

課外活動におけるスポーツコーチングに関する研究 —不測の事態におけるトレーニング施設の整備に注目して—

吉本 忠弘^a

^a 甲南大学 共通教育センター
神戸市東灘区岡本8-9-1, 658-8501

本論は、本学体操競技部が直面した不測の事態下でのトレーニング施設整備の工夫に関する事例的研究である。本事例研究の目的は、体操競技における不測の事態下におけるトレーニング施設整備に関する示唆を得ることである。これにあたり、先ず本論で取り上げられた不測の事態の概要、トレーニング施設整備に関する対応・工夫の呈示、最後に施された対応・工夫が選手の競技力向上に果たした機能的側面を明らかにする。

本論を契機として今後、本学における課外活動スポーツに関する様々な案件に関する学術的な議論が活性化することを願う。

キーワード： コーチング学，不測の事態，トレーニング施設，体操競技，発生運動学

1. はじめに

スポーツコーチングにおいて、その実施環境整備は重要な役割を担っている。どれほど素晴らしいアスリート・選手がいたとしても、トレーニング(注1)を実施するための最低限の施設が整っていなければ満足な活動は行えない。2020年から全世界で猛威を震っている「新型コロナウイルスに伴う感染症」は、これまで日常的であったスポーツトレーニングの環境に大きな変化をもたらした。このような中で、2021年にわが国で開催されたオリンピック・パラリンピックでは、アスリート達の素晴らしいパフォーマンスが披露された。コロナ禍において満足なトレーニングを行えない時期も、東京オリンピック・パラリンピックで活躍したアスリート達は、様々な工夫を凝らしたトレーニングを継続してきたことであろう。例え不測の事態に直面して日常的な活動を行えなくなったとしても、自身の達成力向上に向けて、「できる限りのトレーニングを継続」することは、アスリート・コーチにとって不可欠の態度であるといえるだろう。「不測の事態下でのトレーニング」は、今後のスポーツコーチング活動において注目されると考えられる。

本論のねらいは、日常的な活動を行えなくなった際に、「アスリート・コーチは、トレーニングの継続に向けてどのような工夫を施せるのか」という問題意識に関して、本学における課外

活動の一事例の価値をコーチング学(朝岡, 2017, pp.58-61)(注 2)の立場から検討することにある。

本論で事例とされる本学の体操競技部においては、2021年6月29日に急遽、日常的なトレーニングの中断を余儀なくされた。2022年1月現在においても、その状態は続いており、トレーニングに様々な工夫を施している。このような中で、本論では、トレーニング施設の確保という観点から、講堂兼体育館入口ホール(以下、ホールと表記する)を利用したトレーニング施設整備(7月31日から10月13日まで)に関するコーチング論的価値について論及する。これにあたり本論ではまず、体操競技におけるトレーニング施設に関する一般的認識が述べられる。次に、本事例に至った経緯を示し、そこで施された措置の概要、並びに工夫を施した指導者の思考が根拠として明らかにされる。最後に、個別種目の事例として跳馬を取り上げて、今回の施設整備活動におけるコーチング論的価値について考察される。本研究の成果は、今後、不測の事態下におけるトレーニングにおける環境整備に関する示唆を与えるものとなるであろう。

2. 本学体操競技部における日常的なトレーニング環境

2.1 体操競技におけるトレーニング環境に関する一般認識

ヤーンのドイツ体操(Jahn, Eiselen, 1960)に端を発するといわれている体操競技は、様々な器械を用いるという特性を有している。体操競技では、選手によって行われた演技を審判員が評価することで競技性が保たれている。これはアーティスティックスイミングやフィギュアスケートと同じく、評定スポーツ領域(金子, 2005 上, p.231)に位置付けられている。評定スポーツにおいて選手は、当該種目の競技規程に基づいて、「技」と呼ばれている価値ある運動文化を、自らの身体とそこで用いられる器械・器具を通して実現する。「われわれの演技は器械との対峙から生まれる。器械の存在なしに、われわれの“巧技”は成立しないのであり、器械の存在は不可欠の前提である」(金子, 1974, p.128)といわれるように、器械・器具なくして体操競技のトレーニングを行うことはできない。体操競技においては、男子6種目(ゆか、あん馬、つり輪、跳馬、平行棒、鉄棒)、女子4種目(跳馬、段違い平行棒、平均台、ゆか)が設定されており、そのトレーニングは、基本的に全ての器械を用いて行われる。したがって、体操競技のトレーニングにおいては、男女合わせて8種目の器械に加えて着地マットなどの付帯器具が不可欠となる。

日本体操競技・器械運動学会は、「体操競技の発展普及にとって、屋内の専用体育施設及び器械・器具の設置は基本的な条件である」(水島ほか, 2005, p.45)という認識のもとで、2005年に「わが国の体操競技場の設置状況」に関する調査を行っている。この調査結果から、当時のわが国における高等学校、大学、社会人における上位チームは全てピット(注2)を付帯した体操競技専用の体育館を有していることが明らかにされた(水島ら, 2005, pp.45-58)。この調査から15年以上が経過した今日においてはさらに多くの高校・大学・社会人クラブにおいてピットを備えた体操競技専用の体育館が設置されている。このように今日、体操競技におけるトレーニングの効率化を追求した場合、その施設面においては、体育館、器械・器具(公式規格)のみならず、ピット等の施設を始めとした専門的な施設が不可欠であることが分かる。さらに、これらの他に技の習得を促すための補助器具、体力トレーニングやコンディショニングを行うための様々な用具類の設置が求められる。

図1は体操競技のトレーニング環境において、施設に関する事項を体系化したものである。まず、体操競技のトレーニングを実施するにあたり、その基盤をなすものは「体育館」に代表

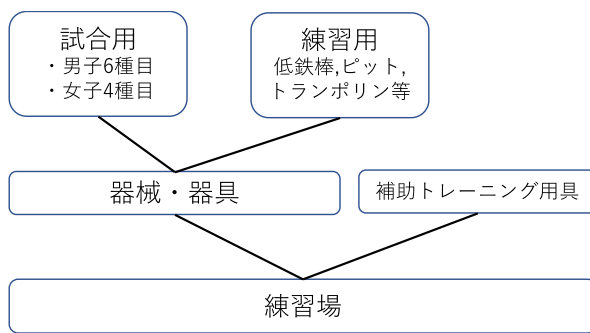


図1: 体操競技におけるトレーニング環境の体系
(施設に限定)

を実施するのに不可欠になる器械・器具類(公式規格)と、専門的運動(村木, 1994, pp.142-144)を実施するのに適した器械・器具に分類される。なお、以上の器械・器具の分類に関しては、技のトレーニングに関連する器械・器具を体系化するために便宜的に行ったものであることを断っておきたい。なぜなら、実際のトレーニングにおいては、公式規格の器械を用いて専門的運動を行うことも頻繁であるため、行われる運動の性質と使用する器械・器具を固定的に捉えることは現実的でないからである。

