

# 第26回JAAFコーチングクリニック報告

指導者養成委員会 副委員長 沼澤秀雄

味の素ナショナルトレーニングセンターを会場にして第26回JAAFコーチングクリニックを2019年12月28日(土)に開催した。今年度は申込数80名、参加者は77名(男性53名、女性24名)であり、そのうちJAAF公認コーチ・ジュニアコーチ有資格者が64名(83%)であった。例年は優秀な選手を育てた指導者による実技講習と話題になっている内容での講義を実施していたが、今回は指導者にとって重要な情報の提供と指導者の資質に関わる内容の講義とした。講師は国立病院機構西別府病院スポーツ医学センター長でスポーツドクターの松田貴雄(まつだ たかお)医師、今年度から指導者養成委員会に加わった、日本スポーツマンシップ協会代表理事で千葉商科大学の中村聡宏(なかむら あきひろ)氏とコーディネーショントレーナーであり、日本サッカー協会フィジカルプロジェクト委員の泉原嘉郎(いずはら よしお)氏に担当していただいた。

午前のプログラムは、元サッカー日本代表、元サッカーU17女子日本代表のチームドクターを務め、Jリーグドーピングドクターでもある松田先生に「女性アスリートの三主徴を理解してパフォーマンス向上につなげる」というタイトルで講義をしていただいた。豊富なデータの裏づけによる事実は現場の常識とまったく一致しているわけではなく、現在行われている女性アスリートの生理や貧血に対する対応を、今一度考え直したほうが良いのではないかと、という指摘に受講

者も驚きを隠せない様子であった。

次のプログラムは日本のスポーツ指導者に対してスポーツマンシップの啓蒙活動を精力的に行っている中村先生による「真のスポーツマンシップをめざしてースポーツマンシップを理解し実践する意義を考えるー」というタイトルでの講義であった。知っているようで、はっきりと理解して指導することが難しいスポーツマンシップについて、わかりやすく解説していただいた。また指導者の使命は選手の記録の向上だけではなく、選手の人間形成であることなど示唆に富んだ内容であった。

午後のプログラムは、ドイツで長年にわたってコーディネーショントレーニングを研究し、日本のトップ選手に指導しておられる泉原先生による、「潜在力を高めるアスリートのためのコーディネーショントレーニング」のタイトルでの講義と実技であった。陸上競技選手にも応用できる様々なトレーニング方法を実際に体験して、受講者はコーディネーショントレーニングの楽しさと神経系に及ぼす効果を実感したようであった。

今回の講師の方々は、直接陸上競技の指導者ではないものの、講義と実技の内容が陸上競技指導にすぐにでも役に立つものであったため、受講者のアンケート評価の反応は大変良好であった。来年度以降も、同じような内容でのクリニックを関東以外でも実施できればと検討している。

