

# 安全な柔道授業実施に向けた幼児期・児童期の基礎運動能力向上のための段階的教育システムの検討

ードイツのコーディネーション・トレーニングを参考にー

曾我部晋哉\*,\*\*

三宅仁\*\* 瀧本誠\*\* 坂本道人\*\*,\*\*\* 福見友子\*\* 佐藤愛子\*\*

岩崎晋\*\*\*\* 泉原嘉郎\*\*\*

## 抄録

央教育審議会の答申を受け、2012年から中学校生徒は男女とも武道種目のうち柔道、剣道、相撲のいずれかを履修することが義務付けられた。中でも柔道は、実際の導入にあたっては事故などの危険性の問題から様々な議論がなされた。実際に、小学校では柔道を含めた武道教育は行われなことから、小学校からの中学校へむけての段階的な教育という観点からは、やや連続性に欠ける感が否めない。しかし、欧州では、柔道人口を支えるのは中学生以下の子供達であるが、中学生以下の子供たちに大きな事故の報告はなされていない。この要因に、柔道を競技スポーツとしてではなく、子供の発育・発達への寄与ならびに礼儀作法などを含めた倫理面における教育的観点を重視している点、幼児期から中学生まで継続して柔道に取り組むことにより、柔道の受身を含めた基本動作を身に付けている点などが挙げられる。そこで本研究では、初習の幼児・児童が楽しく安全に柔道を実施できるような授業を展開するために、ドイツ・ライプチヒ学派のコーディネーション・トレーニングを参考に、柔道の基本動作を用いた段階的指導プログラムを開発するための現地調査を行うことを目的とした。ドイツの柔道指導教本には、年齢別の発育発達に応じたコーディネーション・トレーニングプログラムが紹介されている。また、幼少期の子供達に対しても、柔道を通じて楽しみながらコーディネーション能力を高める工夫がなされている。現在、我が国における幼児、児童の柔道実施者はドイツと比較しても少ない。今後、中学校への安全かつ楽しい授業実施のためにも、幼児・児童期の子ども達への柔道の要素を取り入れた段階的な指導法の開発を進めていきたいと考える。

キーワード：指導法，発育発達，武道必修化

---

\* 甲南大学 〒658-0032 兵庫県神戸市東灘区向洋町中9-4

\*\* (公財) 全日本柔道連盟教育普及委員会 〒113-0033 東京都文京区本郷 1-33-13-7F

\*\*\* 福岡大学 〒814-0180 福岡県福岡市城南区七隈八丁目 19-1

\*\*\*\*カンザス大学 66045-7567 Robinson Center, Rm. 161, 1301 Sunnyside Avenue  
Lawrence, Kansas, USA

# Development of Safe and Progressive Judo Education System to Enhance Basic Motor Performance for Infant and School Age Students

—Considering the Example of Coordination Training in Germany—

Akitoshi Sogabe \*, \*\*

Hitoshi Miyake\*\* Makoto Takimoto\*\* Michito Sakamoto\*\*,\*\*\*  
Tomoko Fukumi\*\* Aiko Sato\*\* Susumu Iwasaki\*\*\*\* Yoshio Izuhara\*\*\*

## Abstract

In Japan, the Central Council for Education announced in 2012 that junior high school students across the nation are to complete one of the subjects in physical education program in school, which are judo, kendo, and sumo. Specifically, judo has been discussed in terms of some risks of injury through the implementation of judo curriculum. As a practical concern, typically students do not take judo class in elementary school, which means that there is an absence of continuousness. This is an important aspect when it comes to an efficient judo education including preventive techniques in the light of physical development. In Germany, majority of judo population is under 15 years old and yet it seems that there has not been reported many serious injuries. We consider two key points in this regard. First, their education system focuses on skill acquisition with growth developmental consideration and moral education rather than just competition. Second, because they lay out their judo education system from infant stage to junior high school age, students are able to learn critical skills in judo fully such as ukemi. Therefore, the purpose of this study was to explore the practice of coordination training method created by the Leipzig school in order to create our new developmental training instruction based on judo fundamental skills/techniques. One of the judo training instruction books in Germany introduces unique coordination training methods for each developmental stage. Likewise, they provide unique instructions for infant judo practitioners in order to have fun and learn/improve their coordination skills through their judo practice. Currently, population of young judo practitioners in Japan is not as large as the population in Germany. Hereafter, for implementing a safe and enjoyable judo program in junior high school physical education class, we would maintain our work to develop efficient instructions that considers developmental stage, specifically from infant age to junior high school age population.

