

平成 21 年度名古屋大学スポーツ公開講座「柔道寝技教室」開催記

昨年に引き続き本年も「柔道寝技教室」を、名古屋大学スポーツ公開講座として、総合保健体育科学センターと柔道部の共同主催で実施いたしました。昨年は全 6 回の講座としましたが、少し間延びしているように感じたので、今回は全 4 回とし、9 月 12 日、19 日、10 月 10 日、17 日の日程で実施しました。9 月 26 日は愛知県学生柔道新人戦大会が、10 月 3 日は、元国際柔道連盟理事でボルドー大学教授のミシェル・ブルース先生をお招きしての講演会と指導会が開催されたため、途中 3 週間開くこととなりました。

昨年の受講者は 21 名でしたが、今年はそれを大きく上回り、実に 45 名の方に参加いただきました。45 名の内訳は、一般が 8 名、大学生が 2 名、高校生が 25 名、女子が 5 名、小学生が 6 名、柔道指導者が 4 名などでした。昨年に引き続いて受講いただいた方も 7 名おられました。今回の募集は、前回と同様に、近隣の高校柔道部に案内を送るとともに、名古屋大学ならびに名古屋大学柔道部のホームページに開催案内を掲載しただけですが、その反響の大きさに驚かされました。寝技に関心をお持ちの方、寝技が好きな方が実に多いことを再認識できました。今回の参加者の中で特筆すべきは、ホームページの案内を見て新潟から来てくれた高校 1 年生でした。お母さんの運転する車で泊りがけで名古屋に来て、大変熱心に受講し、さらに講座終了後に行う部員参加の乱取りにもフル参加してくれました。しっかりした柔道を身につけており、インターハイを目指しているとのことですが、今回の講座が彼にとって少しでもプラスになればと思います。また、アテネ・北京パラリンピック視覚障害者柔道の日本代表の広瀬先生の教え子の名古屋盲学校の女子高校生も参加してくれました。初めてまだ 1 年ということで白帯をしていましたが、なかなか運動神経が優れており、黒帯の女子高校生、大学生とも互角に乱取りを行っていました。今後の成長が楽しみです。豊田西高校は、部を上げて参加してくれました。しっかりした主将のもと、練習にはきびきびとした態度で臨み、礼儀も正しく、日ごろの先生の行き届いた指導がみてとれました。豊田西高校は文武両道の高校として有名ですが、実際に部員に接して、本当に良い教育・指導を受けているということを感じました。

講座内容

初回

最初の開講式を執り行い、指導陣の紹介と、講座の進め方の説明、参加者の自己紹介などを行いました。その後に、二村雄次師範より寝技の準備運動、基本姿勢、特に守りの円の形と攻めのガマの姿勢、さらには押さえ込みなどの指導がなされました。受講生は写真、ビデオ、メモを取りながら、熱心に指導を受けていました。講座は 16 時終了としましたが、それ以降の時間は、希望者は柔道部の乱取り稽古に参加していただくことにしました。乱取り稽古にも毎回多くの方にご参加いただき、おかげさまで柔道部員たちも良い稽古をすることが出来ました。

第 2 回

2 回目は、小川明男監督より、横帯取返し、帯取返し、浅野返し、ホッテン返しなどの返し技と、返してから押さえ込み(崩上、横四)などについての指導がなされました。

第3回

3回目は、二村師範より抑え込み(正上、縦四、方固め)の指導がなされました。その後に、亀取技である横三角絞め、フライパン返しの指導が行われました。

第4回

4回目は、高濱久和師範より、立ち技から寝技への移行に関する指導が行われました。特に立ち技からの帯取返しに時間を割き、最初の崩し方、小内などを用いた前後の揺さぶりなどについて詳しい指導が行われました。講座終了後に閉講式を執り行い、講座への出席回数が所定の回数を満たした受講生一人ひとりに瓜谷部長から修了証が授与されました。今回参加された方には全員に、井上靖先生の「北の海」の中にでてくる名言「練習量がすべてを決定する柔道」の文字をプリントした名古屋大学柔道部特製のタオルを参加記念にお渡しいたしました。

おわりに

今回は昨年に引き続き柔道寝技教室を開催しました。多くの方に大変熱心にご参加いただき、主催者として嬉しい限りです。4回という限られた時間でご指導できたのは、寝技の基本中の基本だけではありませんでしたが、高専柔道を身をもって体験いただけたことは、主催者にとっても大きな喜びです。今回の講座が参加者の柔道の上達につながれば、主催者としてこの上ない喜びです。

以上責:瓜谷章



参加者全員での往復運動



小川監督による横帯取返しの指導



二村師範による縦四方固めの指導



高濱師範による帯取返しの指導



修了証を受け取る受講者。彼は小学生ながら全回出席してくれました。



閉校式のあとの記念撮影

平成 21 年度・名古屋大学スポーツ公開講座

資料

「柔道寝技教室」

主 催： 名古屋大学総合保健体育科学センター
名古屋大学体育会柔道部

日 時： 平成 21 年 9 月 13 日、17 日、10 月 10 日、17 日(土)(全 4 回)
14:00～16:00 (16 時以降は名大柔道部の通常練習に自由参加)

場 所： 名古屋大学東山キャンパス・第 4 体育館(柔道場)

開催責任者： 島岡 清(名古屋大学総合保健体育科学センター教授)
瓜谷 章(名古屋大学柔道部長、工学研究科教授)

指 導 者

総 監 修：	高濱久和	名古屋大学柔道部師範 全日本柔道連盟審判委員会委員
実技指導者：	二村雄次	名古屋大学柔道部師範 名古屋大学名誉教授 全日本柔道連盟医科学委員会副委員長
	小川明男	名古屋大学柔道部監督 東海市民病院外科部長 名古屋大学柔道部 OB 会員多数