
トレーニング指導者研修会

1 目的

県民の体力の維持向上を図るため、科学的なトレーニング法を習得した指導者の養成を図る。
また、学校における運動部活動指導者の指導力向上を図る。

2 主催

福岡県教育委員会 (公財) 福岡県スポーツ振興センター 福岡県体育研究所

3 共催

(公財) 福岡県スポーツ協会

4 期日

令和6年11月29日(金)

5 会場

福岡県立スポーツ科学情報センター(アクション福岡)

6 対象

- (1) トレーニング指導者をを目指す者
- (2) 生涯スポーツに関わる指導者
- (3) 教職員
- (4) 各種スポーツ競技団体関係者
- (5) アクシオンスクール講師
- (6) リーダーバンク登録指導者

7 参加人数

43名

8 内容

テーマ

「スポーツの本質的価値とは ～指導に求められるスポーツマンシップの理解と実践～」

講師 一般社団法人日本スポーツマンシップ協会 会長

中村 聡宏 氏



《講義》

(1) はじめに

①スポーツは老若男女が愉しみ世界中を感動させる力がある一方で…

諸問題も多く存在している(体罰・ドーピング・勝利至上主義・差別など)

→本当にスポーツは素晴らしい? スポーツも含め、私たちの社会は問題山積み…

②スポーツ界の問題・社会における課題の共通点=「人災」(すべては人にかかわる問題)

→解決する唯一の手段は「教育」

③スポーツ界における諸問題を解決するための(スポーツを通じて社会貢献を実現するための)最重要キーワードが「スポーツマンシップ」である

中村 聡宏 氏

(2) スポーツマンシップ問題の出発点

①「スポーツマンシップ」という言葉をどこで聞きますか？

→「選手宣誓」：選手宣誓には“スポーツマンシップに則って” という文言がよく散見されるが、“スポーツマンシップが何か説明できますか？”

→説明できないものには則れないという不健全さが選手宣誓にはある

※オリンピックの宣誓は定型文、高校野球の宣誓は抽選で宣誓するチームが決まり、そのチームが宣誓文を作成

②「スポーツマン」とはどのような人ですか？

→広辞苑では…運動競技の選手、またスポーツの得意な人

③スポーツ＝運動＋ゲーム

④ゲーム＝ルール・競争・遊び（ルールに則り競争する遊び）

※スポーツの語源は「deportare」＝「遊び」や「気晴らし」の意のラテン語

→スポーツは「自ら Play する真剣な遊び」であると理解することが大切

⑤スポーツにおける最高の喜び→勝利（勝利を目指して全力を尽くすことが大前提）

→「相手への勝利」と「自分への勝利（正直さ・誠実さなど）」がある

⑥スポーツを楽しむために必要なもの＝「相手（仲間・プレーヤー）」「ルール」「審判」

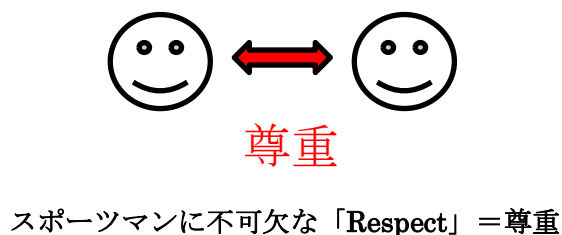
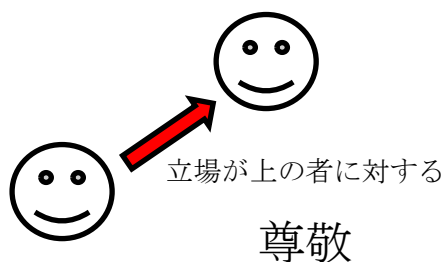
→敵（enemy）ではなく、あくまで「相手（opponent）」。スポーツを楽しむための大切な仲間

