

令和7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 令和7年11月27日（木）～28日（金）2日間
2. 会 場 福井県越前市 武生商工高等学校フェンシング場
3. 講 師 諸江 克昭さん（前全国高体連フェンシング専門部長）
佐藤 希望さん（オリンピック3大会出場）
4. 参加者 13名（関東2、東海2、北信越8、四国1）
5. 講義内容（実施要項より）

テーマ 「高校現場でチャンピオンシップを目指す指導方法の理論と実際」

1日目：講義

「チーム作り」「練習全般」「フットワーク練習」「レッスン」「剣」「ビデオ分析」「部活動運営に必要な費用」などをテーマに、受講者とのやり取りを交えながら講義が行われました。

内容は、高校部活動における選手の獲得や育成、強豪校に勝つための戦術論、地域性を生かしたスカウトの考え方、働き方改革による活動時間の制限への対応など多岐にわたりました。さらに、限られた時間の中で練習時間を確保するための工夫や対策、フェンシングの戦術、繊細な技術操作、審判の傾向を踏まえた対応、映像解析といった実戦的な理論に加え、予算確保や地域連携などチーム運営に関する戦略的な側面についても扱われ、非常に内容の濃い講義となりました。

また、実際のレッスン動画をもとに、具体的な指導内容や指導の視点となるポイントについて解説していただくとともに、研修生からの質問にも丁寧に回答していただきました。

2日目：実技 撮影した動画をご参考ください。

<https://sites.google.com/view/r7study/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0>

<フルーレ>

突き」という基本動作を中心に演習を行いました。あわせて、レッスンの目的を明確にすることや、実践を意識したレッスンのポイントの確認、前日のビデオで実施していたレッスン内容の実践にも取り組みました。

特に、突きのスピードを高めることの重要性と、そのための具体的なレッスン方法については、初めて知ったという研修生も多く、大きな学びとなりました。一方で、すぐに実践できる内容ではなく、研修生が苦戦する場面も見られました。

<エペ>

諸江講師および佐藤講師による演習の見学や個別指導が行われました。内容は、エペ剣に関する基本的な事項から、アロンジェブラ、小手突き、対左利きへの対応を想定したレッスンまで多岐にわたりました。あわせて、エペ特有のフットワークの考え方や、その練習方法についての紹介もありました。

演習では、佐藤講師による模範演技の後に研修生が実践し、ポイントを説明しながら課題を修正していく指導が行われ、指導方法として非常に分かりやすい内容でした。また、研修生からの質問に対しても、実演を交えながら丁寧に回答していただきました。

【受講者感想（一部抜粋）】

今回の研修でもっとも印象に残った内容があれば記入してください。

○フルーレ

→映像を使いながら、指導者が再現できるぐらいまで分析して対策を考えるなど、非常に勉強になった。

エペ…

→エペは全くの素人なので基本的なレッスンについて学ぶことができて参考になった。また、佐藤選手が試合中にどのようなことを考えているのかなどを質問したり、話が聞けたりしたことも有意義だった。

- ・研究・分析から逆算された練習時間やメニューの構成が特に参考になりました。
- ・レッスンの取り方については早速実践していきたいです。
- ・指導者のトップ選手の考え方を聞くことができた。
- ・映像の分析の詳細さと、そのレッスンへの落とし込みの実践。
- ・今回の研修で最も印象に残ったのは、諸江先生と佐藤選手という、指導者と競技者の双方の視点から、「トップレベルのフェンシングを高校現場で実現するための具体的な方法と指導哲学」を深く学べた点です。
- ・諸江先生の「育成哲学」と「分析手法」
- ・貴重な育成事例:高校からフェンシングを始めた選手を4名もオリンピックに導いた、諸江先生の指導理念と高校時代の具体的な練習内容を直接聞いたこと、また実技講習で体験できたことは極めて貴重でした。
- ・科学的な視点:映像を用いた詳細な分析手法は、感覚的ではない客観的な指導の根拠を持つことの重要性を再認識しました。
- ・動画分析について 諸江先生の、選手募集から練習内容に至るまでの部活動運営、ならびに選手育成に関する戦略が大変参考になりました。またレッスンにおいてフルーレの突くという基本動作についてのレッスンでは、コーチが本気でパラードをするなど、実践的でとても参考になりました。
- ・ビデオ研究の仕方
- ・日本一、オリンピアを育てられた諸江先生の指導力、オリンピック出場された佐藤選手のエペの考え方は興味深く、またレッスンや考え方など実際の指導に役立てたいと思います。
- ・「突ける距離になったら突く」「速くなるのは『いけると思った時＝突ける時』だ」といった内容があったと思います。同様の内容は、10年弱前に、ナショナルチームの監督の講習会に参加したときも言われていたことでしたし、最近他の指導者講習に参加した際にも、同様の話がありました。自分の適切な間合いがわかること＝剣の届く範囲を把握することと、その間合いかどうかを瞬時に判断することが大事なのだと改めて思いました。
- ・講習会で、クセや考えなど相手の隅々まで読む点で、他の監督の思考が知ることができて驚きだった。