2.2 本学体操競技部におけるトレーニング環境

本学体操競技部は2022年1月現在において男子選手3名、女子選手2名で活動しており、男女選手共に筆者が指導を担当している。通常は本学岡本キャンパス講堂兼体育館南側フロア(図2)を利用して1週間に4日の頻度でトレーニングを行っている。講堂兼体育館南側フロアは約15m×30mの面積に加え、約12mの天井高を有している。なお、当該フロアには、つり輪設置用の床金具と鉄棒・段違い平行棒を設置可能な床金具が設置されており、跳馬の助走距離(公式25m)を確保できないことを除いては、体操競技のトレーニングを行うことが可能な施設である。これに加えて、規格が古い器具が含まれるものの、体操競技部では、男女10種目のトレーニングが可能な最低限の器械・器具を保有している。器械・器具の設置は、学生の授業等の状況を考慮したトレーニング計画に基づいて行われる。男女合わせて5名(指導者が加わっても6名)という少人数での活動であるため、器械・器具の設置・解体にかかる時間を最小限に止めることを重視せざるを得ない状況である。

このように、本学体操競技部においては、旧規格の器具でのトレーニングや、少人数での活動など、トレーニングを進める上でのいくつかの問題点を抱えてはいたものの、講堂兼体育館において日常的にトレーニングを行なっていた。

3. 不測の事態におけるトレーニング施設の整備事例

3.1 講堂兼体育館使用禁止までの経緯とそれまでのトレーニングの概要

2021年度開始後、本学では新型コロナウイルスに伴う感染症拡大防止の観点から、課外活動実施にあたっては、所定の制限の下での活動が義務付けられていた(甲南大学, 2021)。2021年4月25日に京都府、大阪府ならびに兵庫県に対して緊急事態宣言が発令され、結果として7月11日まで継続された(内閣府, 2021a b)。これに伴い、本学では当該期間の課外活動は原則と

される「場」である。そこでは、もちろんのこと、天井の高さを始めとする空間の広さ、器具を地面に固定するための設備等が問題にされる。

次に、器械・器具類に関しては、技のトレーニングと直接的な関わりを持つことになる器械・器具類と、技のトレーニングに対して間接的に関わることになる補助トレーニング用具類に分類できる。

最後に、器械・器具に関しては、いわゆる試合的運動(村木, 1994, pp.140-142)

して禁止されるに至った。体操競技部においては、当時、体操競技部は関西学生体操選手権大会体操競技の部(4月25日に開催予定であったが、中止)ならびに当該競技会の結果によって出場が決まる西日本学生体操選手権大会体操競技の部(5月22から23日に開催予定であったが中止)、さらに神戸市総合体育大会(5月1日から7月11日に延期されたがその後中止)、兵庫県体操競技選手権(5月31日)を控えていたため、所定の手続きを経て、本学講堂兼体育館においてのみトレーニングを継続できていた。兵庫県選手権終了後は、器械・器具のメンテナンスを経て、試合期(金子, 1974, pp.147-153)のトレーニングを維持しつつも、秋季に開催される関西学生体操新人選手権大会体操競技の部を視野に入れて基本期のトレーニング計画(金子, 1974, pp.145-146)を重視したトレーニングを行っていた。しかしながら、6月28日の練習を終えた翌日以降「講堂兼体育館の天井に不具合が見つかった」ことにより、講堂兼体育館内は全面的に使用禁止となった。

本学体操競技部は、2021年度開始以降、コロナ禍に伴う様々な制限を受けつつも、日常的な活動場所でトレーニングを継続できていた。しかしながら、6月29日を境に、日常的な活動場所でのトレーニングを行えなくなったのである。

3.2 講堂兼体育館使用禁止後の対応-トレーニング環境確保に向けた取り組み

6月29日の夕方に本学管財部、学生部、さらにスポーツ・健康科学教育センターにおける担当者間で「講堂兼体育館の代替え場所」に関する打ち合わせが行われた。講堂兼体育館は、本学体育授業のみならず、学生の課外活動の場(バスケットボール部、女子バスケットボール部、バレーボール部、ハンドボール部、女子ハンドボール部、バドミントン部、フェンシング部、体操競技部)としても利用されていたため、突然の使用禁止措置に伴い、正課授業はもちろん、課外活動における活動場所確保に関する対策が検討された。この結果、講堂兼体育館の使用禁止が解除されるまでの間、課外活動においては、本学白川台キャンパス体育館、甲南高等学校中学校の体育館ならびに小体育館において活動可能となった。

先述したように、体操競技のトレーニングにおいては、器械・器具の存在が不可欠となる。これに関して、今回、活動可能となった施設において体操競技の器械が設置可能であるのは、甲南高等学校中学校の小体育館(以下、小体育館と表記する)のみであった。しかしながら、小体育館には講堂兼体育館と同様の器械が整備されていないため、これまでと同様のトレーニングを保証するためには、器械・器具類を小体育館に運搬する必要性が生じた。これに関して、甲南高等学校中学校の教育活動における使用状況、小体育館の倉庫の広さ、さらに運搬に伴う費用が考慮され、最終的には必要最小限の器械・器具類のみを小体育館に運搬することになった。この検討と並行して、岡本キャンパス内での活動場所が模索された。結果として、指導者の帯同を条件として、ホール(図2)を暫定的な活動場所として使用できることになった。ホールならびに甲南高等学校中学校において設置不可能な器械のトレーニングに関しては、他校ならびに他県の施設を利用することとなった。以上の検討結果により、前期試験が終了した7月30日にホールへの器具設置が行われ、7月31日からホールと小体育館、並びに他校の施設を併用したトレーニングが開始された。以下では、今回の使用禁止措置において活動拠点となった「ホールを利用した仮設体操競技場」(以下、仮設体操競技場と表記する)の概要並びにその機能について論じていく。

