



2日間のセミナーで指導者たちは、講演では少年に対する指導の要諦を学んだほか、パネルディスカッションの質疑応答ではパネラー自身の経験を交えた話に耳を傾けた。また、グループディスカッションでは、指導者の役割について活発な意見交換が行われるなど、少年柔道のさまざまな問題点や、指導の実態について情報の共有化が図れるよい機会となった。

以下に、当日の講演やディスカッションの内容を抜粋した。

□講演：「少年柔道指導の現状と問題点」

尾形 敬史(全柔連教育普及委員長・茨城大学教授)

「日本の少年柔道は道場・スポーツ少年団が担っている。小・中・高校で全体的な柔道人口推移を見ると右下がりであるが、小学生に関していえば増加している。これは、本セミナーにご出席いただいているような少年柔道の指導者の方々による熱心な活動と指導の結果である。」

「少年柔道では打込や乱取を練習しているが、基本動作、技の習得は形の練習が原理である。少なくとも小学校5・6年生には『技の形』や手、腰、足技は練習しておいたほうが良いのではないか。左右の技を行うことにより、将来的に柔道の幅と身体の円満な発達を期待できる。」

少年期における基本動作の習得の重要性を説き、指導者に対して「講道館柔道試合審判規程・少年規定」の正しい解釈と根本理解を求めた。

□講演：「柔道少年のこころと問題」～柔道の科学(心理学)～

船越 正康(全柔連強化委員会情報戦略特別委員・大阪教育大学名誉教授)

「ジュニアは、『成長』を忘れた指導をしてはいけない。『失敗は成功の母』とするような指導を心がけるべき。短期的な結果を求めず、年齢的には50、60代で成し遂げるような生活設計を視野に入れ、指導すべきである。スポーツマンとして、考えさせていない指導を行うと不健康な興奮を起し、運動が負の影響を及ぼすので注意が必要である。」

「小学校では、勉強も運動も優秀な子供は、精神的発達が良好である。従って、健康な精神状態で柔道を学ばせて欲しい。そのためには、まず、指導者が健康な精神状態で子供たちの前に立ち、子供それぞれの個性を認め、健康水準を高めるような、自主的、自立的指導を心がけていただきたい。」

心理学者としての知識、メンタルトレーナーとして全日本強化の一端を支えた経験をベースに、柔道少年のこころの辿り着くべき場所を明快に指摘していただいた。

□パネルディスカッション：「少年指導の実態—強化と普及—」

司会：高橋 進(全柔連指導者養成プロジェクト企画立案事務局・大東文化大学教授)

パネリスト：朝飛 大(朝飛道場)／北田 晃三(松前柔道塾)／向井 幹博(春日柔道クラブ)

少年柔道の指導に当たるきっかけ・創成期の逸話や失敗談など…「強化と普及」に関する3氏の意見、参加者からの質問への回答など興味深い時間となった。

「正しく組んで、基本スタイルを貫くことが子供の将来へとつながる。競技成績については、中高進学後に結果がついていっただけで一番よいと考えているが、保護者の要望は結果重視が多い。今勝つことよりも将来柔道を続けることが大切。そのためには、常に向上心を持つことが指導者の役割ではないか」と北田氏。

質疑応答の時間では、道場間の二重登録の問題など、地域特有の問題や全国共通の問題が寄せられ、その対応に関し、3氏が指導の実状を報告した。

まとめとして、朝飛氏が「礼儀作法ができる子供を育てる、それができなければ競技に進む意味なし。感謝、礼ができることが最大の柔道の成果だ」と柔道を通じた人間教育の大切さを語ったのが印象的であった。

□講演：「発育発達を考慮した指導」

～柔道の科学(発育発達運動生理学)～

射手矢 岬(全柔連強化委員会情報戦略部長・東京学芸大学准教授)

