

平成 30 年度（公財）全国高等学校体育連盟フェンシング専門部
指導者研修会実施報告書

1. 期 日 平成 30 年 12 月 14 日（金）～12 月 16 日（日）3 日間
2. 会 場 元山王小学校 会議室・体育館（京都市南区東九条）
3. 講 師 村上幸生 先生（大分県立別府翔青高等学校 総括事務長）
4. 参加者 11 名（北海道 1、関東 2、北信越 3、中国 1、四国 1、九州 3）

5. 内 容

（1 日目：14 日）

- ・開講式
- ・エペの指導、ビデオによる学習

村上講師作成の講習会用 DVD 動画を見ながら、エペの指導法などを中心に講義を受けた。

○フェンシング指導における大切な 3 つの要素

- ・スピード・ディスタンス・タイミング

○エペについて

- ・フルーレとの違い

○海外選手との違い

- ・体格、筋力、教本、指導者



初日の講義は、会議室を利用して行いました。フェンシングに必要な基礎知識を学び、村上講師に準備していただいた動画を使用した講義となりました。2 日目からおこなう実技講習の内容を撮影していただいたものであったので、予習をする形となり、研修を受ける側にも大変好評でした。特に、実際にレッスンを行っている動画がふんだんにいれてあり、研修後に学校に帰ってからの復習にとっても役立つ内容でした。

（1 日目終了後、京都市内にて車イスワールドカップが開催されていたため希望者で見学に行きました。運よくカテゴリー B 女子フルーレ決勝を見学することができました。）

（2 日目：15 日）

- ・エペの指導法

体育館にて、フットワークやレッスンのとり方を中心に実技講習をおこなった。

○フットワーク

○基本技術

○攻撃動作

○防御動作

○応用技術



(3日目：16日)

・エペ指導法

2日目に引き続き、レッスンのとり方を中心に実技講習をおこなった。

○応用技術

○課題ファイティング

○戦術



2・3日目は、実技講習となりました。生徒を対象にしたアップの方法から始まり、グローブ突きやフットワーク、レッスンをおこないました。初日に、動画を見ていたため実際におこなう内容についてイメージができていたのは大変ありがたかったです。また、フルールとエペの指導の違いについても意識して講習していただきました。ディスタンスやクー・ドゥーブルの注意点など丁寧に指導していただきながら、他のコーチや国の考え方も合わせて話をさせていただき、指導における知識も高めることができました。あっという間に1時間以上が経過するような濃い内容でしたが、ところどころにおいて質疑応答の時間を持っていただきました。いろいろな質問や相談などが出されましたが、1つ1つ丁寧にお答えいただき受講生同士も意見を出し合うなど積極的な講習となりました。

なお、2日目の講習後には宿泊先のホテルにおいて懇親会を行い、指導者同士の交流も深めることができました。

(全体をとおして)

今年度は、京都駅から徒歩5分にある元小学校の会議室と体育館を利用しました。ホテルもその途中にあったため移動に問題がなく、立地の良い会場で実施することができました。京都での開催は、新幹線を利用する場合は便利ですが、飛行機を利用する場合は多少不便な地理でもあります。研修した指導者の感想からもあるとおり、空港の近くでの開催を検討していきたいと思います。また、関西での開催が多いため関東地区での開催も合わせて検討していきたいと思います。

講師の村上先生には、今回の研修のためにレッスンの動画を撮影・編集するなど多くの準備をしていただきました。また、エペの強化・普及のために、動画についても他で利用して良いとの言葉までいただきました。お忙しい中、講師を引き受けていただいただけでなく、レジュメやDVDの準備をしていただき大変ありがとうございました。

6. 参加者の感想

- ・ホテルからも近く、講習会の内容もためになりました。自身の指導者としてのレベルアップに繋がったと思います。
- ・村上先生のご指導とても参考になりました。学校に戻ってから今回の研修で得たことを活かしていきたいと思います。
- ・レッスンを取りに行く時に手から出て行けていないところがあると確認出来ました。お世話になりました。
- ・まず村上先生が作成したDVDを元に実技講習をして頂いたので自校に帰ってからも取り組みやすいです。車いすフェンシングを見る事ができ感動しました。講習会場、宿泊場所、駅が近く大変楽でした。
- ・私自身がエペを今までにやってこなかったのが、今回の講習では基本から徹底的に教えて頂き、とてもありがたかったです。講師の村上先生並びに運営に関わってくださった方々にとっても感謝しております。宮崎に帰って還元したいと思います。

- ・実技だけでなく、講義や動画の解説などもあって、良い研修ができました。
- ・エペについて丁寧に教えて頂き、分かり易かった。特に、分割して教える方法は早速学校での指導に取り入れてみたい。
- ・とても分かりやすく DVD でやることを予習したのが良かった講師村上さんの、日本のエペを強くしたい。という熱意が伝わる講習会でした。参加する先生方に対する資料の準備や、分かりやすく系統的に指導される内容は、これからエペを教えようという私たちにとってとてもわかりやすかった。
- ・わかりやすく、計画的な内容でとても参考になった。予定していた内容がすべてできたのが良かった。

(文責：強化普及委員 大槻)