



# 月刊部品新聞

2011年5月 第63号  
編集・発行 Unit

## エピソードを造る

様々な種目で国内大会が行われる季節になつてきました。競技者はその日のために様々なトレーニングを積んできたのではないかと思います。

しかしそのトレーニングの目標はどこに向けるべきなのでしょう。

### ある競技の現状

先日ある競技で活動されている方と話をしたときに、「日本選手権ですら数年間向上しておらず、世界に置いていかれている。」

「日本選手権優勝者でも世界で戦える力はまだない。」という趣旨のことを言われていました。

もちろん競技者が悪いわけではありませんが、彼らは彼らなりに最大限の努力をしているはず。問題はその周りにいる指導者の目線かもしれない。

おそらくほかの競技でも指導に直接関わらず、大会運営など間接的に競技を支えている方が、日本の現状を客観的に分析できているのではないのでしょうか。

### 点と線

特に生徒の場合、生徒と教員兼指導者という構造がほとんど

で、中学生であれば、全国中学。高校生であれば、高校総体が目標となる場合がほとんどです。

もちろん教員兼指導者としても、在籍している学校としてもその在籍期間に優秀な成績を取ってもらいたいという考えがほとんどかもしれません。

そのように考えると目先の大会が目標になつてしまい、世界に向けた継続的な指導を行うのが難しくなつてしまいます。

### 鶏と卵

このような話をする中では、「中学や高校で成績がでなければ世界で活躍できる道が閉ざされる。」という考えを持つ方もいると思います。

しかしこれは本末転倒ではないかと思えます。中学校や高校で活躍した人に世界で戦う道ができるのではなく、世界で活躍できる能力のある人は中学や高校でも活躍するというのが、本来ではないかと思えます。

前者のような考え方が、その競技団体が継続的に世界で活躍できることは難しいのではないかと思います。そうならないためにも各競技団体として世

界を視野に入れて、指導の一貫体制をとつてゆくことが大切なのではないかと思えます。

### 金の卵は金の卵か

近年は金の卵を見つけないと競技団体もジニア層の取り込みに必死ですが、逆に中学ぐらいまでは好きな競技を行わせ、高校からその適正を見極めてその競技を続けるのか、あるいは違う競技の方があつているのであればそちらに転向するというほうが、子供のためにも競技団体のためにもいいのではないかと思えます。

ヨーロッパの国の中にはそのようなシステムを取り入れているところもあるそうです。

### 楽しみと苦しみ

運動競技に楽しみだけというのはありえません。楽しみと楽しみと両方が存在しているはず。しかし近年の傾向として楽しみに焦点を置き、その陰の苦しみを見せないようにしてしまつていよう

に思えます。もちろん最初から苦しみを覚えてしまつては、その競技に興味を持たないかもしれない。これが、楽しさの中には苦しさが内包されていることを理解してもらえなければ、世界で戦うレベルまで強化をする事は難しいのではないかと思えます。

### 物語を考える

苦しみを内包した楽しみと単なる楽しみの違いを明確にし、強

化と普及に2本立てで物語は展開してゆきます。その物語も年代別でバラバラに書きあげられるのではなく、最後まで一貫した流れを持ち物語を書き上げる。各競技団体のことでも求められていることではないかと思

います。その物語の展開については著者により様々な方法があると思えます。しかしその物語の最後はどうなるのか。これは誰が書いても世界一にならなければいけません。

そして誰でも読み終えることができるということを前提に、いかに物語を作り出すことができるのか。各競技団体が主話の流れを、それをふまえて指導者が知恵を絞らなければなりません。

## 陸上世界選手権（世界陸上）へ参加

8月27日～9月4日まで韓国 Daegu で行われる陸上世界選手権（通称：世界陸上）の組織委員会より招待状が届きました。とは言ってももちろん競技者で行くわけではありません。表に出ることのほとんどない立場です。

競技者が一番輝けるために、その大会運営を支える一人として、出来る限りのことをしてきたいと思

Unit代表 澤野 博（さわの ひろし）

日本体育大学卒。社会人経験を経て欧州へ留学。乳酸を中心としてトレーニングを幅広く学ぶ。帰国後、部品となって競技者を支えるという意味で「Unit」を設立。競技種目、競技レベルを問わずトレーニング指導を中心に活動。医療系国家資格の臨床検査技師の資格を持つ異色のフィジカルコーチ。NSCA CSCS、JADA DCOなども保有。ご意見、ご要望、仕事依頼、お問い合わせは下記まで。0422-34-5055 (Fax 兼用)、090-1999-2845 または sawano@team-unit.com