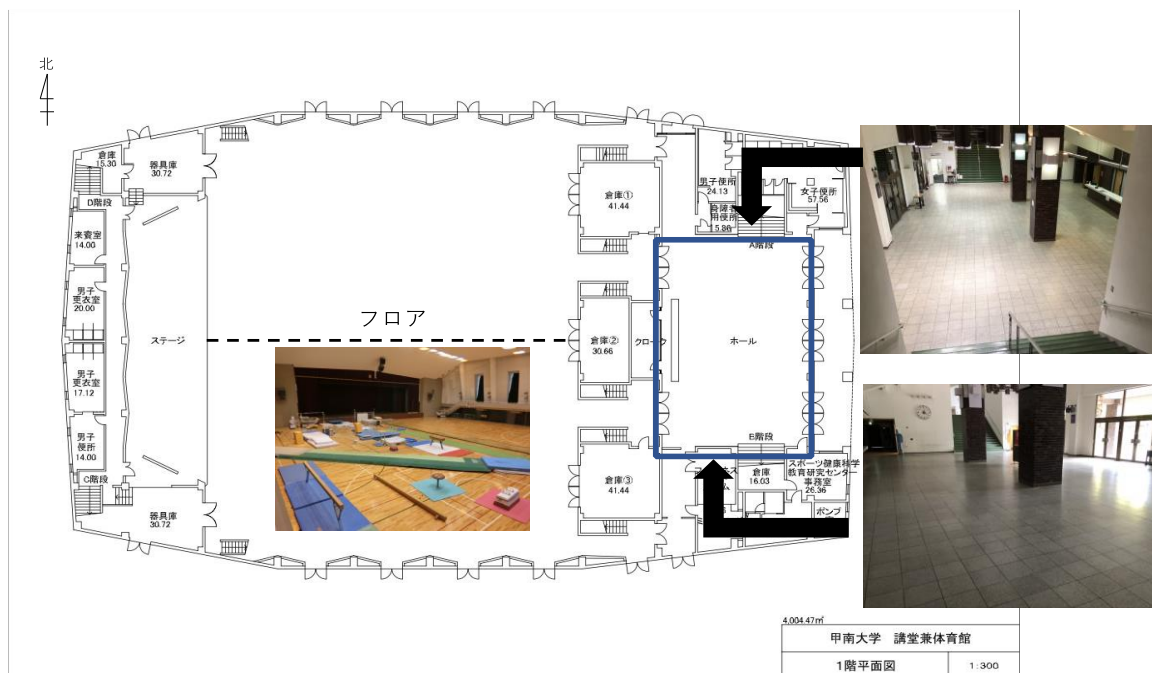


図 2 : 講堂兼体育館フロア並びにホールの配置と全容

3.3 仮設体操競技場における器具の配置

まず、仮設体操競技場における器具の配置を示しておきたい。今回、仮設体操競技場を設置することになったホールは 12.5m×18.6m の面積であり、ここでの器具の配置は、7月30日から8月30日までの第一期と、8月31日から10月13日までの第二期に分けられる。図3は第二期終了時の配置である。当初、第一期では跳馬、つり輪、鉄棒に関しては、他校での練習に頼

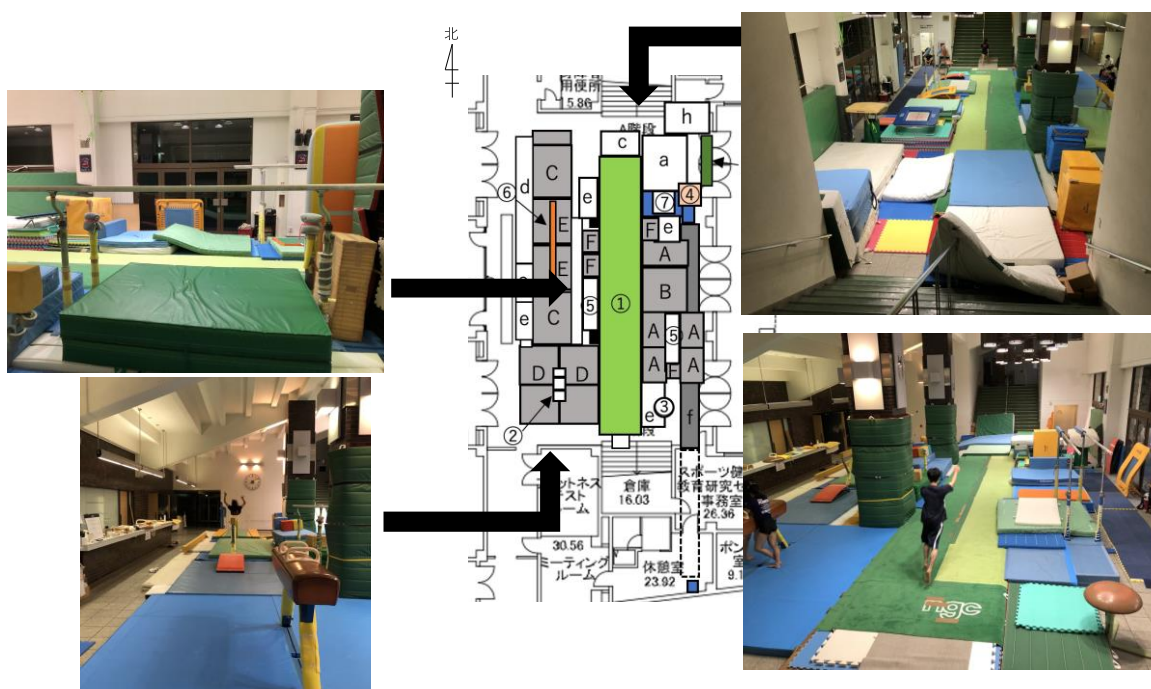


図 3 : 仮設体操競技場第二期終了時における器具の配置

ることが計画されていた。しかしながら、8月20日に兵庫県に緊急事態宣言が発令された(9月30日に解除)(内閣府 cd, 2021)ことに伴い、学外での練習を自粛せざるを得なくなり、本学園内でのトレーニングを余儀なくされた。これに伴い、つり輪、鉄棒、段違い平行棒、そして跳馬のトレーニング計画が再検討されることになった。この結果、鉄棒と段違い平行棒に関しては、小体育館に器具を再搬入することで対応し、跳馬に関しては、仮設体操競技場内での設置が検討されることになった。なお、仮設体操競技場、小体育館のいずれにおいても「つり輪」を設置することができないため、「つり輪」のトレーニングに関しては、簡易つり輪を用いた補強トレーニング(図4)のみで当座を凌がざるを得ない状況であった。

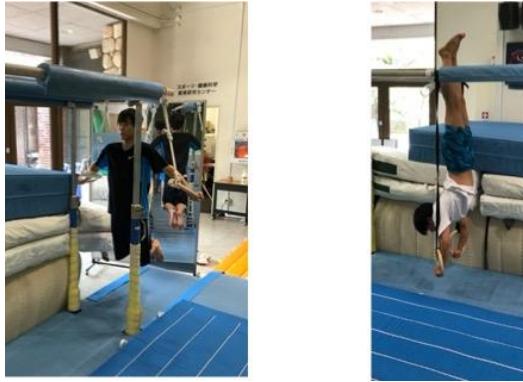


図4：簡易つり輪を用いた補強トレーニングの様子

の観点から中央の支柱、天井の高さ並びに天井照明の配置を考慮して器械の配置が検討され、第一期での配置を基礎として、第二期で新たに「跳馬」が設置された。最終的にここでは、ゆか、あん馬、跳馬、平行棒、平均台が設置され、これに加えて練習用の器具として単棒(段違い平行棒練習用)、低平均台、円馬、ミニランポリンが設置され、当該期間内における本学園内の活動拠点としての機能を果たすことになった。仮設体操競技場の機能に関して、全ての種目に関して述べるには膨大な紙幅を要するため、ここでは、「跳馬」に限定してトレーニング環境整備と選手の達成力向上の関係について述べていきたい。

