1 スポーツ指導者とは

スポーツ指導者とは、プレーヤー自身が“なりたい”と思う自分に近づくために、その活動をサポートする存在であるとともに、スポーツの意義と価値を社会に発信し、望ましい社会の実現に貢献するという役割を担う存在である。

本テキストは、日本体育協会の公認スポーツ指導者養成講習会のすべての受講者が使用するテキストであり、本項が、日本体育協会が考える「望ましいスポーツ指導者像」の基本である。

ここでは、スポーツの意義と価値とは何か、スポーツ指導者がスポーツの意義と価値を理解していなければならない理由とは何か、スポーツが社会の中で行われていることを、なぜ意識することが必要なのかを踏まえたうえで、スポーツ指導者が持つべき心構えや視点について考えていきたい。

1 スポーツの意義と価値

1)「スポーツの意義と価値とは何か？」を考える

スポーツは人類共通の文化である。この素晴らしいスポーツを育ててきたのは私たちの先達であり、未来の子どもたちのために守り育てていくのは、現在スポーツに携わる私たちの使命である。

したがって、スポーツの指導とは指導の対象となる者の未来だけでなく、スポーツそのものの未来に責任を負う社会的な活動であり、職業上のプロであってもボランティアであっても、その責任の大きさに変わりはない。そのような責任を自覚した指導が、指導対象者の成長や喜びとなり、社会貢献につながったとき、指導者にとっても大きな喜びとなるのである。まさに夢のある、やりがいに満ちた社会的な営みと言えるだろう。

スポーツの意義や価値とは何か。その意義や価値を脅かす要因とは何か。守り続けるべきこととは何か。スポーツ指導者にとって大切なこととは何か。それは、時代とともに変わるものもあれば、変わらないものもある。

スポーツが未来においても人類にとって必要な文化であり続けるために大切なこととは何か。

そのために今何をすべきか。このようなことを常に考え続けることが指導者としての成長につながり、スポーツの指導哲学になるのである。

2) スポーツは守り続けていかなければならない「人類共通の文化」

スポーツは、人間が運動を自らの楽しみとして求めることによって生まれ、育まれた人類共通の文化である。

過去から現在にかけてさまざまな社会変化があり、スポーツもその影響を受けてきたにもかかわらず、今日において世界中のどこにおいてもスポーツが継承され、発展しているのは、すべての人々の自発的な運動の楽しみがその根底にあったからこそであるといえる。

私たち人類は、スポーツが自由自在に身体を動かすことを楽しむという人間の本源的な欲求を満たし、人生をより豊かにし、生きる喜びをもたらす効果を持っているだけでなく、

他者を尊重する、自ら考え工夫し行動する、困難にも立ち向かい努力するなど、人間が社会生活を営む上で必要とする力を身につけるのにスポーツが有効であることを経験の中から学んできた。このスポーツという人類共通の文化の価値を高めることも貶めてしまうことも（さらに発展させていくことも社会から消滅させてしまうことも）、それはすべて、スポーツに携わる者自身の考え方や行動によることを自覚しなければならない。すなわち、スポーツと深くかかわる指導者は、自らがプレーヤーやスポーツそのものの未来に責任を負っているということを常に認識することが重要だということである。

さらには、スポーツとプレーヤーを未来にむけて守り続けていくためにもこれらの認識が社会全体で共有されるよう努力していくことが必要である。

3）スポーツの社会的影響力

現代社会におけるスポーツは、スポーツそのものが飛躍的な発展を遂げたばかりでなく、政治的、経済的、さらに文化的にも、人々の生き方や暮らし方に極めて大きな社会的影響力をもつようになった。それは、オリンピック競技大会をはじめとするさまざまな国際競技会において、人類が一つであることを認識させたり、医療費の削減や人々の健康の維持増進のために運動・スポーツの実施を奨励することが政策となったり、国際的な競技会やプロスポーツなどでのトップアスリートの活躍が人々に大きな夢や感動を与えるなどのことから知ることができる。

また、スポーツが持つ高潔性（誠実・正直・公平・公正）やスポーツに内在する民主主義の精神（自由・平等・尊重・友愛・協同）は個人的にも社会的にも好ましい影響を持つものとして信頼や期待が大きい。

ただし、その影響力は、人々のスポーツに対する信頼と期待をますます大きくすると同時に、スポーツにかかわる人や組織がその信頼と期待に背いたとき、計り知れないほどの深い落胆を与えることにもなる。また、失った信頼と期待を回復するために要する時間とエネルギーは、非常に長く大きなものとなることも認識していなければならない。

