



## 『“持続可能な”選手を育てる』

金沢工業大学 基礎教育部 准教授 鈴木貴士

今年は2月末から様々な活動の自粛要請が始まりました。スポーツ活動も例外ではなく、多くの大会が中止となりました。各カテゴリーにおける最終学年であった選手の皆様の無念は計り知れないだろうと思います。そんな中、皆さんは、このコロナ禍をどのように捉えていますでしょうか？

世の中の流れに抗わず、チームとしての活動を休止していたチームも多かったことと思います。6月頃に多くのスポーツ活動が再開されましたが、そのときの自身の(指導者からすると、選手の)パフォーマンスや表情はどのようなものだったのでしょうか。私は「**これまでの指導**」や「**日頃の競技への向き合い方**」がそこに現れていたのではないかと思います。私自身も競技者でしたので、そういった観察はこれまでも行なっていました。夏休みや年末年始などの1週間程度の休みとは違い、今回は数か月に及ぶものでした。再開時に体が絞られていた選手、そうではなかった選手、新しい技術を試そうと再開を心待ちにしていた選手、生き活きとした表情の選手、曇りがちな表情だった選手、色々だったと思います。それらの違いは为什么呢。

【**「大会での勝利」を目的とした「詰め込み型」の指導を受けていた**】場合、大会がなくなった今年、活動停止を余儀なくされた今年、**パフォーマンスが低下するのは至極当然のこと**のように思います。

私の専門は柔道です。対人競技であるため、単純に言えば、相手より自身が上回っていれば勝利できます。しかし、「相手に勝つこと」を目的にし、そればかりを考えていては落とし穴に陥ります。**「試合の勝敗」を「良し悪し」の判断にするのではなく、「勝っても負けても試合後には分析する」「過去の自分と比較する」習慣**をぜひ身につけていただけたらと思います。

特に、ジュニア期においては身体的な発育には個人差があり、成長の早い選手が好成績を出すのが一般的です。**その好成績が選手の成長の好循環を妨げてしまう場合があります。**その好成績は「**身体的優位によるもの**」なのか「**技術や思考によるもの**」なのかを指導者は見極め、選手に理解させる必要があります。「**その勝敗の主たる原因は何なのかを考えること**」をこの時期に習慣づけておかないと、優位であった身体的条件が成長に伴い差が縮まった段階で、形勢は逆転してしまいます。上に上がるにつれて「技術や思考」を伴うプレーが求められるのはどの競技でも一緒だと思います。

私は常々「**過去の自分との比較を**」と伝えています。例え勝利しても自身の成長が見えない勝利には意味がありません。逆に成長を感じることでできる負けには意味があります。

身体的特徴をプレーに活かすことは悪いことではありません。ただ、それに加え、**プレーの質の向上を選手自らが求めていくことこそが次のカテゴリーでの大きな準備となります。**

コロナ禍は我々指導者にとって多くの気づきを与えてくれた機会だと思います。

「今、結果を出す」取り組みと「将来、結果を出す」取り組みの両立は大変であるのは間違いありません。今結果を出せない選手が将来輝くために、今結果を出せている選手がこれからも輝き続けるために、**指導者は「私が育てる」といった無理な指導ではなく、場合によっては次の指導者に託す「みんなで育てる」視点を持つていくことが大切**であると考えます。