

岩手県営武道館 武道館報

45号

2018年11月 発行

(公財)岩手県スポーツ振興事業団

岩手県営武道館



指導者（講師）の心得について ～弓道指導者研修会から～

県営武道館長 小原 博

岩手県営武道館では、毎年、数多くの武道大会が開催されています。その内のごくまれにはありますが大会に参加している団体の指導者が、人目もはばからず選手に対し烈火のごとく叱責する場面に遭遇する時があります。相手を委縮させ、反論の余地も与えないような一方的な叱責は、選手たちから武道を続ける意欲や喜びを奪いかねず、「百害あって一利なし」と思われます。

武道人口の減少や低迷が叫ばれる今日、武道の普及・振興のためには、単に武道の技能向上の指導だけではなく、武道の魅力や楽しさ、奥深さなどを伝えるなど、生涯にわたって武道に取り組む青少年を育てていただける指導者の育成が必要です。

岩手県公立武道館協議会では、毎年、日本武道館との共催により「武道指導者研修会」と「武道錬成大会」を開催しています。

毎年、武道指導者研修会及び武道錬成大会を開催して感じることは、ご指導をいただく講師の先生方と受講者の向上心・研修意欲がうまくかみ合い、毎回、充実した素晴らしい研修会・錬成大会となっていることです。

日本武道館から派遣される指導のエキスパートである中央講師が地元講師との緊密な連携のもと、常に個々の受講生に目配せを行いながら効果的なご指導をいただいております。受講生の指導力向上（技能向上）はもとより、人間形成の面においても大きな力となっています。

8月中旬に開催された弓道指導者研修会の講義では、中央講師の加藤 出範士から「講師心得」についてのお話をいただきました。その内容は、武道指導者のみならず、各種スポーツの指導者やこれから指導者を志す方々にとっても大いに参考となるものと思われまので、以下にご紹介させていただきます。

【講師の10の心得】

①確実にないことは答えるな。②言ったことは、実際にやって見せて理解を深めてやること。③受講生を一人の人間として扱い、乱暴な言葉づかいは慎むこと。④体力的に自信がなければ、講師を辞退すること。⑤決して要領を教えないこと（受講生に考えさせる）。⑥大勢の前で恥をかかせないこと。⑦悪い面ばかりを指摘しないで、良い面にも目を向けること。⑧ほめ過ぎないこと。⑨自分の思い込みを受講生に強要しないこと（自分の身についていることのみ指導）。⑩耳学問は受講生を惑わす。

是非、多くの指導者や指導者を志す方々にご高覧いただき、参考としていただければ幸いです。

明治 150 年記念地方青少年武道錬成大会

★なぎなた 6月30日(土)~7月1日(日)

会場 岩手県営武道館 大道場

参加者(小学生・中学生・高校生) 96名

中央講師 北野典子氏 教士(公益財団法人全日本なぎなた連盟)
徳地昌代氏 教士(公益財団法人全日本なぎなた連盟)
地元講師 稲村明子氏 錬士(岩手県なぎなた連盟)
西村美香氏 錬士(岩手県なぎなた連盟)

[参加者の感想]

- ・他校生徒との稽古は初めてだったが、とても新鮮で勉強になった。
- ・アドバイスを通して自分ができていないことを自覚する機会となった。
- ・インターハイで活躍できる選手になりたいと思った。
- ・打突を多く打っても一本が決まらず悩んでいたが、指導を受け一本に近づくことができた。
- ・講話では、「あさひなぐ」のエピソードをお聞きした。この本を読んだ時、なぎなたへの興味がさらに湧いたことを覚えている。
- ・今まであまり気にしていなかったことや知らないことが多くあることに気づくことができた。



★弓道 7月14日(土)~16日(月)

会場 花巻市武徳殿 弓道場 参加者(高校生) 64名

中央講師 小林憲二氏 教士八段(公益財団法人全日本弓道連盟)
佐竹明美氏 教士八段(公益財団法人全日本弓道連盟)
地元講師 土川敦氏 教士六段(岩手県弓道連盟)
照井雅巳氏 教士六段(岩手県弓道連盟)

[参加者の感想]

- ・中央講師先生の見取り稽古の際、先生方の体配や目づかいに感動した。「静」や「動」の変化や物見をしてから揺るがない視線などに驚き、大変勉強になった。
- ・この三日間は、「アッ」という間に過ぎてしまった。「もっと弓道を学びたい」という思いが湧き上がっているのを感じている。
- ・「弓道は、他のスポーツとは少し違い、動かない的が相手であること。戦う相手は自分。勝つためには自分に負けないこと。チームワークが必要なこと。」など、多くの言葉に感銘を受けた。
- ・私は、最初の頃、顔や腕をよく打っていたため、「怖い」という思いが抜けず、体を遠ざけてしまう「離れ」をとっていた。今回、妻手のせいだけではなく、「手の内」が作れていないことにあると知ることができた。