※ボルダリングやリードには「オブザベーション（どのようにウォールを登るか観察し相手も交えて作戦を練る時間）」がある

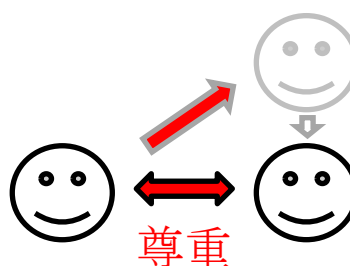
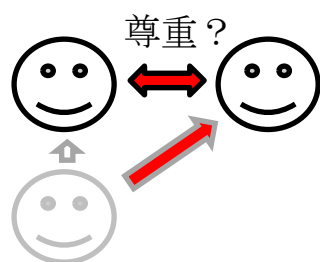
(3) スポーツマンに必要な中核の心構え

①尊重（Respect）：大切に想う・許容する・感謝する→自らコントロールできないものこそが重要！

②2つの「Respect」



③尊敬から尊重へ



立場が上の者が視線を下げられるかがカギ！

(4) スポーツマンを考える

①スポーツマンに求められる3つのキモチ

- ・尊重：プレーヤー・ルール・審判等を大切に想うキモチ（対自分以外）
- ・勇気：失敗を恐れず責任を持って決断し挑戦するキモチ（対自分自身）
- ・覚悟：困難を受け入れ最後まで全力で愉しみ抜くキモチ（対自分以外&対自分自身）

→3つのキモチが整っている人をスポーツマンと呼ぶ

※ピエール・ド・クーベルタンが示した「オリンピック・バリュー」



②sportsman とは

sportsman (オックスフォード英語辞典) = good fellow (よき仲間)

→スポーツマンは「他者から信頼される人」に対する称号

※スポーツ限定の話ではなく、広く汎用的な概念

→man を多様な表現として person に置き換える風潮があるが、スポーツマン (sportsman) をスポーツパーソン (sportsperson) と置き換えたりはしない

③スポーツマンかどうか分かる瞬間は「敗北」した時である

→究極のスポーツマンとは「よき敗者 (good loser)」のことである

④「よき敗者 (good loser)」は…

- ・他人のせいにしたり、言い訳をしたりしない
- ・負けを認め、勝者をたたえることができる
- ・敗因を考えて、反省して、再び努力できる

※ベンジー・ギル(WBCメキシコ代表監督)

「日本が(決勝に)進出したが、今夜は野球界が勝利した」

※須江 航(仙台育英学園高等学校監督)

「負けたときに人間の価値が出るからグッドルーザーであれと言い続けてきた。お互いリスペクトし合えるような取り組みができているチームが安定して成績を残しているような印象である」

※中村氏はリオデジャネイロオリンピックの陸上競技男子400mリレーを現地で観戦。優勝したジャマイカチームのウサイン・ボルトが、自チームのウイニングランと重なった他種目の表彰式の様子を見かけ、自チームのチームメイトや周囲の他国チームに対し、表彰式への配慮を呼びかけた。中村氏は「よき勝者 (good winner)」を目の当たりにしたと語った。

⑤スポーツの構造

- ・勝利をめざして全力を尽くすことの価値
- ・戦う相手がいるからスポーツを愉しめる

- ・自分と異なるさまざまな他者を理解する
 - ・「スポーツをする」＝「敗北を覚悟する」
 - ・スポーツならではの複雑な構造を愉しむ
- スポーツの構造を把握して愉しみながら成長する。「勝って驕らず。負けて腐らず。」