器具類		ウレタンマット・その他マット	
①	ゆか(1.2m×2.4m)+アンダークッション, ミドルクッション, カーペット	13枚	a ウレタンマット(3m×2m×20cm) ウレタンマット二つ折り式(3m×2m×20cm) 4枚
②	あん馬	1台	b ウレタンマット(3m×2m×30cm) 1枚
③	円馬	1台	c ウレタンマット(1.5m×2m×20cm)
④	跳馬	1台	d マット(6m×1.5m×5cm) 縦に二つ折りにして使用
⑤	平行棒(中央に設置した1台は単棒のみ使用)	2台	e マット(1.2m×2.4m×5cm) 2
⑥	平均台(その他、練習用平均台1台)	1台	f 助走路 (ジョイント式マット1m×1m×1.8cm上に タイルカーペットを貼り付けて作成した)
⑦	ミニランポリン	1台	g ウレタンマット(3m×2m×30cm) 体育館入口ガラス扉への衝突防止
着地マット			h ウレタンマット二つ折り式(3m×2m×40cm) 1枚
A	着地マット(1m×2m×20cm)	5枚	以上他に、安全対策としてロビー中央にある2本の各支柱部分(図の黒塗り部分)にマット(1.2cm×2.4cm×5cm)2枚×2を巻きつけた。
B	着地マット(2m×2m×20cm)	1枚	
C	着地マット(3m×2m×10cm)	2枚	
D	着地マット(4m×2m×10cm)	2枚	
E	着地マット(2.5m×2m×10cm)	2枚	
F	着地マット(1.125m×70m×20cm)	4枚	
G			

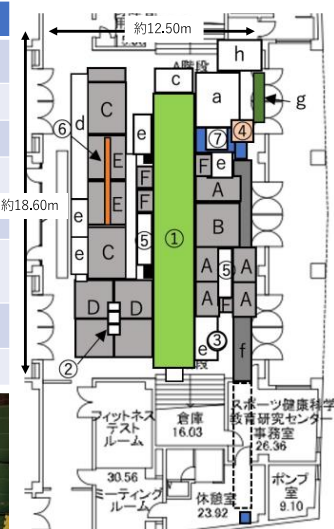
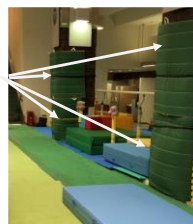


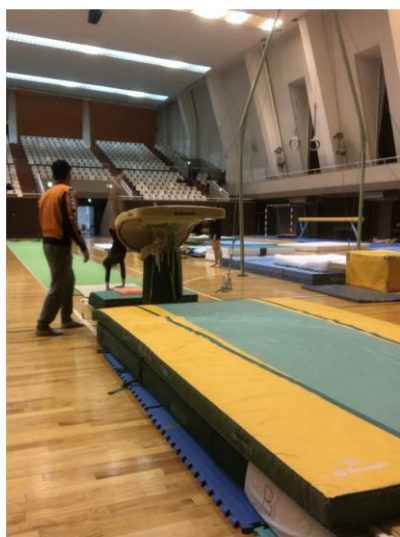
図5：仮設体操競技場に設置した主な器具とその配置

4. 仮設体操競技場の機能-跳馬に注目して

4.1 跳馬の設置場所に関する思考過程並びに設置に関する諸条件

跳馬は、男女共に同じ形状であるため、この器械が設置可能になるということは、男女共にトレーニング可能な器械が増えることを意味する。なお、競技会において跳馬は、男子 135cm、女子 125cm と定められている。この他に、幅 2m 長さ 6m の着地マットに加えて、跳馬の先端から 25m の助走路に関しては、男女共通の規格となっている。このことから、公式規格に適用して跳馬を設置するためには、着地マット(6m)と跳馬(長さ 1.2m)に加えて助走路(25m)を合計した 32.2m が必要になる。これに関しては、日常的に使用していた講堂兼体育館においても、南側フロアの長辺が約 30m であるため、助走路の長さとは着地マットの長さを短く設定せざるを得ず、そこでは着地マットを約 4.5m、助走路を 23m に設定していた(図 6)。

以上のことから、ホールに跳馬を設置するにあたりまず、着地マット(約 4.5m)と跳馬本体



A 着地マット(約 4.5m)



B フロア全体内での配置

図 6：講堂兼体育館フロア使用時における跳馬の設置例

横方向への飛び出しも想定されるため、着地マットを設置する際にはマットの長辺周辺の安全性も考慮しなければならなかった。先述したように、ホールの長辺は約 18.5m であるそこから、着地マットと跳馬本体の長さを減じた場合、助走路の距離は約 12.8m となる。この距離では通常の助走を行った場合、初期加速を行なっている最中に踏み切らざるを得なくなり、満足に跳躍することができない(跳馬を設置するだけであれば可能だが、練習としての機能性を保証できない)。したがって、ここでは、助走における加速を確保するための工夫を施す必要性が生じた。これと同時に、跳馬を設置した際のトレーニングの内容についても検討され、今回の設定では、試合的運動としての跳馬のトレーニングに固執するよりも、跳馬における専門的運動のトレーニング、すなわち動感アナログン(金子, 2005 下, p.128)としての跳馬のトレーニングを重視すべきであると考えられた。このように、跳馬の設置に関しては様々な思考が巡らされたが、この内容をまとめると以下のようなになる。

(1.2m)を加えた合計約 5.7m を確保した後に、助走路の距離を確保することが検討された。なお、跳躍時には、跳馬の表面から上方向に実施者の身長以上の浮きに伴うため、跳馬の設置場所に関しては、吊り下げ式照明の位置も考慮しなければならなかった。これに加えて、跳躍が歪んだ際には

- ・公式規格での設置を断念すること。
- ・着地マットの長辺は約 4.5m を確保すること。
- ・着地マットの長辺周囲の安全性を確保すること。
- ・跳馬本体の上方向に照明が設置されていないこと。
- ・短い助走路において、助走の加速を可能にするための工夫を施すこと。
- ・試合的運動としての跳躍のトレーニングに固執せずに、動感アナログとしての跳躍を重視する

