

柔道における指導の考え方 Idea of coaching in Judo

1K06A230

指導教員 主査 小野沢弘史先生

松本文夫

副査 矢島忠明先生

【はじめに】

柔道は日本で発祥した武道で、現在では 199 の国と地域で行われており、国際化の進んだ競技である。これは日本の文化である柔道が広く世界に受け入れられたということであり、日本人として誇るべきことである。その一方、国際化が進んだ代償として柔道がスポーツ化していると言える。近年のルール改正やポイント制導入などがそれを象徴している。その中で、近年の日本柔道は北京オリンピック等の結果を見てわかるように成績の低迷が叫ばれている。その中で私は、「なぜ日本柔道が弱くなってしまったのか」その原因を探りたいと思うようになった。そのために日本柔道の本来の目的や形を知り、海外との比較を行う。また、ルール改正等の国際化の問題を考え、それらを踏まえた上で再び日本柔道が世界の中で成績を向上させるために何が必要なのか、指導者としてどのように選手を指導していくべきなのか考察したい。

【第一章：柔道の生誕】

柔道の特性を理解するためにその歴史や文化を知る。柔道はもともと相手を殺傷することが目的であった武術から、多くの人が安全に行うことのできる武道に進化をした。なぜ進化をしたのかを考察することで柔道の本来の目的である「柔道を通じた人間育成」や精神修養を考察し、理解することができる。

【第二章：柔道の精神】

柔道の精神を理解することは、本来の目的で

ある人間形成を理解する上で重要である。その目的の真意を理解するため、「礼」の精神や「精力善用」「自他共栄」等の哲学を参考にし、選手の育成に柔道の精神をどのように生かすかを考察した。

【第三章：日本と諸外国の柔道の現在】

日本の柔道の現状を知り、現在の日本柔道の問題や柔道人口の減少を考察した。そのために海外との比較をすることで、より鮮明に日本の柔道の現状を知ることができ、また日本と海外の柔道観や柔道に求めているものの違いについても考察することができた。結果としては日本の柔道が廃れ始めているということが見て取れた。

【第四章：柔道の国際化による問題】

近年の日本柔道の成績低迷は柔道の国際化が原因であると言われている。そこで柔道の国際化で起こったルール改正や、ポイント制導入などを調べ、それらが実際に試合結果にどのような影響を与えているのかを調べる。そしてルール改正が日本柔道の競技力や試合結果に及ぼす影響を考え、本当にルール改正等が成績低迷の原因なのかを考察した。

【第五章：指導者に求められるもの】

強い選手を育成するには良い指導者による良い指導が必要である。特にトップレベルを目指す選手にとって、幼少期から常に良い指導を受け続けることは必要不可欠なものである。こ

ここでは、良い指導とは何かを考え、指導者に求められる資質や考え方、また指導法を考えた。
またそれをどのように指導に取り入れていくかを考察した。

【終章】

近年の日本柔道の成績低迷は国際化による問題が原因といわれているが、それ以上に長年培ってきた選手育成方法からの逸脱や、柔道本来の目的を忘れた指導法などが行われているためであると言える。今一度指導法を見直し初心に戻ることによってどのような状況でも揺るがない精神力と、強靱な体を持つ選手育成でき、指導者はそのような選手を増やしていく必要がある。そういった選手が増えることで日本の柔道に魅力が戻り、柔道人口の増加や、再び世界大会で日本柔道が最強と言われるようになると考える。