(5) スポーツマンシップとはなにか

①スポーツマンシップ (sportsmanship) →GoodGame を実現しようとする心構え

→3つの気持ち(尊重・勇気・覚悟)を発揮して GoodGame を実現しよう

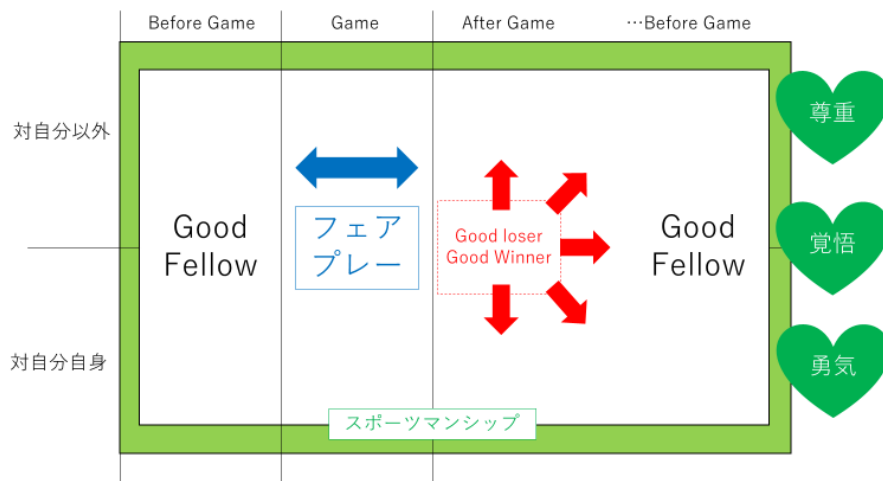
※中村氏はスポーツの“たのしさ”を「楽」ではなく「愉」で表している

→楽(らく)ではなく、苦しみや、困難の先に、真の「愉しさ」がある

※小平奈緒(平昌オリンピックスピードスケート女子 500m 金メダリスト)

「スケートに関わる全ての仲間とたたえ合いたい気持ちを常に持っています。子どもたちから『こういう選手になりたい』と思ってもらえるように、言葉だけでなく、私自身の姿勢で示していきたいです」※小平氏もスポーツを“愉しむ”と SNS で表現している

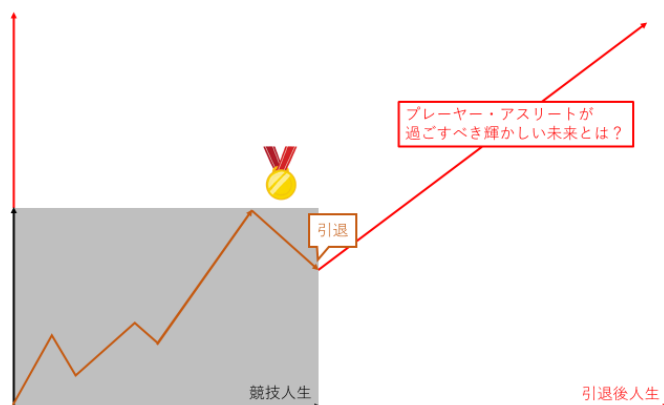
②スポーツマンシップを学ぶ意義



スポーツマンシップはあらゆる場面で重要

(6) スポーツマンシップを学ぶ意義

①プレーヤーたちの現在地と未来への歩み



プレーヤーにとってスポーツとは? → 長く幸せな人生の重要な一部

勝利・上達だけでなく、人間力を育む場に

②本来めざすべき私たちの未来像

自律心・克己心 周囲への寛容性 経験の普遍化

→知見・経験を生かし社会で活躍できる一流の人材

③スポーツの有用性

スポーツは… 思考を行動に変換する 明確な勝敗が発生する

難しい複雑さを受容し続ける

→難しいから楽しい。スポーツは人生の縮図。

※私たちはスポーツの複雑さの中で両立を目指している

自信をもって己を信じるから
行動、挑戦できる。



完璧ではないと知っているから
学び、成長できる。

④勝ちをめざすことは大前提であるものの、「勝利至上主義」がより大切な価値、成長意識を忘れさせる。

→勝ちたいコーチのエゴ？大人の価値観の押しつけ？

「勝ち」にしか「価値」がない…という勘違い？

(7) スポーツマンシップで強くなるか

①スポーツマンシップは強さに関係する？

「スポーツマンシップは（チームの）強さに関係ない（変わらない）・弱くなる」と考える人もいるが、「チームを強くするために必要なことは？」と問うと「主体性・コミュニケーション・目標設定」など、スポーツマンシップが組織力向上のポイントであると挙げる。

