安全意識を養うことができる。また、男女共習が可能であり、比較的簡単に取り組める（運動着でできる、通常の体育館でできる）」等を挙げた。参加者から「しかけ応じの楽しさはどのように教えればよいのか」との質問に対し、「“しかけ応じ大会”のような発表会をすると攻防の楽しさを味わうことができる」と述べた。



授業指導への心構えを説く今浦講師

続いて大道場に移り、実技を行った。はじめに今浦講師からなぎなたの取り扱い方について説明があった。「竹の部分はささくれがあるので絶対に触らない。テープより下の部分を持つように伝えること」と安全管理上の注意点が述べられた。その後、コーンを使って足さばきの練習、相対でしかけ応じの練習を行った。今浦講師は授業実施上のポイントについて、「最初から生徒に答えを教えるのではなく、生徒から答えを引き出すように問いかけることが大事」とし、生徒自身に考えさせることを強調した。また、「武道は相手を敬うことが大切。試合では勝っても負けても相手に礼を尽くすように」と礼節の重要性を説いた。そして「生徒と信頼関係を築き、しっかりと会話のキャッチボールをすることが重要」と述べた。



コーンを使って足さばきの練習

昼食後、二班に分かれて試合形式で打ち返し選手権を行った。選手の他に呼出係、招集係、記録係、審判係の担当を決め、試合運営についても皆で協力して行った。評価の方法は、①構え（自然体、中段、八相）、②打突の高さ（メン、スネ）、③声（大きな声で）の3点とした。

続いて松井亮子講師の指導の下、しかけ応じ1～8本目を全員で行った。松井講師からは「相手の攻撃が来る前に受けに動いてしまわないように。また、構えた時、受けた時に自分の中心を意識するようにしましょう」との指導があった。その後、初段から三段までのA班（担当：今浦講師）と四段以上のB班（担当：松井講師）の二班にわかれ、しかけ応じの練習を行った。

休憩後、防具の着装について説明があった。まず松井講師から面について「先輩から面を譲り受けた場合、大きさが合わずにずっと使っていると歯の噛み合わせに影響してくることがある。譲り受けるのは構わないが、自分に合った防具を付けるように」との説明があった。続いて今浦講師が、胴、垂れ、脛当て、面の正しい着装方法について説明した。今浦講師は「防具を正しく装着することが安全管理上とても重要」とであるとした。その後、防具を着けて打ち返しの練習をし、初日は終了した。

二日目、まず松井講師が自身の中学校でのなぎなた授業の実践例報告を行った。「男女教習で2クラス、体育館で行った。なぎなたを県連から30本借用し、部活用30本とあわせて使用した。授業は全な連の指導ノートを活用して行い、毎時間キーワードを提示して指導内容や目標を確認しながら行った。実際に防具を打つことが生徒にはとても楽しかったようである。後半（5～6回目の授業）には打ち返しの試合形式で行い、審判も生徒が行った」と説明した。

最後に「なぎなたは自分を律し、相手を敬う心を育くむことができる。また、身体接触が少なく安全に男女共習ができるので、授業をやりやすいと思う」と述べ、なぎなた授業の有効性を説いた。

続いて、①手の内スクワット、②継ぎ足りレー、③震源地は誰だ、④目隠し鬼ごっこ、⑤最初は中段ジャンケンポンの5種類のなぎなたゲームを行った。どのゲームもすぐにでき、楽しみながらなぎなたの動きに親しむことができる。

その後、三班にわかれ、それぞれのレベルに応じた研修を行った。中学校教員の初級者班は基礎的な動きを習い、最後にはリズムなぎなたを実践し、全員の前で発表した。わずか1日半で演武までもっていったことは、授業でも実施可能だと思う。2日間は充実した内容で幕を閉じた。



松井講師の指導によるしかけ応じの練習



松井講師による実践例報告



目隠し鬼ごっこ



最後にリズムなぎなたを披露