

「全柔連COMEBACK女子柔道プロジェクト」

親子で道場ピラティス・楽しく学ぼう護身術

実践報告書

- 1 目的 これから柔道を始めてみたいと考えている女性の新規開拓や現在柔道から離れている女性柔道経験者の再登録を含め、女子柔道の普及と振興をはかる。
- 2 主催団体 埼玉県柔道連盟 埼玉県女子柔道振興委員会
- 3 実施日 令和2年12月12日（土）13：30～14：30
- 4 会場 埼玉県立武道館第1道場
- 5 参加人数 現地35名 リモート27名 計62名
- 6 内容 ○埼玉県柔道連盟副理事長挨拶 竹渕 典子 先生
○「親子で道場ピラティス」
講師：笠井 恵里子 先生（Bless ピラティス師範）
○「楽しく学ぼう護身術」（ビデオ視聴）
講師：杉本 有里 先生（埼玉県女子柔道振興委員会副委員長）他

当日の流れ

- 12：45～受付開始
- 13：20 参加者に事前説明
- 13：30 ライブ配信開始、開会挨拶
- 13：35～親子でピラティス開始
- 14：05 終了、休憩（5分）
- 14：10～護身術動画視聴
- 14：20 終了、事務連絡、閉会挨拶
- 14：30 写真撮影、記念品配布、解散

開会挨拶 司会：川原先生



竹渕先生の言葉



「親子でピラティス」講師：笠井先生



講師の笠井先生の元気な掛け声とともに、子ども達も、お母さん、お父さんも笑顔で参加していました。

Youtube リンク

～復習はこちらから～

https://youtu.be/nDjK2_v4z1o



「楽しく学ぼう護身術」(ビデオ視聴) 講師：杉本先生他

講師の杉本先生とその他の委員の先生方が、ビデオ教材を作ってくださいました。小学校低学年向け、高学年向けと発達段階に合わせた内容の護身術となっていて、時折、笑いもおきていました。

Youtube リンク

～復習はこちらから～

<https://youtu.be/ScDaPU6aVMk>



閉会

最後に、女子柔道振興委員会の取り組みへの参加者全員に、タオルと彩音ちゃんステッカーなどのプレゼントをしました。



全員で写真撮影



参加者の感想

- すごく楽しかった。護身術の動画も分かりやすく、とてもためになった。(稲葉さん・鴻巣柔道会)
- とても楽しかったし、お土産のタオルもとても可愛くて、他の色も欲しくなった。(保護者・上尾ひまわり)
- 護身術の解説がポイントを押さえていて、子どもにもとても分かりやすかった。(保護者・元柔道家)
- ピラティスをもっとやりたかった。40分くらいあっても良かった。(保護者・元柔道家)
- 護身術は分かりやすかったので、今後の練習にも取り入れてみたい。(女子柔道振興委員)

終わりに

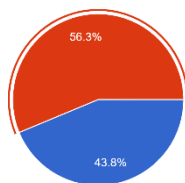
今回、オンラインでのイベントに挑戦することで、色々な壁に直面したが、実際にやってみなければ分からない発見が多く、とても良い機会になった。

イベント準備には、ZOOM 会議を取り入れ、前日準備委員と当日委員の役割分担を明確に、感染対策を含め、効率よく準備ができた。

仲間のフォローもあり、なんとか終了することができたが、下記のグラフのとおり、オンラインでの需要は多くあった。

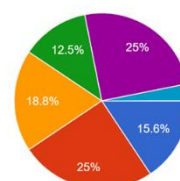
この結果と経験を踏まえ、次回の柔道普及イベント企画に活かしていきたい。

ご希望の参加方法
32 件の回答



● 現地参加 (埼玉県立武道館第1道場)
● オンライン参加 (YouTubeライブ限定公開)

ご参加者様の柔道とのかかわり方を教えてください。
32 件の回答



● 過去にやっていた
● 現在も練習している
● 現在指導している
● 初めて
● 子どもが習っている
● その他