4.2 跳馬の設置

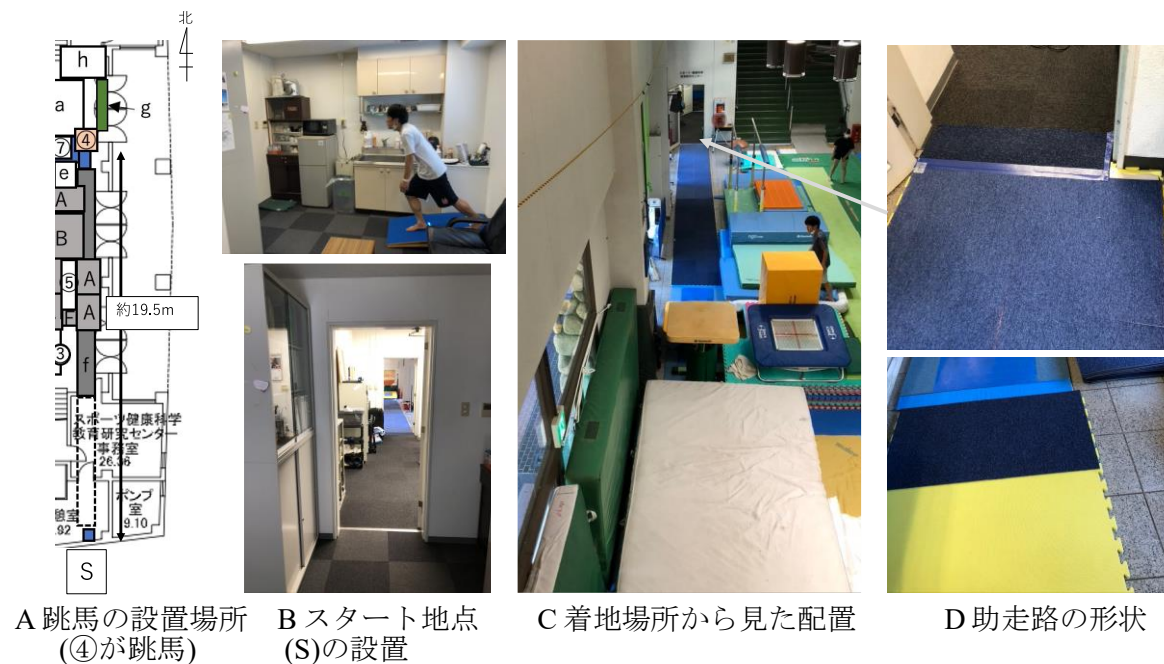


図 7：助走開始地点の設定と助走路の全容

以上で明らかにされた「設置に関する諸条件」を総合的に検討した結果、最終的に図 7 のように跳馬を設置した。

まず、跳馬本体の設置場所については、ホール入口(建物外からの通用口)側とした。この区域は、以下の二つの根拠から選ばれた。第一の根拠は、ホールの天井高と吊り下げ式照明の位置を考慮した結果であり、第二の根拠は、ホール入口側の南側に保健体育授業用の教員控室が設置されていたからである。この教員控室から助走を行えば、ある程度の加速が可能になると考えられたからである(図 7-A)。これにより直線距離で約 19.5m の助走距離の確保が可能になると考えられた。しかし、そこでは、教員控室の扉の構造上「真っ直ぐに助走する」ことが不可能であるため、助走の初期加速では、2つの扉を通り抜けながらの蛇行が余儀なくされた(図 7-B)。この際、助走の開始場所には踏み切り板を設置し、踏み切り板の傾斜・反発による、わずかながらの加速補助を期待した。このようにして設置された跳馬においては、不十分な加速であっても跳躍のトレーニングが可能になるように「跳躍補助器具」(図 8)を用いたトレーニングを重視することにした。この器具はポリンボードという商品名で販売されており、バネの張

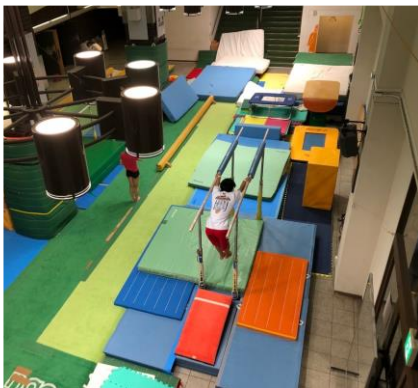


図 8 : ポリンボードの形状

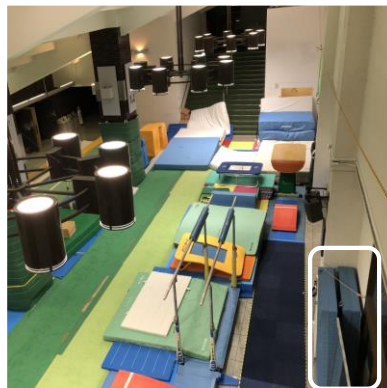
力を利用した踏み切りによって、通常の踏み切り板よりも強い反発を得ることが可能になる。

なお、扉の幅や他の器具の設置場所の関係上、既に所有していた公式規格の助走路を使用することができなかつたため、ホールの構造に適合する助走路を新たに作成せざるを得なくなつた。それは複数枚連結させたジョイントマットの上に、両面粘着テープでタイルカーペットを貼り付けることで作成されたものであり、実際に使用した選手からは、全く違和感のない使用感であると報告されている。

次に、跳馬本体ならびに着地マット周辺の安全性については、跳馬本体の東側にある壁には方が一の接触に備えて厚さ 5 センチのマットを設置し、着地マット周辺に関しては、東側にウレタンマット(3m×2m×30cm)を立て掛けることで、通用口への接触に対する安全性の確保を試みた。なお、今回使用する着地マットは跳馬の西側に設置されていたミニトランポリン用としても使用していた。着地マットを容易に移動させられるように、跳馬の着地ならびにミニトランポリンの着地に用いられる区域に関しては、地面にジョイントマットを敷き詰めた。そのため、跳馬の着地に関しては東側がウレタンマット、西側に関しては、ジョイントマットが常設されており、これによって安全性の確保が試みられた。なお、西側に関しては必要に応じて追加でウレタンマットを設置するなどして十分な安全性の確保が試みられた(図 7-C)。周囲の安全が確保された着地マットにおいては最下部に 3m×2m×20cm のウレタンマットを敷き、その上にクッション性が高いウレタンマット(1.5m×2m×40cm)を 2 枚連結させ、最後に最上段に 3m×2m×20cm のマットが設置された。これにより、仮に助走・踏み切りの勢いが不足して十分な空中局面を確保できなくなつたとしても、マットの緩衝性によって安全な練習が可能になる



A 平行棒使用時の様子



B 跳馬使用時の様子



図 9 : 平行棒と跳馬使用時におけるマットの配置

と考えられた。

最後に、今回、跳馬の助走路として設定した区域は、平行棒の着地マットを設置する区域でもあった(図9-A)。そのため、跳馬を使用する際には平行棒用の着地マットを図9-Bのように壁に立て掛けておくようにした。同様に、平行棒を行う際には助走路を解体することで対応した。

以上のような思考過程を経て、8月31日に跳馬を設置することが可能となった。

4.3 跳馬の練習と競技力の変化

体操競技において跳馬は、各跳躍技に対して価値点が定められている。演技の評価は、価値点に加えて、10点満点の評価で行われる技術・実施に関するできばえの評価、さらには決定点から減じられる「ニュートラルディダクション」の合計で行われる(F.I.G., 2017, pp.98-113)。したがって、跳馬の競技力向上においては、技術・実施の点数を高めることはもちろんのこと、価値点の高い跳躍技を習得することが不可欠になる。ここでは、まず仮設体操競技場を利用した期間における跳馬の価値点の変化を明らかにしておきたい。