②勝利至上主義との葛藤

- ・勝利の数だけ敗北がある：勝利を目指す先に必ず敗北のリスクが生じるスポーツの構造理解
- ・常識化した勝利至上主義における成功体験：実体験に基づき「自分が勝ちたい」が「子どもを勝たせたい」に
- ・よき指導者の評価基準が「勝利」でよいか：成果の見えにくい教育効果と把握しやすい結果評価へのすり替え

→「勝ち」以上の「価値」をコーチは提示できるか？

※ロジェ・ルメール氏（サッカー元フランス代表監督）

「学ぶことをやめたら、教えることをやめなければならない」

③私たちがもつべき心構え

『唯一無二の正解などない。自分の価値観が「絶対」ではない。自分と同じ人は一人としていない』→自らを疑い続けて、学び続けよう。ともに考えて、ともに成長しよう。

※私たち自身が謙虚に学び続けられるか、がカギ。

④「共育・共創（ともに育む・ともに創り出す）」

→「共育・共創」に向けて「子ども」「指導者」「保護者・家庭」「教員・学校」などすべての立場におけるスポーツマンシップの実践

(8) カギはコミュニケーション

①スポーツマンシップがもたらす力

真の「コミュニケーション」力とは…

- ・他者の意見や思考に対する傾聴・許容・理解（尊重）

- ・自らが持つ情報や、自身の思考・意見の発信（勇気）
 - ・理解し合えないことを前提に理解し合う努力（覚悟）
- 理解し合えない他者との納得解＝共通理解（empathy）