Key Words : judo education method, growth, budo

---

\* Konan University 9-4 Koyochonaka Higashiandaku Kobe, Hyogo, Japan 658-0032

\*\* All Japan Judo Federation 1-33-13-7F Hongo Bunkyo Tokyo, Japan 113-0033

\*\*\* Fukuoka University 8-19-1 Nanakuma Jyonanku Fukuoka, Fukuoka, Japan

\*\*\*\* The University of Kansas Robinson Center, Rm. 161 1301 Sunnyside Avenue Lawrence, Kansas 66045-7567

## 1. はじめに

2006年(平成18年)12月に、教育基本法(文部科学省, 2006)が約60年ぶりに改正され、第1章の教育の目的および理念(教育の目標)第2条第5項において「伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできた我が国と郷土を愛するとともに、他国を尊重し、国際社会の平和と発展に寄与する態度を養うこと」ということが明文化された。2008年1月には中央教育審議会が「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について(答申)」(中央教育審議会, 2008)の中で「武道については、その学習を通じて我が国固有の伝統と文化に、より一層触れることができるよう指導の在り方を改善する」との改善案を提出、それを受けて、同2008年3月に「新学習指導要領」(文部科学省, 2008)が改定された。その中で、中学校生徒は男女とも武道種目のうち柔道、剣道、相撲のいずれかを履修することが義務付けられ、2012年度から中学体育において武道必修化の運びとなった。武道必修化に向けた文部科学省の調査では、実施種目は柔道64.1%、剣道37.6%、相撲が3.4%であると報告されている(毎日新聞社, 2012)。日本の代表的な文化の一つである武道を義務教育の中に導入することは、国民の愛国心を醸成し文化を継承していくという点においては、意義のある取り組みではある。しかし、実際の導入にあたっては事故などの危険性の問題から様々な議論がなされたのも事実である(内田, 2010)。また、小学校では武道教育は行われないことから、小学校からの中学校へむけての段階的な教育という観点からは、やや連続性に欠ける感が否めない。

2015年における我が国の総人口は、1億2687万6千人(総務省, 2016)であり、全人口に占める全日本柔道連盟登録者149,182名(全日本柔道連盟, 2015)の占める割合は、0.12%である。また、今回のターゲットとなる未就学児、小学生、中学生の全日本柔道連盟登録者数は、未就学児1,471名、小学生33,555名、中学生33,651名となっており、全柔道登録者数の46.0%である。一方、柔道が人気競技種目の一つである欧州に目を向けてみると、フランスでは総人口6,421万人(IMF, 2015)に対し、フランス柔道連盟登録者数は571,744人となり、総人口に占める柔道登録者数の割合は、0.89%にも上る。日本の未就学児、小学生、中学生と同様の年齢層の柔道人口は、それぞれ44530人、330599人、60,144名で、全体の76.1%となり、中学生以下の柔道人口がフランス柔道を支えているといえる。また、ドイツにおいても総人口8,161万人<sup>9)</sup>に対し、ドイツ柔

道連盟登録者数は161,164人であり、総人口に染める割合は0.2%である。同様に未就学児、小学生、中学生の登録者数は、それぞれ9183人、84873人、20278人となり、全登録者の70.9%となる。

