



# 求められる スポーツ指導者像

## 1 スポーツ指導者の役割

### スポーツ文化とスポーツ指導者

スポーツ文化を豊かに享受する能力とは、プレイヤー（日常生活において楽しみ、気晴らしとしてスポーツを楽しむ人から、世界のトップを目指す競技者まで、スポーツ活動に参加するすべての人、すべての指導対象者をプレイヤーと表現しています。）が自らスポーツをすることに意義と価値を持ち、スポーツの競技規則、スポーツマンシップとフェアプレイに代表されるマナー、エチケットなどのスポーツ規範に基づき主体的・継続的にスポーツの楽しさや喜びを味わうことです。

これらの能力を育成するためスポーツ指導者は、自らがスポーツ文化を理解し、プレイヤーとお互いに尊敬しあい、プレイヤーの立場に立ち、サポートしていかなければなりません。

また、これまでの指導は、個々人が持つスポーツの目的を合理的に達成するための方法としてスポーツ技術・戦術に関する指導が中心となっていました。スポーツの行い方や取り組み方、とりわけ

スポーツに意義と価値を与えるスポーツ観、競技規則だけではなく  
スポーツマンシップとフェアプレイに代表されるマナー、エチケット  
などの道徳的規範を指導することがスポーツ文化の豊かな享受能  
力を育成していくためには重要となります。

## スポーツライフの構築とスポーツ指導者

快適なスポーツライフの構築には、施設や用具、プログラムとい  
ったスポーツ環境の要因とともに、年齢、体力、技術、環境に応じ  
て快適にスポーツを享受できるように、スポーツとの関わりを自ら  
主体的にコーディネートする資質や能力が求められます。

また、スポーツそのものを楽しみ、快適なスポーツライフを送る  
ためには、ある程度の練習やトレーニングなどの努力が不可欠とな  
ります。少し技術が身につけて上手になれば、もっと上手になるた  
めの練習やトレーニングの努力を惜しまない、ということはスポー  
ツを実践した人であれば感じたことがあると思います。さらに、仲  
間への思いやりや協調するというマナーやエチケットも重要な要素  
になります。

しかし、スポーツ経験があまりなければ、どのようにスポーツに  
取組めば良いのか分からない人もいることから、ともにスポーツを

### 指導者の気持ち

#### スポーツを通じて、何を得てほしいのか (プレイヤーの内面に芽生えてほしいこと)

健康	創造力	スポーツマンシップ
自信	決断力	フェアプレイ精神
自立心	コミュニケーション能力	
責任感	情熱	

#### プレイヤーに 味わってほしいこと

充実感  
満足感  
達成感  
爽快感

#### こんなプレイヤーになってほしい

ポジティブ・シンキングなプレイヤー  
自立したプレイヤー  
決断力のあるプレイヤー  
創造性のあるプレイヤー  
視野の広いプレイヤー  
自分の意見を正確に表現できるプレイヤー

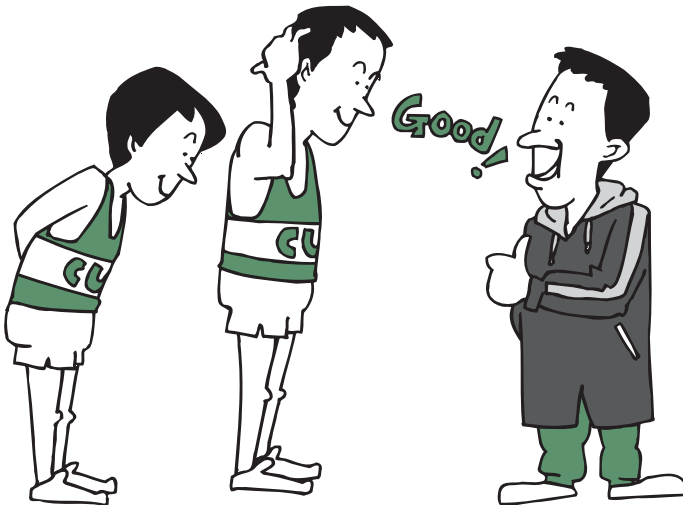
する仲間づくりをサポートしたり、上手になるように導いてくれる指導者が必要になってきます。

スポーツに対する人々のニーズやスポーツライフの構築の方法は様々です。しかし、国民の一人ひとりが自己の年齢、体力、技術、環境に応じたスポーツライフを構築していくためには、スポーツ指導者がスポーツ環境やスポーツへのかかわり方を自らコーディネートする能力（具体的な方法や内容を身につけ実践していく能力）を高めていくためのサポートをすることが重要となります。

## 2 求められるスポーツ指導者

国民の一人ひとりが主体的・継続的にスポーツの楽しさや喜びを味わうためには、スポーツ観やスポーツ規範についても充分身につけて実践していくことが重要ですが、これらはプレイヤー自らが自覚し実践するものであり、指導者からの強制や罰則などによって規制されるものではありません。