4）スポーツの力を望ましい社会の構築に

スポーツは、人間の成長に大きな影響を与えるものであり、その意義や価値を現代社会が抱える課題に対して主体的かつ健全に活用することで、望ましい社会の構築に貢献する力を持っている。

また、障がいの有無や年齢、男女の違い、国籍や思想・信条の違いを超えて、ともに喜び、感動を共有し、絆を深めることを可能にする。清々しい空気の中で身体を動かす喜びや爽快さを感じるとともに、自然への畏敬や共感の能力を育むことを可能にする。子どもたちが成長していく過程で、他者への思いやり、共に協力し合う気持ち、誰にでも公平に接し、約束を守ることを尊ぶ心の成長も促すことができる。

スポーツに携わる者には、このようなスポーツの力が、スポーツに対する社会からの信頼や期待によって支えられていることを自覚し、これを社会的価値の実現にむけて主体的にコントロールし、健全に活用することを、これまで以上に大きな責務として受け止めることが求められている。

> **スポーツ＝社会であり、そして社会＝スポーツなのです。スポーツが生み出すものは、社会に還元しなければなりません。**
> ジャック・ロゲ（元ＩＯＣ会長）　日本体育協会・日本オリンピック委員会創立100周年記念式典特別講演より

5）スポーツを楽しむ権利を支える指導者

スポーツが盛んに行われているということは、その国に自由や平等あるいはルールを遵守する人々の態度等が確保されているということでもある。世界全体を見渡せば、宗教、性別によってスポーツが制限されることや紛争などによる治安の問題などから、人々が、豊かにスポーツを楽しむことが困難であると思われる地域も見られる。

この点に関して日本においては、2011年に施行された「スポーツ基本法」の前文におい

て「**スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利**」とうたわれ、スポーツが全ての人々の基本的な権利であることが明確に示された。

また同法では、「**その自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会が確保されなければならない。**」とも明記された。しかし、真にスポーツ文化が根付き、誰もがスポーツに親しめる場や機会を拡げていくためには、何よりもスポーツ活動を直接的にサポートする役割を担うスポーツ指導者が、スポーツの意義や価値を探求し続けることが重要となるだろう。また、スポーツを未来へ継承していく役割を託されていることも自覚しなければならない。

スポーツ指導者は、次代を担う子どもたちが、スポーツの意義と価値について正しく理解し、スポーツをとおして得た知識や経験をスポーツだけでなく日常の生活においても生かしていけるように、支え励ましていく役割を担っている。

2 公認スポーツ指導者とは

日本体育協会は、国民それぞれのスポーツへのかかわり方に応じて、年齢、技能レベルや志向に対応できるスポーツ指導者を配置できるよう、さまざまな要請に応えることができる指導能力の高い指導者を加盟団体[1]等とともに「公認スポーツ指導者制度」に基づき養成・認定している。

同制度に基づき資格認定する指導者とは、常にプレーヤーを最優先するというスタンスに立ち、スポーツ医・科学の知識を活かし、「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝えることのできる者である。

さらに日本体育協会が掲げる「スポーツ立国の実現」[2]を目指し、生涯を通じた快適なスポーツライフの構築を図ることを通して、望ましい社会の実現に貢献するため、その推進の中心となる者としても期待している。

また、日本オリンピック委員会や日本スポーツ振興センター等と一致協力してスポーツ指導者の資質向上に努めるとともに、スポーツ現場における指導が適切な資格を有する者によって行われるような環境の醸成に取り組んでいくことが期待される。

3 望ましい公認スポーツ指導者とは

スポーツの意義や価値とともにスポーツ指導者としての役割等について述べてきたが、日本体育協会では、望ましい公認スポーツ指導者像を次のように考えている。

> **公認スポーツ指導者は、日常の「生活／暮らし」にスポーツを取り入れることによって「豊かな人生」を得られることを広く一般に定着させるとともに、「仲間と楽しく行いたい」「うまくなりたい、強くなりたい」さらに「健康になりたい、長生きしたい」という欲求に応えられるよう、その実現に向けて「サポートする」活動を通して、望ましい社会の実現に貢献するという役割を持つ。**
>
> **また、常に自己研鑽を図り、自ら成長・発展するとともに、社会的評価が得られるよう努力することが重要である。**