地域社会武道指導者研修会

★合気道 7月21日(土)~22日(日)

会場 岩手県営武道館 大道場 柔道場 参加者54名

中央講師 小林幸光氏 七段 (公益財団法人合気会)
松村光氏 参段 (公益財団法人合気会)
地元講師 日高浩氏 七段 (岩手県合気道連盟)
竹花義徳氏 七段 (岩手県合気道連盟)

[参加者の感想]

- ・指導者が皆と一緒に動きながら、基本を一つ一つ段階的に示すことの大切さを感じた。
- ・県内の各道場から集まった初心者から上級者まで様々な人たちと稽古する中で、新たに得たものが大きかったと思う。
- ・一番印象に残っているのは、合気道の基本である体の変向と、そこから発展していく足さばきについてである。
- ・今回の研修会は、日頃の稽古とは違った技を稽古することにより、新鮮さを感じるとともに、自身の技を顧みる良い機会となった。
- ・基礎力を鍛練する稽古では、慣れてくると軽視しがちな基礎を再確認し、基本に立ち返ることの重要性を学ぶことができた。



★弓道 8月18日(土)~19日(日)

会場 一関武道館 弓道場 参加者34名

中央講師 加藤出氏 範士八段 (公益財団法人全日本弓道連盟)
土佐正明氏 教士八段 (公益財団法人全日本弓道連盟)
地元講師 足利幸吉氏 教士七段 (岩手県弓道連盟)
柏木公博氏 教士七段 (岩手県弓道連盟)

[参加者の感想]

- ・知識も技術も未熟なので参加が少し不安であったが、講師の方々に基本的事項から丁寧に指導していただき、楽しく研修会を終えることができた。
- ・講師の方々は、一方的に指導するのではなく、参加者に自ら考え実践する機会を与えていただいた。
- ・地域の弓道の更なる発展に貢献したいと思う。
- ・何度も日本一になられている先生の行射を目の前で見られる大変貴重な経験をさせていただくことができた。「二千本行射」を自己判断の基準にするとともに、他の人にも修練標語のように教えることができればと思う。
- ・研修会で最も印象に残ったことは、「指導者は正しい知識をつけること。指導する前によく勉強し、きちんと調べて答えること。欠点ばかり指摘せず、良いところを伸ばすこと。」との教えである。



自主事業

★少年柔道教室 8月18日(土)～19日(日)

会場 岩手県営武道館 柔道場 参加者 56名

参加対象 中学生等(小学生を含む。)

講師 横田 昭彦 氏 七段 (岩手県営武道館 副館長)
小黒澤 正智 氏 七段 (岩手県柔道連盟)

[参加者の感想]

- ・基礎の動作をやって、自分のできないこと、苦手なことを見つけることができたので、良い経験となった。
- ・指導者の先生から一人ひとり確認していただいたので、自信がつき、正しい技能を身につけることができた。
- ・優しく教えていただいたので、リラックスした状態で臨むことができた。
- ・技のレパートリーを増やすことができたので、どんな技でも素早くかけられるようになりたい。
- ・普段一緒に練習できない人と練習できたことが、とてもためになった。
- ・この教室で教わった基本動作や固め技の7種類を忘れずに、学校の部活でも実行したいと思う。
- ・楽しく基本動作の投げかかり練習や固め技の練習ができてよかった。
- ・休憩もしっかりとれて、常にリラックスした状態で参加することができた。この教室に参加してよかった。



★少年剣道教室 10月6日(土)～7日(日)

会場 岩手県営武道館 剣道場 参加者 79名

参加対象 中学生

講師 菅野 隆介 氏 五段 (岩手県剣道連盟)
前川 貴子 氏 六段 (岩手県剣道連盟)

[参加者の感想]

- ・今回の教室では、素振りや足さばきなどの基礎から教えてもらえてよかった。
- ・他校の生徒と一緒に練習ができて、休憩中には交流することができてうれしかった。
- ・今回の教室で教えていただいたことを、普段の練習でも意識し、これからの県新人戦に向けて頑張りたい。
- ・講師の先生と稽古してみたら、普段、自分では気づかない悪いところがわかり、改善することができた。
- ・自分の苦手なタイプの人や、自分の学校にはいないようなタイプの人と試合をすることで、戦い方がだんだんと分かってきた。
- ・講師の先生の「根拠のない自信」というお話がとても印象的であった。