研修会全般の感想をお願いします。

- ・講義形式と実践の内容でバランスが良かった。特に競技についての理論的な話は、普段学ぶ機会が少ないので、このような機会があるとありがたい。試合分析については、自分の甘さを実感した。また、「どんな選手も持っている技は限られている」といったことは、実際に分析する時のヒントにしたい。実践は、エペ専門の指導者の方はやや物足りなかったかもしれないが、素人の私にとっては分かりやすくちょうど良かった。佐藤選手の話が聞けたことも興味深く参考になった。部活動で生徒相手にエペを少し教えてみたくなった。
- ・タイムテーブルは色々な考え方があると思いますが、座学が2日目の午前 or 午後だと怪我防止にもなってありがたいです。

例えば、1日目午後レッスンの講習、2日目午前座学、2日目午後レッスンの講習

丸一日体を使う講習は怪我が怖いなと思いました。

とても充実しており、もっと技術や指導方法など学びたかった。

- ・講師の先生方はもちろんのこと他の参加者の先生方からも多くの刺激をもらえて非常に有意義でした。
- ・研修会全体として非常に有意義な時間であり、現場の課題解決に繋がる情報交換の場にもなりました。
- ・プログラムの充実:フルーレとエペの研修に加え、高体連における種目の役割についての話も聞け、非常に多角的な学びとなりました。
- ・情報交換の価値:全国の高校の現状（活動時間や教員の働き方改革など）について意見交換ができたこと、また「高校現場でチャンピオンシップを目指す」というテーマに対する他県の先生方の取り組みを聞いたことは大変参考になりました。
- ・研修内容が充実していたため、時間が短く感じられました。
- ・動画の分析やレッスンの取り方を改めて考える時間となった。ペアで行った際と実際にとってもらった際には、感覚が違ったので、それでは選手に教えることはできないので、選手のためにレッスンも自分ができるように練習していきたい。
- ・ビデオ分析について、今までの講習会ではなかったように思います。非常に興味深いものになりました。あつという間の講習会だったように思います。折角なので、もう少し時間があると嬉しいです。
- ・勝つために必要な考え方や知識を得られたことが、今後指導していくうえで大きな財産になると感じました。
- ・質問や意見を出しやすい雰囲気で大変勉強になりました。
- ・1日目は午後からの参加で、移動がしやすかったです。また、平日開催だったため、授業の振替はありましたが、研修会後が土日でじっくり内容を振り返ったり、思考を深めたりする時間が取れてよかったです。上記の「印象に残ったこと」もそうですが、他にも「やはりフィジカルの強化は必須。速さは大事」や「ティーチャーが本気でパラードする＝生徒の速さにつながる」といったことなどは、指導者の心構えとして大切だと思いました。
- ・具体的な技をレッスンする時間もあり、動画を見て対策を考えて練習する時間もあり、およそ指導者として必要なことが網羅されている感がありました。
- ・未経験で足手纏いと思っていたが、暖かい雰囲気で行うことができました。