そのために公認スポーツ指導者は、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ている。

> ①コミュニケーションスキルを身につけ、「プレーヤーの話しを聞く」、「叱るより良い点を褒めて伸ばす」、「教えすぎずプレーヤーに考える力をつけさせる」、「責任を持たせる」など、プレーヤーのやる気と自立心を育てるためのサポートをする。
>
> ②スポーツマンシップとフェアプレーに代表されるマナー、エチケットなどスポーツ規範を身につけさせるためのサポート

1 加盟団体
日本体育協会の加盟団体等については、資料編180-181ページに記載

2 「スポーツ立国」
スポーツの持つ力が、望ましい地域社会の実現に貢献するとともに、スポーツにかかわる自立・自律した人々の主体的かつ自治的なスポーツ実践や運動（ムーブメント）を通して、国内はもとよりアジア近隣諸国から地球規模へと拡がることによって、「スポーツ宣言日本」（2011年7月発表）が目指す社会像の実現に寄与していくこと。

をする。
③プレーヤーが明確な目標を設定できるようにサポートする。
④スポーツを継続できるようにサポートする。
⑤スポーツとの出会いをコーディネートする。
⑥スポーツの仲間をつくるためのサポートをする。
⑦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。
⑧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、個々人の年齢、技能、ニーズにあったその年代における最適な指導を行う。
⑨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、プレーヤーに対し最適な環境を提供する。
⑩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、多様なニーズに的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ある。

4 安全で、正しく、楽しいスポーツ活動の場を確保するために

スポーツの主役はあくまでもプレーヤーである。このことは、スポーツを指導する際のすべての基本となる。そして、スポーツ指導に携わる人は、プレーヤーの安全を守る責任があり、指導のための基礎的・基本的能力を獲得する必要がある。

スポーツ指導者がスポーツ医・科学の知識や成果を生かし、「安全で、正しく、楽しい」スポーツ活動の場を確保するためには、以下のような姿勢や考え方が必要となる。

○スポーツに対して情熱を持ち、常にプレーヤーを最優先し、何事にも前向きに取り組む。
○すべてのプレーヤーに常に公平な態度で接し、また活動に参加したくなるような雰囲気を作る。
○すべてのプレーヤーの個性や長所を見つけ、伸ばす。
○一方的、強制的な指導にならないよう、コミュニケーションスキルを高め、活動のねらいや内容をプレーヤーと共有する。
○発育発達段階や技能レベルに即して指導の内容と方法を工夫する。
○プレーヤーの健康状態に注意をはらい、ケガや病気を起こさないよう配慮する。
○天候や活動場所の整備状況、道具・用具の手入れや施設の破損確認などに配慮する。

また、スポーツが「安全に、正しく、楽しく」行われるためには、医学的側面からのサポートを行うスポーツドクターやアスレティックトレーナー、さらには栄養やスポーツ心理など他の専門家との連携を柔軟に実践できる指導者であることが望まれる。

5 あなたが理想とするスポーツ指導者とは？

あなたはなぜスポーツが好きになったのか。なぜ、多くの人にスポーツを好きになって欲しいのか。それには当然きっかけがあったはずである。「技術的な上達の喜び」や「勝利の喜び」を経験できたから。あるいは「親に褒められた」「学校の体育の授業で、クラスのみんなに注目された」「指導者の行動に憧れ、目標とした」などの理由があるのではないだろうか。

その日の活動が楽しければ、また活動に参加したいと思うはずであり、スポーツ指導者と過ごす時間が楽しければ、また一緒に活動したいと思うはずである。あなた自身のスポーツ参加の動機づけがどんな理由であったか、ときには振り返ってみることも必要である。

理想とする指導者の答えは、そこにあるか

もしれないのである。

あるいは、理想的なスポーツ活動の場面を想像してみよう。ひとつの目標に向かって、みんなが前向きに取り組んでいる。集中力があり、ムダな動きなどない。毎回の活動が楽しく、お互いを尊敬し、自らを向上させようと努力している。そんな素晴らしい活動の場面を実現するためにスポーツ指導者としてのスキルを高めていきたいものである。

6 スポーツの価値を伝える指導者

スポーツには、「スポーツマンシップ」に象徴されるように社会生活を営む上での総合的な能力を養うための要素が数多く含まれている。ルールやマナーを大切にする。個性を尊重する。予想できない事態に的確かつ迅速に対応する。こうしたスポーツを通じて培われる能力は、実生活で求められる能力の大半をカバーするものでもある。すなわち生活文化に直結する側面がスポーツには認められる。