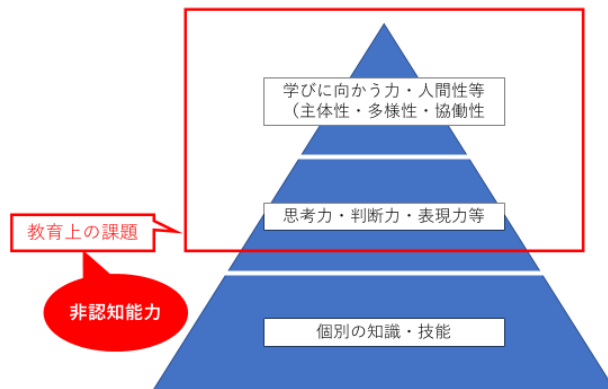
※言いづらいことでも、相手に伝達し、受容する能力

②コミュニケーション力が人間力の「キモ」になる→人間力（人(個)の力+間の力）

（９）現代社会に必要な人づくり

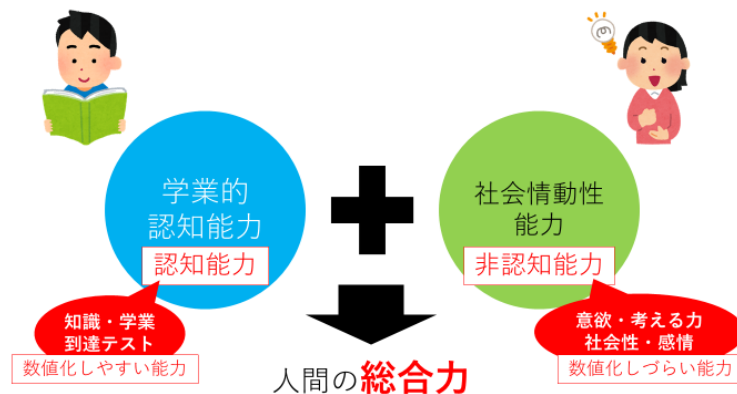
①未来の人づくりに求められる教育

資質・能力の要素（学力の３要素）



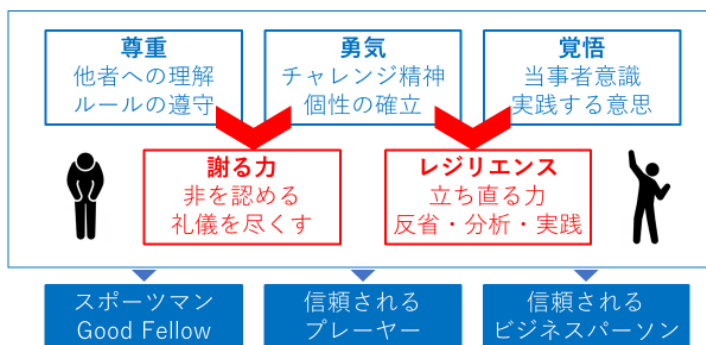
スポーツの「自ら愉しむ」特性を活用すべき！

②これからの時代に求められる人間の総合力



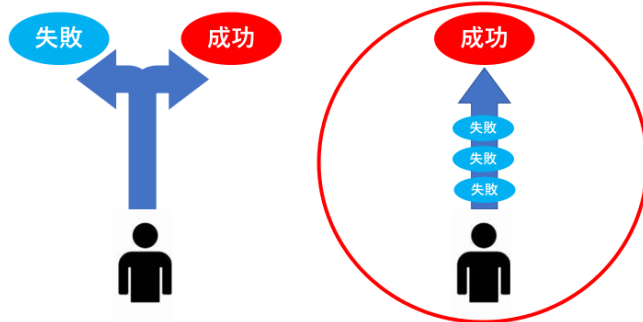
非認知能力を育む遊び→スポーツの出番！

③失敗から学ぶための環境を整える



失敗を恐れず挑戦できる環境こそが重要！

④プラス（成功）とマイナス（失敗）に対する考え方



失敗は成功の母。数々の失敗が成功へと導く！

※「ただ、上達・成功のみを考える」「ただ、勝敗・結果のみを考える」のではなく
人間力向上を愉しみながら、ベストを尽くす

⑤スポーツマン・大谷翔平の人間力

- ・謙虚な姿勢で、笑顔を絶やさない：周囲・環境・歴史に対する尊重の念を大切に
- ・前人未踏・二刀流への挑戦：前例主義や常識を打ち破り、自分を貫く
- ・野球と向き合い、全力で人生を愉しむ：夢を言葉にして、仲間を増やして、有言実行する

→スポーツマンに求められる3つのキモチを備えてファンを惹きつける大谷翔平のスポーツマンシップ

(10) さいごに

①森林貴彦氏（慶應義塾高校野球部監督）

- ・自分がいる世界の常識にとらわれてはいけない。
- ・伝統を守るのではなく、伝統を創る意識を持つ。
- ・ミスをして勝つことは目標にしていた。
- ・甲子園優勝は素晴らしいことだが、未来にもっと愉しくて明るいことが待っている。そういうものをめざしてほしい。

②川淵三郎氏（Jリーグ初代理事長）

「スポーツマンシップは生き方のバイブルである」

③現代社会におけるすべての人に必要なもの

「信頼貯蓄」→自分自身のためだけでなく、いかに他者のために心を砕けるか

④これからのコーチ（＝大人）に求められるスキル

- ・観察力：プレーヤー一人ひとりの個性、才能、スキル、コンディションなどを見極める力（＝尊重）
- ・研究心、学習力：謙虚な心で自らを疑い、最新の技術論・指導法・コーチング論など学び続ける力（＝勇気）
- ・コミュニケーション力：自ら考え、成長する力を育むためのコーチングを核としたコミュニケーション力（＝覚悟）

→経験論だけでは通用しない時代の挑戦を愉しむ

⑤スポーツマンシップのリスク

他者へのスポーツマンシップの強要はハラスメント的危険性も…

→スポーツマンシップは他人の非難ではなく、自分を戒めるためのツールに

(=スポーツマンシップは自己研鑽に使うべき概念)

9 成果

「スポーツシーンのみならず、人材育成という観点からもスポーツマンシップについて深く学ぶことができた」というアンケートの感想が多く見受けられた。また、「異業種の方々と意見を交わすことができ、指導の在り方を再認識できた」という感想もあり、学校現場で運動部活動の指導をされている先生と、地域やクラブ等のスポーツ指導者とが意見交換をする場となったことも有意義であったと考える。本研修会で得られた内容を、各所属でのスポーツ指導で還元していくことに大いに期待できる。