表1(技の図解は図10・11を参照)は仮設体操競技場でのトレーニング期間前後における、体操競技部全選手の跳躍価値点の変化を表したものである。表1より、T(男)を除いては、全員が秋季の競技会において跳躍価値点を高めることに成功しているのが分かる。なおTにおいては、仮設体操競技場でのトレーニング期間にツカハラとび(図10-B)に取り組んだものの、最終的には競技会での安定性を考慮して、前転とび(図10-A)を実施することになった。このように、当該

表1：仮設体操競技場でのトレーニング期間中における跳躍技の変化

選手名	7月31日	期間中に取り組んだ技	神戸市総体 10月16日	関西学生新人 10月24日
S(男)	前転とびひねり(1.8)	かかえ込みツカハラとび(2.2)	かかえ込みツカハラとび(2.2)	実習のため出場せず
T(男)	前転とび(1.6)	かかえ込みツカハラとび(2.2)	前転とび(1.6)	前転とび(1.6)
F(男)	ツカハラとび(2.2)	かかえ込みカサマツとび(2.8)	かかえ込みカサマツとび(2.8)	かかえ込みカサマツとび(2.8)
I(女)	前転とび(2.0)	前転とびひねり(2.4)	前転とびひねり(2.4)	前転とびひねり(2.4)
M(女)	ロンダート～後転とび(2.4)	かかえ込みツカハラとび(3.5)	かかえ込みツカハラとび(3.5)	かかえ込みツカハラとび(3.5)8位入賞

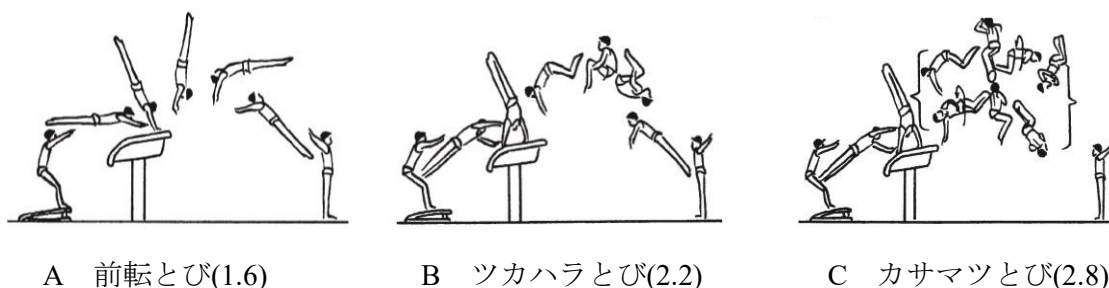


図10：男子選手が取り組んだ跳躍技と跳躍価値点(F.I.G., 2017a から転載)

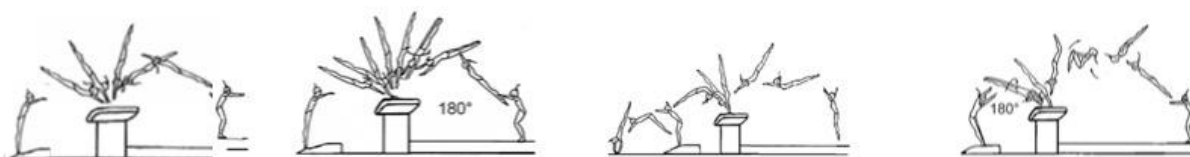


図11：女子選手が取り組んだ跳躍技と跳躍価値点(F.I.G., 2017b から転載)

期間中に、部員全員が跳躍価値点を高めるための取り組みを行っていたことが分かる。この中でも、跳躍価値点を著しく向上させたのはM(女, 1年次生)である。以下では、Mが跳躍価値点を向上させるに至った経緯について、今回の跳馬を設定したことによる機能という観点から考察する。

4.4 Mの価値点向上における跳馬設営の機能

Mは、小学生の時期から体操教室に通っていたが本格的に競技を始めたのは中学生になってからである。跳馬に関しては、高校1年生の時に「ツカハラとび」を習得し、競技会においても成功させている。しかしその後、高校2年から3年生にかけては「ユルチェンコとび系」(図12)の技に取り組み始めた。この時期にMは、ピットを利用して「かかえ込みユルチェンコ跳び」を実施したことがあったが、その後高校3年生の時に怪我をして、満足に練習できない時期へと至ることになったが、大学入学後も体操競技を継続し、現在に至っている。

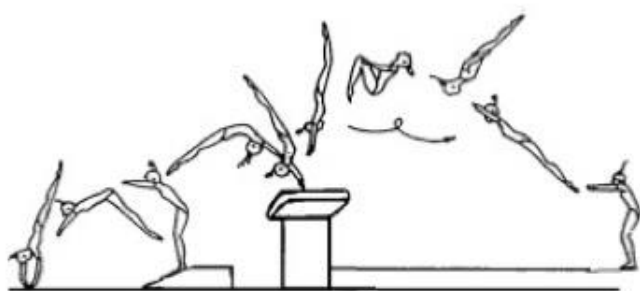


図 12 : 後ろ踏み切り後転とび後方かかえ込み宙返り
(かかえ込みユルチェンコとび)(F.I.G., 2017b から転載)

ることになったが、大学入学後も体操競技を継続し、現在に至っている。

Mは大学入学以降に再び「ユルチェンコとび」の練習に取り組み始めたが、本学にはピットが設置されていないため「後ろ踏み切り後転とび」(図11-C)の実施に止まっていた。このようなことから、入学後に初めて出場した兵庫県選手権(5月30日)にお

いては「後ろ踏み切り後転とび」を実施した。

講堂兼体育館が使用禁止になった後に、他校での練習の際に、ピットを利用して「かかえ込みユルチェンコとび」を実施し、その後もピットを利用できる際は、この技の練習を継続していた。このような取り組みの甲斐があり、8月16日には「屈身ユルチェンコとび」を実施することができた(図13)。本来であれば、このまま練習を継続し、「屈身ユルチェンコとび」の習得を目指すべきであったが、緊急事態宣言に伴う学外練習自粛、仮設体操競技場の跳馬の設定を考慮に入れて、「ユルチェンコとび」のトレーニングの継続を断念せざるを得なくなった。「ユ

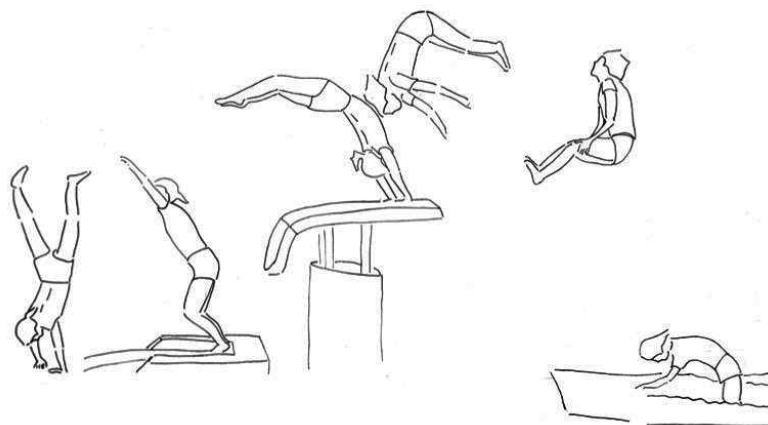


図 13 : 学外練習時にピットで実施した「屈身ユルチェンコとび」(8月16日)