スポーツ指導者は単にスポーツの技術指導能力が高いだけでなく、スポーツ自体が備える魅力、価値および文化としての役割について精通し、それらを多くの人々に伝えていくメッセンジャーでもある。

7 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、スポーツとのかかわりを自ら主体的にコーディネートできる資質や能力が求められる。

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る。少し技術が身について上手になれば、もっと上手になるための練習やトレーニングを惜しまない、というような努力する気持ち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う。さらに、仲間への思いやりや協調性、マナーやエチケットも重要な要素となる。

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り組めばいいのかわからない人もいることから、ともにスポーツをする仲間作りをサポートしてくれたり、上手になるようにサポートしてくれる人が必要となるのである。

8 スポーツ指導者として求められる心構え

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、正しいスポーツ観やスポーツ規範についても十分身につけて実践していくことが重要だが、これらはプレーヤー自らが自覚し実践するものであり、他者からの強制や罰則などによって強いられるものではない。

これまでの日本のスポーツ界では、暴力行為や過度な厳しさを美化してきた風潮があったことは否めない。このような風潮や体質は、指導者の暴言や暴力を容認する温床となり、プレーヤーの自主性や自立を阻害する指導を生み出していた可能性もある。指導者のちょっとした無配慮な言動からプレーヤーの心を傷つけていることも現実の問題としてあり、「スポーツ離れ」や「スポーツ嫌い」につながっていくケースもあるだろう。特に子どもたちや女性を指導する場合は、不快な思いをさせないように十分な配慮が必要である。

スポーツ指導者は、「スポーツの楽しさ」を自らの態度や実践で表現できるモデルとなり、さらに言動で見本を示す必要がある。しかも、「スポーツの楽しさ」はスポーツ指導者がプレーヤーとお互いに尊敬の関係を築くことによってはじめて、伝えることができるのである。

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

相互関係を築くためには、コミュニケーシ

ョンスキルを身につけ、プレー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ー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・行動が重要となる。

そして、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るのである。

繰り返すが、指導者は、指導における暴力行為や過度な厳しさを容認してはならない。その行為は、プレーヤーのスポーツを楽しむ権利や尊厳を傷つけるだけではなく、スポーツそのものの社会的価値を損なうものとなるからである。

9 ジュニア対象指導者の重要性

とりわけジュニアの育成にあたる指導者の役割はきわめて重要である。指導者は心身の発育発達に即したプレーヤー育成を念頭に、発育発達に関する理論を深めつつ、長期一貫指導システムの理念を理解し研鑽することが肝要である。

さらにスポーツ活動を通して、自己責任やフェアプレーの精神を身につけ、仲間づくりとその交流のなかで、他への思いやりや寛容の精神、社会生活でのマナーなどを指導者自らが道徳的規範を示しつつ、指導に当たることが特に望まれる。ジュニア期は指導者の言動に大きく影響をうける年代であることを、まず念頭に置くことである。

また、特に子どもたちの指導については、保護者との連携を密にしておくことが大切であることはいうまでもない。両者が常にコミュニケーションを保って相互の信頼を高め、それぞれの立場や役割を理解し合い、望ましい信頼関係のなかで協力しながらプレーヤーを育成していくことが理想であるといえる。よくみられる指導者と保護者間のトラブルは結局プレーヤーの不幸であり、将来、心の傷となって禍根を残すものである。

【参考文献】
1）公益財団法人日本体育協会（2013）21世紀の国民スポーツ振興方策ースポーツ推進2013ー
2）日本体育協会・日本オリンピック委員会創立百周年記念事業実行委員会（2011）スポーツ宣言日本
3）公益財団法人日本体育協会他（2013）スポーツ界における暴力行為根絶宣言
4）文部科学省（2011）スポーツ基本法
5）文部科学省編（2013）私たちは未来から「スポーツ」を託されている．学研パブリッシング
6）友添秀則（2009）体育の人間形成論．大修館書店
7）勝田隆（2002）知的コーチングのすすめ．大修館書店
8）公益財団法人日本体育協会（2012）21世紀のスポーツ指導者ー望ましいスポーツ指導者とはー
9）公益財団法人日本体育協会（2013）スポーツ指導者のための倫理ガイドライン
10）公益財団法人日本体育協会・公益財団法人日本オリンピック委員会（2012）日本体育協会日本オリンピック委員会100年史PART1ー日本体育協会・日本オリンピック委員会の100年ー