このように、欧州の中でも柔道が盛んな国であるフランスおよびドイツでは、柔道人口を支えるのは中学生以下の子供達であり、中学生以下の子供たちに大きな事故の報告はなされていない。この要因の一つに、柔道を競技スポーツとしてではなく、子供の発育・発達への寄与ならびに礼儀作法などを含めた倫理面における教育的観点を重視している点が挙げられる。また、幼児期から中学生まで継続して柔道に取り組むことにより、柔道の受身を含めた基本動作を身に付けており、日本の学校教育のように、小学校から中学校の間に柔道が分断されていないからではないかと考えられる。また、柔道は、幼少期におけるサッカーのコーディネーション・トレーニングの一環としても導入されているクラブもあり(朝日新聞社, 2012)、欧州では既存の柔道の概念を超えた利用が行われている。

## 2. 目的

前述のように、柔道の価値が欧州で評価される中、日本における武道必修化による子供たちの武道学習は、日本の子ども達にとって非常に良い機会であると考えられる。その中で、既存の柔道指導だけではなく、欧州が導入している方法を逆輸入することで、幼児・児童が安全かつ楽しく柔道を学習することが出来るのではないかと考えられる。そこで本研究では、初習の幼児・児童が楽しく安全に柔道を実施できるような授業を展開するために、ドイツ・ライプチヒ学派のコーディネーション・トレーニングを参考に段階的指導プログラムを開発したいと考える。

## 3. 方法

以下の日程で、現地にてインタビュー、並びに調査・視察を行った。

- 1) ドイツにおけるスポーツ政策及び教育システムについての現地調査
  - ・日程：2015年9月12日
  - ・場所：Erlangen, Germany
  - ・対象：高松平藏  
(Erlangen 在住ジャーナリスト)
  - ・方法：インタビュー形式

2) ドイツの地域総合型スポーツクラブの視察及び調査

- ・ 日程：2015年9月13日
- ・ 場所：Erlange, Germany
- ・ 対象：Sportverein Tenneslohe
- ・ 方法：現地視察

3) ライプチヒ大学ハルトマン教授へのインタビュー

- ・ 日程：2015年9月14日
- ・ 場所：Universität Leipzig, Germany
- ・ 対象：Christian Hartmann 教授
- ・ 方法：ディスカッション

4) Sportgymnasium のトレーニング視察

- ・ 日程：2015年9月14日
- ・ 場所：Sportgymnasium Leipzig  
Marschnerstr. 30
- ・ 対象：Sportgymnasium の柔道クラブ
- ・ 方法：視察・撮影

5) RasenBallsport Leipzig U18,U15 のトレーニング視察

- ・ 日程：2015年9月14日
- ・ 場所：Am Sportforum 3, Leipzig, Germany
- ・ 対象：RasenBallsport Leipzig U18,U15
- ・ 方法：視察・撮影

6) RasenBallsport Leipzig U8,のトレーニング視察

- ・ 日程：2015年9月15日
- ・ 場所：Sportschule Egidius Braun  
Abtnaundorfer Str. 47, Leipzig,  
Germany
- ・ 対象：RasenBallsport Leipzig U8
- ・ 方法：視察・撮影

4. 結果及び考察

1) ドイツの教育システムと柔道普及の問題

柔道登録者の中核層は義務教育期間である7歳から14歳までの24,762名(男:60,111名、女:24,762名)であり、その後15歳から18歳では14,798名(男:14,100名、女:6,178名)となり、登録者数が59.8%減少する(図1)。ドイツでは、15歳以降、いかに柔道を継続させるかという問題を抱えている。特に、ここ10年でドイツの教育システムが以前のものから変遷していることも、今後の柔道人口を確保する上で重要な課題である。ドイツは、2003

年のOECD(経済協力開発機構)のPISA(15歳以上を対象とした学力到達度調査)において、41か国中、読解力21位、数学的リテラシー19位、科学的リテラシー18位と、国家としての若年者の学力到達度の低さが浮き彫りとなった。そのことを機に、連邦政府は2003年から2007年に半日制であったGrundschule(基礎学校:日本の小学校)を全日制化する「全日制学校-投資プログラム“将来の教育と保育”」(Ganztagsschulen - das Investitionsprogramm "Zukunft Bildung und Betreuung"; IZBB)という助成事業を掲げた結果、Grundschuleにおける全日制の割合が10年前から増加した。例えば、Nordrhein-Westfälischer州では、2004年では、半日制のGrundschuleの割合が1.5%であったのに対し、2012年では33.5%にまで増加している(2014年: NW州柔道連盟資料)。