ルチェンコ跳び」は踏み切りを行う前に、「側方倒立回転とび1/4ひねり」(以下、ロンダートと表記する)を実施しなければならない技である。跳馬の練習中には、助走の途中で「このままでは上手く踏み切ることができない」という判断の下で助走を中断することがある。しかしながら、「ユルチェンコとび」の場合、助走の中断は「ロンダート」の中断を意味する。したがって、通常の跳躍よりも、中断時の危険性が高いため、「ユルチェンコとび系」の技を実施するには、助走から踏み切り局面における安全性の確保が不可欠であった。

上述したように、仮設体操競技場の跳馬は壁の真横に設置されており、助走を中断した際に横を走り抜けることは不可能である。このようなことから、Mはコツを掴みかけていた「屈身ユルチェンコとび」のトレーニングを断念せざるを得なくなったのである。このような経緯でMは、「ユルチェンコとび」とは異なる技に取り組むことになった。そこで代わりに練習対象

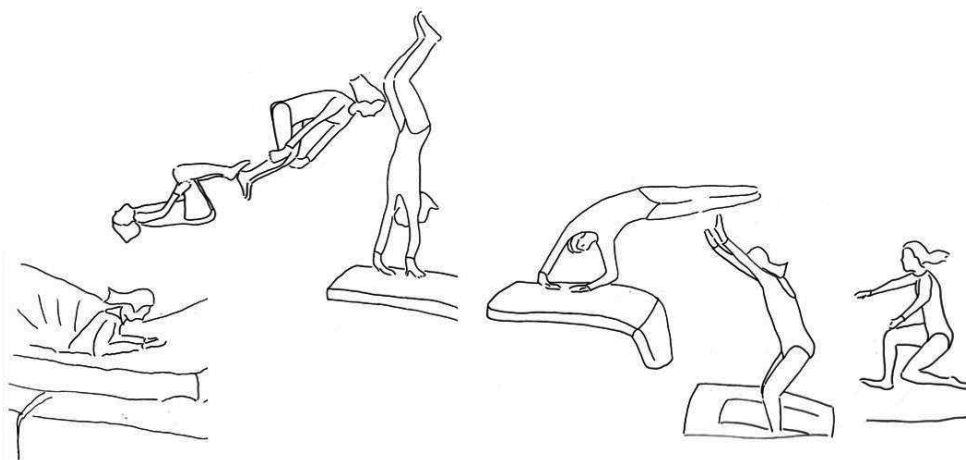


図 14 : ポリンボードとウレタンマットを使用した条件での「ツカハラとび」(9月6日)

となったのが、ツカハラとび(図11-D)であった。

仮設体操競技場においてMが初めて「ツカハラとび」を実施したのは、9月6日であった(図14)。Mは、当時、仮設体操競技場において初めて「ツカハラとび」を実施した際の動機を次のように報告している。

「側転とび1/4ひねり」だけを何度も跳んでいるうちに、ポリンボードと柔らかいマットがあれば何とかかなりそうな気がして「エイッ」と跳んだ。これに加えて、当時の実施についてMは、「回転していなくて、高校時代よりも浮きがなく、ギリギリで回っている感じがした」と報告している。Mはその後も、同日中に「ツカハラとび」を複数回、実施していたことから、このような試みにおいて「できるようになる見通し」を持つことができたのではないかと考えられる。その後Mは仮設体操競技場で同様の取り組みを継続し、10月7日には小体育館において踏み切り板を用いた設定において、指導者による直接的幫助を伴って「ツカハラとび」を実施した。

踏み切り板を用いた設定で「ツカハラとび」を試みるにあたり、Mは、ポリンボードでの練習で「跳馬を上手く押せるようになってきたから、踏み切り板でもできるような気がしてきた」と報告している。なお、当時は10月16日に神戸市総合スポーツ大会を控えていた。試合までの期限が迫っていたことも、このような実施を後押しした要因と考えられるが、生身の人間である以上、実施に対して「できそうな気がする」という体感能力(金子, 2005上, p.66)の裏付けなしに無謀な挑戦を行うことはしないであろう。

以上のことから、仮設体操競技場に設定された跳馬は、当時のMにおける動感意識において、「ツカハラとび」の「動感アナログン」として、コツ統覚化作用(金子, 2005下, p.32)を促す役割を果たしたものと考えられる。なお、Mは神戸市総合スポーツ大会1週間後に開催された第53回関西学生新人選手権においても「ツカハラとび」を難なく成功させ、種目別8位に入賞した。本学体操競技部において女子選手が学生体操連盟主催の公式戦で入賞するのは創部以来初であった。

今回、仮設体操競技場におけるMによる「ツカハラとび」の取り組みに対する質問の際には、「高校時代と比べて」という表現が頻繁に用いられていた。このことだけに注目すると今回の成功は、「かつてできていた技が再びできるようになっただけ」と捉えられるかもしれない。しかしながら、人間が行う運動は「そのつどの一回性から構成」(金子, 2005上, p.345)されるため、例え、以前できたことがある運動課題であっても、周界の状況は常に変化するため、常に練習することが不可欠となる。人間の運動は「前もって入力された情報量しか作動しないロボットの機械的な運動とは本質的に区別される」(金子, 2005上, p.345)のであり、例え一度成功した運動課題であっても、「コツやカンの狂い<危機>」(金子, 2005上, p.67)に直面することや、全くできなくなることもさえる。今回、Mによる「ツカハラとび」の再習得に関しては、取り組んでいる運動課題こそ高校時代と同じであっても、できるまでの道筋や努力の仕方は過去のそれとは異なった「新たな取り組み」として評価すべきであろう。このようなことから、仮設体操競技場において設置された跳馬は、「ツカハラとび」に関するMの新たな取り組みを後押しする機能を果たしたものと考えられる。

5. おわりに

甲南学園を創設した平生鈞三郎は、「人格の修養と健康の増進を第一義」とすることこそ「真の教育」と述べたという(甲南学園, 1987, p. 39)。ここで述べられている「人格の修養」は人物形成と同義に捉えられ、今日では「大局ノ打算ヲ誤ラザル志厚キ人物」を育成し、「正志く・強く・朗らかに」人類社会に貢献する(甲南学園, 2021, p. 1)ことであると定義されている。「正志く・強く・朗らかに」は平生が人生のモットーとしていた言葉である(甲南学園, 2005, p. 39)といい、平生によれば、このモットーの本質を身につけるのに最も適しているのはスポーツ(注4)であるという(平生, 2016, pp. 432-433)。このようなことから、本学での課外活動におけるスポーツコーチング活動は、平生が意図した「真の教育」を実現する上で大きな役割を担っているものと考えられる。また、学校教育法第五十二条によれば大学は「学術の中心として、広く知識を授けるとともに、深く専門の学芸を教授研究し、知的、道徳的及び応用的能力を展開させることを目的とする」(文科省, 2021)とされている。