日本の課題として「一貫システムの充実」が挙げられるが、「発育発達を無視して一貫システムを構築することは不可能である」。現状報告として、「世界選手権大会に出場の28名のうち89%が高校選手権大会入賞者。中学校時代に競技成績を出せば、順調に進路が開かれていく。そのため勝敗というのは非常に重要ではある。しかし、指導者としては『それが全てではない』ということを念頭において指導するべきである」。その他バーンアウトの問題、皮膚真菌症について詳細な説明があった。

「外国人選手の朽木倒や掬投、肩車等の技術は日本選手以上であるため、国内で外国人選手のような技を得意として日本代表となっても、国際大会では勝ち残れない。日本選手が今後、海外で活躍する活路として注目すべきところは、ゴールデンエイジといわれる小学校高学年の時期に、基本の足技の習得をし、中高生時に選手強化に移行していったほうが有利ではないか。技術獲得の適齢期を考慮した上で、個々人の発育・発達に合わせた指導を心掛けるべきである」と締めくくった。

□講演：「少年柔道選手のための栄養学」

～柔道の科学(栄養学)～

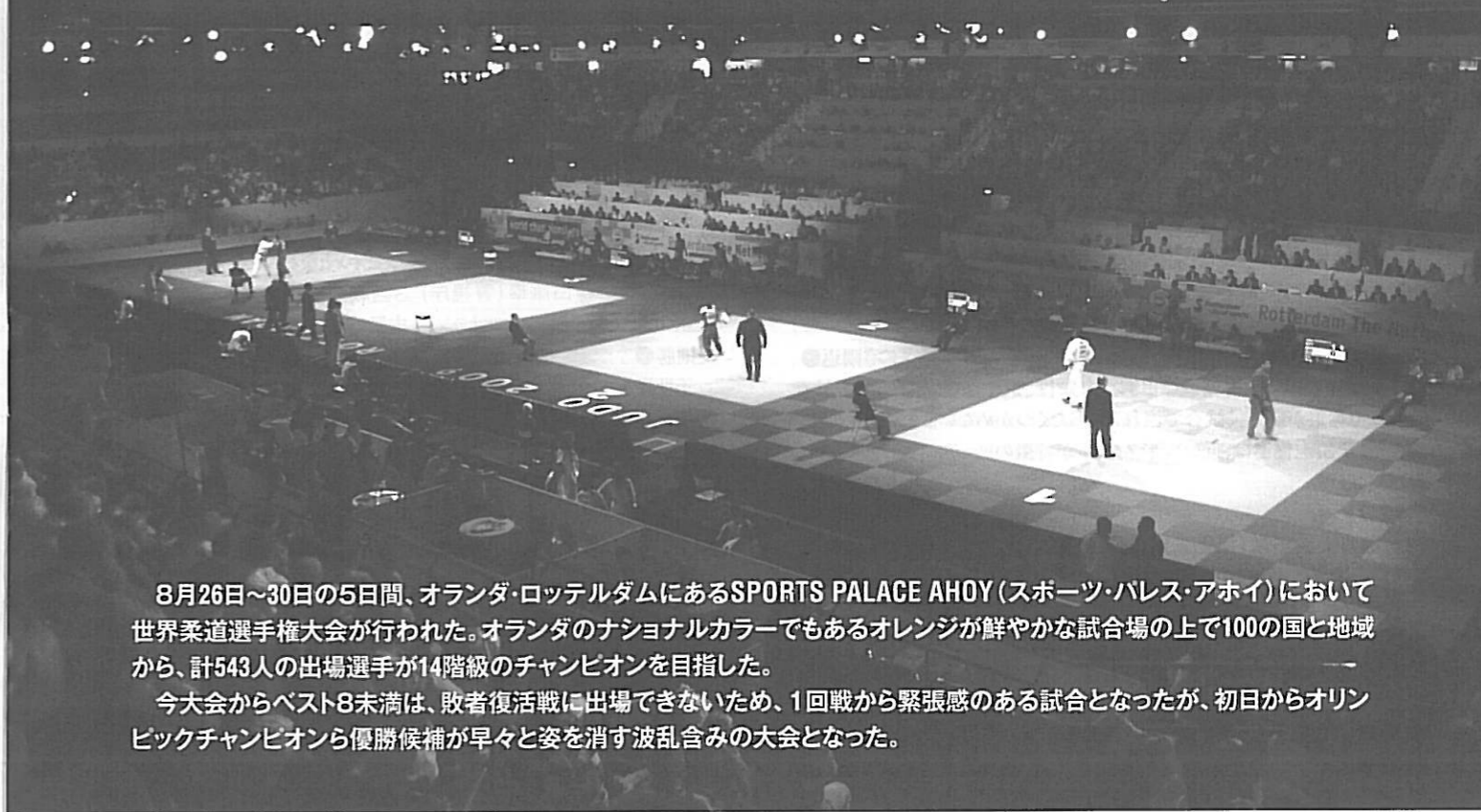
杉浦 克己(立教大学教授)