今後、全日制の学校がますます増加する中で、これまで、午後から活動していた地域のスポーツクラブへの参加が困難になると予想され、学校教育内いかに柔道クラブが入り込むかということが課題である。このような問題を抱え、現在ドイツでは日本の課外活動(部活動)をモデルに、柔道クラブの在り方を研究している。更には、ドイツの出生率は1.38人(2015年)であり、世界最低水準を記録している。人口ピラミッドをみても、全体の人口に占める子供の割合が少なく、今後ますます少子化は継続することが考えられる。そのため、幼少期から子供に対する柔道参加へのアプローチが必要である。

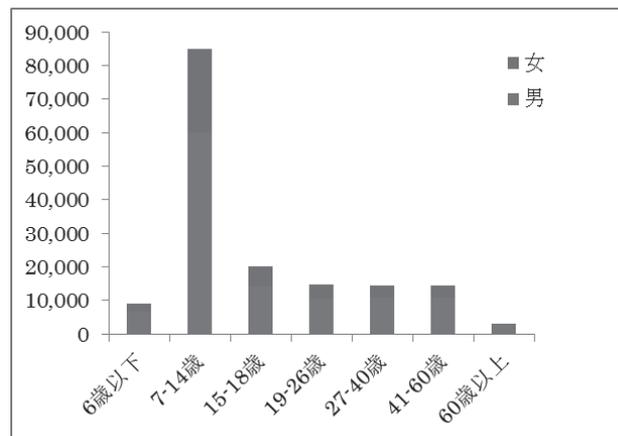


図1. ドイツの世代別柔道登録者数

2) ドイツにおける柔道の指導者育成制度と段階的指導テキストの導入

日本の柔道指導者育成制度は、平成20年より指導者養成プロジェクトが立ち上がり、現在ではA指導員(指導者を養成するために必要とされる程度の高度な指導力を有する者)、B指導員(選手の指導に必要とされる専門的な指導力を有する者)、C指

導員（選手の指導に必要とされる基礎的な指導力を有する者）の資格が設置されている。また、それぞれの資格ランクに応じた指導者養成テキストを使用しており、C 指導員から A 指導員に向けてより専門的な内容となっている。

一方、ドイツの指導者育成制度を表 1 に示す。

表 1. ドイツの資格制度

種別	分類	講習時間	レベル
アシスタント	Sportassistent スポーツアシスタント	30 unit	地区レベルで低学年子供対象
	Vereinsassistent クラブアシスタント	30unit	地区レベルで高学年子供対象
レベル I	Leistungssport 競技スポーツ	120unit	競技力向上
	Breitensport 生涯スポーツ	120unit	生涯スポーツ
	Aufbaukurs Jugendleiter スポーツリーダー	60unit	スポーツクラブ
レベル II	Leistungssport 競技スポーツ	60 unit	競技力向上
	Breitensport 柔道教師 1	60unit	生涯スポーツ
レベル III	Trainer A 競技スポーツ	90 unit	トップレベルの競技力向上
	Breitensport Judolehrer 柔道教師 2	90unit	生涯スポーツ
レベル IV	Diplom-Trainer コーチ学修士	1500 unit	ナショナルコーチ

指導者の段階は、アシスタントからレベルIVまでの 5 段階に分かれている。特徴的なのは、それぞれの指導区分の中で、競技力を向上させる専門家と柔道を普及させるための生涯スポーツの指導者に分けられる点にある。また、指導テキストは、理論のテキストとは別に、年齢別の実技教本が作成されている。特に幼児期の実技教本には、柔道の専門的な技術を指導することではなく、発育発達に応じたコーディネーション・トレーニングが導入されており、具体的な養成能力が記載されている（写真 1）。