これまでの日本のスポーツ界では、厳しさこそが「スポーツ」という風潮があったことは否めません。指導者が情熱を注ぐあまり、思い余って体罰や言葉による暴力ともいえるようなことが起きてしまっていることがあります。ちょっとした言動からプレイヤーの心



を傷つけていることが現実の問題としてあり、「スポーツ離れ」「スポーツ嫌い」が起きているのです。特に子どもたちや女性を指導する場合は、心を傷つけたり、不快な思いをさせないように十分な配慮が必要です。

スポーツ指導者は、「スポーツの楽しさ」を自ら表現できるモデルとなり、言動で見本を示す必要があります。しかも、スポーツ指導者がプレイヤーとお互いに尊敬の関係を築き、指導することによって、プレイヤーに伝えることができるものなのです。

単に技術・戦術の指導に優れているだけではプレイヤーに信頼される指導者にはなれません。指導者の人格がプレイヤーに尊敬されてこそ信頼を得られるのです。

相互尊敬の関係を築くためには、スポーツ医・科学に裏付けられた知識とコミュニケーションスキルを身につけ、プレイヤーの立場に立った指導をするとともに、スポーツマンシップとフェアプレイに代表されるスポーツのマナー、エチケットの手本となるような態度・行動が重要となります。

また、何よりも大切なことはプレイヤーとコミュニケーションを図ることです。相手のニーズや要望にあわせ、同じことを伝えるにも、相手に応じて話し方を工夫するなど、個々人の特徴に対応した一対一のコミュニケーションを図ることが求められます。

スポーツ指導者は、多様なニーズに的確に対応するため、常に自己研鑽を図り、自ら成長・発展し、周囲から尊敬・信頼される人間であることが求められています。



### 3 望ましい公認スポーツ指導者

スポーツ指導者は、スポーツに関わる人々のさまざまな欲求に対し適切にサポートしていくことが求められています。

そのために指導者は、専門的な知識・技能や高いコーチング能力だけでなく、少なくとも次のような点に対応していくことが求められます。

#### 望ましい公認スポーツ指導者とは

コミュニケーションスキルを身につけ、「プレイヤーの話を聞く」、「叱るより良い点を誉めて伸ばす」、「教えずにプレイヤーに考える力をつけさせる」、「責任を持たせる」など、プレイヤーのやる気と自立心を育てるためのサポートをする。

スポーツマンシップとフェアプレイに代表されるマナー、エチケットなど、道徳的規範を身につけさせるためのサポートをする。

プレイヤーが明確な目標を設定できるようにサポートする。

スポーツとの出会いをコーディネートする。

スポーツを継続できるようにサポートする。

スポーツ仲間をつくるためのサポートをする。

快適なスポーツライフを構築するための方法や内容についてのサポートをする。

長期一貫指導システム（競技者育成プログラム）の理念と方法を理解し、個人の年齢、技能、要求にあったその年代における最適な指導を行う。

メディカル・コンディショニングスタッフ、マネジメントスタッフなどと協力し、プレイヤーに対し最適な環境を提供する。

自ら研鑽に努め社会に評価される指導者を目指す。

このような、多様なニーズに適確に対応できる指導力を身につけた指導者こそ望ましい公認スポーツ指導者なのです。

## 4 より良い指導者になるために

### GOOD COACHになりましょう

： 昨今、ビジネス界では、「コーチング」という言葉が頻繁に使われ、管理職にあたる方々は「コーチング・スキル」を高めることに大きな関心を寄せています。書店のビジネス書のコーナーに立ち寄れば「コーチング」というタイトルのついた本が何種類も出版されていて、どれを選んでよいか迷うくらいの人気です。そもそも「コーチ」という言葉の語源は、「大型四輪馬車」で「客を目的地まで運ぶ（送り届ける）」という意味であり、スポーツ界で「コーチング」といえば、「プレイヤーが“なりたいと思う自分”に近づけるためにサポートする」と言うことができます。

ではなぜビジネス界（特に管理職の方）で注目されているのでしょうか。それは「コーチング」の基本的概念が「自発的な行動を引き出すためのコミュニケーションスキル」だからです。スポーツ指導者が目指すべき「GOOD COACH」がすべきこととは、プレイヤー自身が自主的、積極的な行動に取組むための環境づくりといえるのです。

### PATROLしましょう

： では、プレイヤーが自立（自律）し、自ら進んで取組むようにするためには指導者としてどんなことに心がけていけばよいでしょうか。そこで提案したいのが“PATROL”です。PATROLとは「巡回する、見てまわる」という意味です。分解してみると指導者が持つべき心構えの頭文字と当てはまります。きっと「GOOD COACH」となるためのヒントとなるはずですので憶えていてください。皆さんもプレイヤーを公平に見てまわり「誉めて、夢中にさせて」可能性を引き出してあげましょう。さあ「PATROL」しましょう。