「食生活が多様化している昨今、『食事』は競技力向上・人間形成の上で大変重要である。選手を指導する中で、トレーニング期・試合期(試合中)の行動やパフォーマンスをよく観察することが重要である。選手の様子を見て変化が感じられる時は、まず食事について選手とカウンセリングをし、必要であれば家庭との連携を図る必要がある。ジュニア期は、成長分+運動で消費する分の栄養摂取を考慮することが大切であり、超回復のメカニズムを踏まえ積極的休養と栄養摂取が成長のカギを握るので、指導者は練習だけでなく、『休養』も考慮するように」と指摘があり、基本から少年柔道の食事の摂取ポイントを解説された。

「柔道は、嘉納師範が知育・徳育・体育の3つの柱で人間形成を行うことを目標にして広がり、オリンピック競技で成果を上げているが、今後の競技力向上、少年指導において『食育』もプラスして発展していかないと」と締めくくった。

世界柔道選手権大会を終えて

World Championships Seniors Rotterdam



8月26日～30日の5日間、オランダ・ロッテルダムにあるSPORTS PALACE AHOY(スポーツ・パレス・アホイ)において世界柔道選手権大会が行われた。オランダのナショナルカラーでもあるオレンジが鮮やかな試合場の上で100の国と地域から、計543人の出場選手が14階級のチャンピオンを目指した。

今大会からベスト8未満は、敗者復活戦に出場できないため、1回戦から緊張感のある試合となったが、初日からオリンピックチャンピオンら優勝候補が早々と姿を消す波乱含みの大会となった。



日本は金メダル女子3個、男子0個に終わった。男女合わせた優勝者数では何とかトップとなった。女子は7階級中5階級でメダルを獲得したが、男子はメダル2個にとどまった。男女の優勝者を見るとアジア8人、ヨーロッパ5人、南米1人。コロンビアとカザフスタンに初めてのチャンピオンが誕生した。

5日間にわたり行われた今大会は、地元オランダを始めヨーロッパ各地からの観客が会場を埋め尽くし、自国選手だけでなくいい試合には惜しみない拍手を贈るなどおおいに盛り上がった大会となった。メダルが分散し勝ち続けることが困難な時代になってきたというのは、視点を変えると世界各国独自の様々な強化対策が実を結んだということになる。競技としての柔道普及は成ったというべきであろう。

しかし、日本は柔道発祥の地として勝たなければならないという宿命を常に背負っている。今大会の結果を踏まえて、強化スタッフは新たな強化策を練り、強い日本柔道復活を目指して再スタートを切ることとなるだろう。世界柔道選手権大会は、今大会から毎年開催となり今後厳しい戦いが続くと思えるが、捲土重来を期したい。

来年は東京での開催予定である。

写真提供:東京スポーツ新聞社

美味伝達 宮内庁御用達 懐石料理 青山

TEL:03-3462-5511

全日本柔道連盟推薦商品 畳める柔道場

フロア浮上式 MULTI FLOOR 5

畳面収納式

- 既存の建物にも設置可能
- 階間/手間/スペースの節約
- 壁保護不要

Fujitas <http://judo.fujitas.co.jp> <http://www.fujitas.co.jp>

〒1-457-0803 名古屋市中区錦三丁目5番17号 TEL:052(691-1005) FAX:052(691-8502)