写真 1. 年齢別実技指導教本（5 歳～7 歳向け）

### 3) 柔道におけるコーディネーションの重要性

コーディネーション・トレーニングでは、定位、連結、識別、バランス、リズム、反応、変換の 7 つの能力を養成する (C. Hartmann, 2011)。また、我が国では、幼児期運動指針の中で、幼児期において獲得しておきたい基本的な動きとして、立つ、座る、寝ころぶ、起きる、回る、転がる、渡る、ぶら下がるなどの「体のバランスをとる動き」、歩く、走る、はねる、跳ぶ、登る、下りる、這（は）う、よける、すべるなどの「体を移動する動き」、持つ、運ぶ、投げる、捕る、転がす、蹴る、積む、こぐ、掘る、押す、引くなどの「用具などを操作する動き」が挙げられている（文部科学省, 2012）。基本的な運動能力が獲得された上で、これらの能力を組み合わせることにより状況に応じて適切な運動を行える能力がコーディネーション能力といえる。幼少期より柔道を通じたコーディネーション能力を養成することで、相手に対する力の加減や、危険肢位を身に付けることが出来、ひいては中学校への安全な授業実施につながるのではないかと考えられる。ドイツ柔道連盟の指導者向けテキストに掲載された、柔道の特性を生かした幼児期の子ども達へのトレーニング例を以下に示す（写真 2、3）。



写真 2. 柔道トレーニングの例①



写真3. 柔道トレーニングの例②

#### 4) 柔道の特性とコーディネーション能力

調査から得られた情報をもとに、柔道の動作特性を、それぞれのコーディネーション能力に分類した。

##### ①定位

相手との間合いの調整

##### ②反応

相手の技への対応

##### ③連結

基本技の習得

##### ④識別

相手に及ぼす力の調整

##### ⑤リズム

打込動作

##### ⑥バランス

相手を体に乗せる、相手を崩す、相手の崩しに耐える

##### ⑦変換

連絡技の習得

上記の運動を組み合わせながら、柔道特有の動作を分解し、幼児・児童にも導入できるコーディネーション・トレーニングを作成する。

#### 5. まとめ

我が国では、コーディネーション・トレーニングという概念は、一般的に浸透していない。しかしながら、様々な運動能力の基礎となる神経系を強化するトレーニングとして、柔道の運動要素を取り入れたコーディネーションは、対人競技においては有用

なものであると考えられる。また、受身などの技術も、幼少期から遊びの中で身に付けておくことで、転倒時にも安全に身を守ることが出来る。そのため、柔道を実施していない子ども達にも、柔道の要素を取り入れたコーディネーション・トレーニングを実施することで、中学生時の柔道授業に違和感なく移行することが出来るのではないかと考える。

今後、柔道の要素を取り入れたコーディネーション・トレーニングを、7つの能力に分類し、楽しみながら柔道が実施できるようなテキストを作成し、導入していきたいと考えている。

#### 参考文献

- 朝日新聞出版社：名門アヤックスが取り組む”革命 “から見える『コース育成システムの未来像』 とは？.ワールドサッカーキング. (204), 2012.
- 中央教育審議会：幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について（答申）.106, 2008.
- Hartmann, C., Minow, H. J., Senf, G.: Sport verstehen Sport erleben. Lehmanns media, Berlin, 2011.
- International Monetary Fund, World Economic Outlook Database, October 2015.
- 毎日新聞社：2012年3月16日朝刊.
- 文部科学省：教育基本法（条文）.3, 2006.
- 文部科学省：新学習指導要領・生きる力.2008.
- 総務省統計局：人口推計—平成28年2月報—.1, 2016.
- 内田良：柔道事故—武道の必修化は何をもたらすのか—.愛知教育大学研究報告.59(教育科学編), 131-141, 2010.
- 全日本柔道連盟：全日本柔道連盟登録人口推移 2002年～2015年. 2, 2015.

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。