★スポ振ぶらんちクラブ3期 好評開催中!!★

「スポ振ぶらんちクラブ」3期は11月1日（木）からスタートし、2月28日（木）までの開催予定です。

健康の保持・増進と体力向上、潤いのある生活に向け、気軽に参加していただきたいと思います。
 なお、ご自身のライフスタイルに合わせて、当日受付での参加も可能となっています。

プログラム	曜日	実施日	時間	場所
ノルディックウォーキング	月	11/12・19・26	10:00～11:30	県営運動公園
ステップエクササイズ	木	11/15・29 12/20	10:00～10:50	県営武道館 大道場
体幹トレーニング (バランスボール、ストレッチボール等)		1/24・31 2/14・21・28	11:00～11:50	
ボディシェイプエクササイズ	金	11/9・30 12/21	10:00～10:50	県営武道館 柔道場
ヨガ		1/11・25 2/8・15・22	11:00～11:50	

- ・参加費 1プログラムごと 400円(運動公園は300円)
- ・ぶらんち会員 4,500円(会員になると全てのプログラムにも参加できます)
- ・回数券(6回分) 2,000円(3期中すべての教室で使用可能)
- ・当日の受付・参加も可能です。

[持ち物] 動きやすい服装、タオル、室内用シューズ、水分補給用飲料水



[ステップエクササイズ]



[体幹トレーニング]



[スポ振ぶらんちクラブ3期開催日程]

岩手県営武道館主要行事予定(12月～3月)

[平成30年11月24日現在]

月	日	行事・大会名	会場
12月	1日～2日	第26回岩手県武術太極拳選手権大会	大道場
	2日	東北国公立大学柔道大会	柔道場
	8日～9日	太極拳初段・2段技能検定試験	剣道場
	15日～16日	東北・北海道なぎなた公認審判研修会	大道場
	22日	岩手県(盛岡市)地方青少年剣道錬成大会	大道場
	23日	東北公立大学柔道大会 岩手県剣道連盟剣道講習会・昇段審査会 岩手県剣道連盟納会	柔道場 大道場 剣道場
1月	6日	武道教室 稽古始演武会	大道場
	10日	いわてスーパーキッズ冬季トレーニングキャンプ	大道場
	17日～19日	第57回岩手県高等学校新人大会 弓道競技	大道場
	20日	いわてスーパーキッズチャレンジ3	大道場
	26日	瀬川・金田一杯中学校柔道大会	柔道場
	26日～27日	都道府県対抗剣道大会岩手県予選会(高校・大学) 岩手県高等学校体育連盟ソフトテニス専門部U17強化研修会 長拳1・2級技能検定試験	剣道場 大道場 剣道場
2月	2日～3日	太極拳A・B級指導員研修会	剣道場
	3日	第41回岩手県柔道段別選手権大会	大道場
	10日	第27回岩手県女子柔道選手権大会	大道場
	11日	第40回盛岡中津川ライオンズクラブ杯争奪盛岡地区少年剣道大会	大道場
	16日	太極拳1級技能検定試験(後期)	剣道場
	17日	剣道1級審査会	剣道場
	24日	J A全農いわて純情産地いわて杯第41回岩手県スポーツ少年団柔道大会 太極拳C級・普及指導員研修会(盛岡) 岩手県弓道連盟公認資格講習兼審査委員研修	大道場 剣道場 弓道場
3月	3日	江南義塾盛岡高等学校卒業式	大道場
	10日	岩手県弓道連盟女子部研修会	弓道場
	16日～17日	第17回東北中学校春季柔道大会	大道場
	17日	岩手県弓道連盟教諭士研修会	弓道場
	23日	いわてスーパーキッズ3月体力測定	大道場
	30日～31日	第6回滝沢カップ中学生ハンドボール交流大会	大道場

※日程が変更になる場合もあります。詳しくは、各連盟または団体にお問い合わせください。

編集後記



弓道場から眺める岩手山

晩秋となり、朝夕はめっきり冷え込む季節となりました。東北はこれから長い冬を迎えます。

運動不足になりがちな冬の時期、スポーツで汗を流して健康維持に努めてみませんか？たくさんの方々のご来館をお待ちしております。(H)

(公財) 岩手県スポーツ振興事業団

岩手県営武道館

〒020-0122

岩手県盛岡市みたけ 3-24-1

TEL 019-641-4577

FAX 019-641-4559

URL

<http://www.echna.ne.jp/~kenei/>

Mail keneibudokan@echna.ne.jp