平生の教育理念実現手段としてのスポーツの役割と、学校教育法において期待されている大学の役割を総合的に捉えると、「課外活動としてのスポーツ活動」を推進し、そこでの様々な取り組みに対して学術的な立場からその意味・価値について検討することは、本学の教育推進において不可欠といえる。

本論では体操競技の指導者である筆者が施した「不測の事態におけるトレーニングの施設整備」に関する事例をコーチング学の立場から検討した。その結果、単に「使用可能な空間を有効活用したという工夫事例の報告」に止まらず、「工夫を施した者の思考内容」や「その工夫が競技力向上に果たした機能」を明らかにすることができた。本論の成果は、ノウハウの提供に

止まらず今後、不測の事態によって通常のトレーニング施設の利用が困難になった際の対応により実践的な示唆を与えるものになるだろう。なお、コーチング学における研究を行うにあたっては運動を行う主体の動感意識に注目した発生運動学的研究(金子, 2005 上まえがき)が不可欠になる。本研究で呈示した事例に関する発生運動学的根拠に関しては今後の研究課題とする。本論を契機として、今後本学における「課外活動としてのスポーツ活動」の推進に向けた学術的な議論が盛んになることを期待したい。

最後に、本論で扱われた期間のトレーニングにおいては、他校並びに学内関連部局の方々から、多大な支援を賜った。本論において呈示したトレーニング施設の整備に関しては、体操競技部の努力のみでは達成し得なかったことである。ここに支援に対する感謝の意を表し、本論を閉じることにする。

注

- [1] スポーツ科学の領域において、トレーニングとは、スポーツ達成力を具体的な目標に向かって計画的に発展させることを目指した、複合的な行為の過程(バイヤー, 1993, pp.414-415)を意味する。金子(金子, 1974, p.118)によれば、トレーニングとは本来、「他への働きかけの活動」と「自分自身のそのような活動」との二面性をもつようになってきているという。したがって、「トレーニング」は、他への働きかけとしてのトレーニングの意味しか持たないコーチングより広い意味内容をもつと考えられている(金子, 1974, p.118)。
- [2] わが国におけるコーチング学は、「スポーツの練習と指導に関する一般理論」として捉えられ、それは「マネジメント方法論」、「トレーニング方法論」さらに「動きづくり方法論」という3つの中核的な研究分野から構成されている(朝岡, 2017, p.61)。
- [3] ピットとは、いわゆるスポンジのチップが敷き詰められたプールのような施設であり、急速な技術開発の中で安全対策を第一として作られた施設である。ピットは東欧共産圏やヨーロッパで広まり出し、その後、1970年後半頃から日本でも大学や高校に徐々に設置されるようになった。今日的な体操競技のトレーニングにおいてピットが果たす役割は大きく、それは安全性という観点のみならず、高難度の技に取り組む際の段階練習の組み方や練習回数を飛躍的に増加させることが可能になるとされている。(佐野, 2015, p.884)
- [4] 「スポーツ」の概念は極めて広範囲にわたる。平生が推奨している「スポーツ」はいわゆる「近代スポーツ」と捉えるのが妥当である。広義のスポーツの発生は古代まで遡るといわれるが、「近代スポーツ」は19世紀中頃に誕生したとされている(朝岡, 2016, p.7)。朝岡によれば、近代スポーツの特徴は、青少年の教育を目的として行われたものであり、「ルールに則ってフェアにプレイする」ということが強調されたという(朝岡, 2016, p.7)。

参考文献

- [1] 朝岡正雄, コーチング学の今日的課題(日本コーチング学会編, コーチング学への招待, 大修館書店), pp.55-64, 2017.
- [2] Jahn, F.L.L., Eiselen, E., Die Deutsche Turnkunst, Sportverlag Berlin, 1960.
- [3] 金子明友, 身体知の形成, 上巻, 明和出版, 2005.
- [4] 金子明友, 体操競技のコーチング, 大修館書店, 1974.
- [5] 水島宏一, 土屋純, 松田一如, 堀江健二, “わが国の体操競技場の設置状況,” 体操競技・

- 器械運動研究,13, pp.157-160, 2005.
- [6] 村木征人, スポーツトレーニング理論, ブックハウスエイチディ, 1994.
- [7] 甲南大学, クラブ・サークル活動制限における制限の強化について令和3年4月16日 (<https://www.konan-u.ac.jp/sas/archives/5823>, 参照日2021年12月15日), 2021.
- [8] 内閣府a, 新型コロナウイルス緊急事態宣言, (https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitaisengen_20210423.pdf, 参照日2021年12月15日), 2021.
- [9] 内閣府b, 新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の期間延長及び区域変更(https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitaisengen_houkoku_20210617.pdf, 参照日2021年12月15日), 2021.
- [10] 内閣府c, 新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の期間延長及び区域変更
- [11] (https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitaisengen_houkoku_20210817.pdf, 参照日2021年12月23日), 2021.
- [12] 内閣府d, 新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の終了(https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitaisengen_houkoku_20210928.pdf, 参照日2021年12月23日), 2021.
- [13] 金子明友, 身体知の形成, 下巻, 明和出版, 2005.
- [14] International Gymnastics Federation(F.I.G.a), 2017 Code of Points Men's Artistic Gymnastics(https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_MAG%20CoP%202017%20-%202020.pdf, 参照日2021年12月30日), 2017.
- [15] International Gymnastics Federation(F.I.G.b)2017-2020 Code of Points Women's Artistic Gymnastics(https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_WAG%20CoP%202017-2020.pdf, 参照日2021年12月30日)
- [16] 甲南学園編, 平生鈞三郎講演集, 1987.
- [17] 甲南学園, 甲南学園中期計画(2020~2024)Version 2.0 リーフレット(<https://www.konan-u.ac.jp/gakuen/basedata/img/op.pdf>, 参照日, 2021年11月18日), 2021.
- [18] 甲南学園編, 新平生鈞三郎の言葉, pp.39-40, 2005.
- [19] 平生鈞三郎著, 甲南学園編, 平生鈞三郎日記, 14巻, 2016.
- [20] 文科省, 基準1大学の目的, (https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo4/003/gijiroku/attach/1414357.htm, 参照日2021年12月30日), 2021.
- [21] バイヤー,E.編/朝岡正雄監訳,スポーツ科学辞典,大修館書店,1993.
- [22] 佐野淳, 支援装置の開発とスポーツ(中村敏雄ほか編, 21世紀スポーツ大事典, 大修館書店), pp.884-886, 2015.
- [23] 朝岡正雄, “体育学におけるコーチング学の役割,”コーチング学研究, 29巻増刊号, pp.5-11, 2016.