## “PATROL”しましょう

**P**rocess : 「結果ではなく、経過を重視しましょう」

結果を評価するのではなく、経過を重視しましょう。どんな結果であろうとも、結果にいたるまでの努力や行動があったはずです。いい結果が出た時も悪い結果が出たときも、プレイヤーと一緒に原因を考えてみましょう。

**A**cknowledgment : 「承認しましょう」

プレイヤーの意志を尊重し、その行動や言動を承認することが重要です。自らの存在を認められることが、プレイヤーにとって大きな励みとなるのです。

**T**ogether : 「一緒に楽しみ、一緒に考えましょう」

何よりも指導者自身が楽しくなければ、プレイヤーも楽しくありません。プレイヤーとともにスポーツを一緒に楽しみましょう。

**R**espect : 「尊敬しましょう、尊重しましょう」

年齢、性別に関係なく、すべての人を尊敬する気持ちを持ちましょう。10人いれば10人の個性が存在します。プレイヤーの個性を尊重しましょう。

**O**bservation : 「よく観察しましょう」

プレイヤーをよく観察しましょう。体調は万全か、悩み事はないだろうか。見ていなければわかりません。「見られている」ことでプレイヤーは安心するのです。

**L**istening : 「話をよく聴きましょう」

自分が話すより、プレイヤーの話を聞く時間を多く取るように心がけましょう。指導者が「なってほしいプレイヤー」ではなく、プレイヤー自身が「なりたい」自分を意識し、気づかせるためには、プレイヤー自身にたくさん話す機会を作ってあげましょう。

## 常に自己研鑽

PATROLすることが自然とできるようになれば、プレイヤーと指導者との関係はきっとよくなるはずです。あとは、プレイヤーからどんな質問を求められてもしっかりと応えられるよう、最新情報やルールを学んでおけばいいのです。その機会を提供してくれるのが、各種研修会やセミナーなどです。最新情報は専門誌を読めばわかるのかもしれませんが、研修会やセミナーは多くの指導者が集まる場所でもあります。本を読んだだけではわからなかったことが理解できたり、同じ悩みを持った指導者と意見交換ができたり、自分の指導法を見直す機会になったり、多くの指導者に会うことによって新たな自分に気づいたりします。プレイヤーは進化しつづけます。指導者も一緒に進化していかなければならないのです。よりよい指導者を目指し、積極的に自己研鑽していきましょう。







## 我々は 学ぶことをやめたときに、 教えることを やめなければならない

ロジェ・ルメール(フランス)

一度は耳したことがある方も少なくないだろう。サッカーの指導者養成講座で、必ずと言ってよいほど引用される一文である。いっさいの虚飾を排した直截なメッセージ。それだけに聞く者の心に素直に響く。日本サッカー協会が中心となって開催した「第2回フットボールカンファレンス」(2001)でのメッセージである。ロジェ・ルメールは元フランス代表監督。98年フランス・ワールドカップでチームを優勝に導いたエメ・ジャケの後を引き継いで監督に就任。00年ヨーロッパ選手権は制したものの、日本で開催された02年ワールドカップでは一次グループで敗退し、直後に解任された。フランスのサッカーといえばINF(国立サッカー学院)を中心とした選手育成に定評があるが、アルセーヌ・ベンゲル、ジェラルド・ウリエなど世界でも指折りの優秀なフランス人指導者も多数輩出している。「プレイヤーとしての能力」と「指導者としての能力」を測る物差しが厳密に区別されている国の指導者にとってみれば、当然の発言だろう。「そんなに反響があることを言った覚えはないのに」分りにくいコメントが多い、とメディアにたびたび評されていたルメール氏は、案外そんなふうに思っているのかもしれない。

## 毎日を その日の収穫高で 判断せず、 蒔いた種で判断しなさい

ロバート・ルイス・スティーブソン(スコットランド)

日本サッカー協会では、2003年から高松宮杯全日本ユース(U-18)選手権大会に、リーグ戦方式を取り入れた。目先の勝利にこだわりすぎることなく、長期的な視野に立って指導ができる、と指導者には概ね好評のようだ。もちろん、これまでのような“負けたら終わり”のノックアウト方式にも、勝利への執念・集中力を養うという一定の意義はあろう。しかし、度が過ぎた勝利至上主義によって、スポーツから離れていく子どもたちが少なくないことも、また事実である。特に若年層を受け持つスポーツ指導者が、その指導対象に対して蒔くべき“種”とは何か。冒頭の一言は、指導者の哲学を問いかけている。ロバート・ルイス・スティーブソン(1850-1894)はスコットランド・エジンバラ生まれの文豪。彼の作品は『ジキル博士とハイド氏』や『引き潮』など数多いが、その中でも代表作といえ、彼が自分の子どもに読み聞かせるために作ったという『宝島』だろう。港町にある宿屋の少年ジムが、船乗りから手に入れた地図を手がかりに、宝探しの航海に出るという物語は、世紀を越えて多くの子どもたちの冒険心をゆさぶりつづけてきた。早逝というべき歳で亡くなったのちもなお、ペンによって“夢”という種を蒔きつづけているのである。