今回の研修を今後どのように活かしていきたいと考えていますか？

- ・レッスンの考え方や目的、方法などをより明確にすることを意識して中学、高校での部活動に活かしていきたい。
- ・動画を使ったミーティングや練習を取り入れていこうと思います。
- ・すぐ練習でアウトプットします。生徒への指導の中で、特に意図を持って練習することを心がけさせたいと思います。
- ・今回の研修で得たトップレベルの指導哲学、具体的な技術・戦術、そして他県の取り組みといった貴重な知見や経験を、若い指導者に積極的に伝達・共有し、指導の質の継承に貢献していきたいと考えます。
- ・相手の動きを真似するほど事細かく分析をしていなかったのが、今後していくべきだと感じた。わかっているつもりでも、全くわかっていないので、選手と一緒に自分自身も行っていきたい。
- ・自校の生徒の指導のほか、県内の先生方にも情報を共有したいと思います。
- ・ビデオ研究の仕方や戦術面などを生徒に伝達し、生徒同士でも学び合える環境を作りつつ、質の高い指導ができるように活かします。
- ・エペの強化に繋げていきたいと考えています。

- ・ 自校での指導に活かすほか、県の競技団体とも共有し、競技力向上にいかしていきたい。
- ・ 指導全体で活かす、プレーを観る時の見方も変わった。

開催時期はどうでしたか？

- ・ ちょうど良い。テスト期間なので都合をつけやすい。
- ・ 時期的には、新人戦が終わっており良いと思います。
- ・ 気候的にも寒すぎず、良かったです。
- ・ ちょうどよいです。定期考査期間と重なると、授業の移動がほとんどなく、あるいはあったとしても負担が少なく、参加しやすいです。
- ・ 職場を休みやすい時期の平日で最適だった

開催場所はどうでしたか？

- ・ できて間もない武生商高校のフェンシング場を使わせて頂き良かった。
- ・ 参加しやすい。京都や名古屋でも嬉しい。
- ・ 車で行ける範囲だったので助かりました。
- ・ 居住地から近く、参加しやすかったのがありがたかったです。
- ・ やや遠いですが、なかなか行くことができない場所なのでよかったです。
- ・ 施設も充実しており、良かったです。
- ・ 石川県民としては、日帰りで移動できる距離でもあったため、助かりました。開催地が変わると、参加する人の層も変わり、いろいろな気づきや交流があると思うので、講師が同じでも、場所が変わってもいいと思いました。

研修会に対する要望などがあれば記入してください。

- ・ 例年より短い2日間の講習会だったけれど、参加し易かったし、内容的にも良かったと思う。
- ・ 全種目学びたいです。いろいろな機会を設けていただけるとありがたいです。
- ・ 国内での指導者研修会において、FIEのフルーレ指導者研修を担当されているルーマニア Mr.PetruKuki氏を招聘し、最新の国際的な指導法に関する講習を実施していただきたいです。
- ・ また機会あれば参加したい。
- ・ 経験豊富な先生やコーチの話は、勉強になります。強化普及という立場でしたが、一緒に勉強させて頂ける機会を頂きありがとうございました。
- ・ こちらが不勉強であったり、見落とししたりしている可能性もあるのですが、審判としての技能を向上させる研修もあるとありがたいです。

作成：強化普及委員長 大槻

(次ページに研修会の様子を掲載してあります)

【研修の様子】



初日の講義の様子



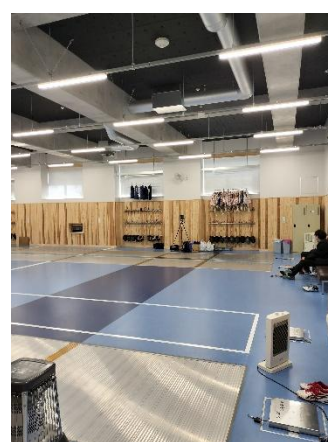
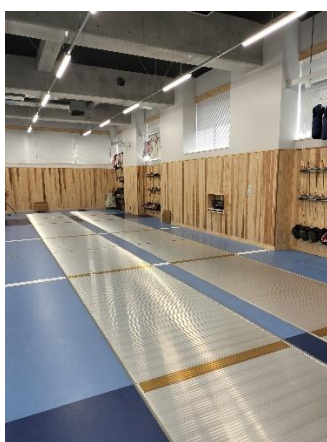
演習の様子 レッスンの実践



演習の様子 レッスンの実践



演習の様子 ビデオ分析からの
レッスン指導



武生商工高校フェンシング場