

クロール泳の指導に用いられる感覚的言語 —選手と指導者の捉え方の違いについて—

馬場雄也 (競技スポーツ学科 コーチングコース)
指導教員 白木孝尚

キーワード : 競泳, クロール, 感覚的言語

1. 背景

スポーツ指導の現場において, 指導者は言語による指導を多く用いている. 水泳競技の指導においても言語による指導がほとんどである. 水泳競技は, 「水」という特殊な環境を媒体としているため, 指導に用いる言語には感覚的言語が多く存在し, 指導者は選手が具体的にイメージできる言語で指導することが重要であると考えられている. 本研究は, 「速いクロール」の指導を行う際に選手と指導者それぞれの感覚的言語の捉え方に違いがあるのかを比較・検討することを目的とした.

2. 方法

アンケート調査

スイミングクラブ	中学生・高校生選手	指導者
21クラブ	男性83名	男性75名
	女性87名	女性23名
	合計170名	合計98名

3. 結果と考察

3-1 選手と指導者についての比較

下門¹⁾によると, 選手は泳技能改善時に身体の動きを重視していることが報告されている. 本研究においても, 選手は「大きい泳ぎ」, 「身体がぶれない泳ぎ」などの身体の動きを表す感覚的言語による指導がわかりやすいと感じていることが考えられた. また, 「小さい泳ぎ」, 「呼吸が長い泳ぎ」のような悪い技術を表す感覚的言語を用いた指摘もわかりやすいと感じていることが示唆された. 一方で, 指導者は「水に乗った泳ぎ」, 「水をつかむ」などの水に対する技術の項目や姿勢についての項目で高い値を示した. 指導者は, 陸上から選手の動きを観察し, 身体に受ける抵抗や姿勢のように選手が指導された際にわかりにくいと感じている感覚的言語を多く用いていると考えられた. 指導者は, 選手がわかりにくいと感じている感覚的言語を映像など用いて視覚的に指導していくことが重要であると考えられた. また選手と指導者で平均値が4.0以上の項目は「大きい泳ぎ」, 「身体がぶれない泳ぎ」, 「水をつかむ」, 「遠くの水をつかむ」, 「身体が沈まない泳ぎ」の5項目があげられた. この5項目は, 「速いクロール」の指導の際に選手が指導者に指摘された際にわかりやすいと感じており, 指導者

も「速いクロール」に重要と感じていると考えられた. このことから, これらの項目は, 選手と指導者で「速いクロール」を泳ぐ際に必要であるという共通な理解が得られている感覚的言語であることが考えられた.

3-2 選手の競技力による比較

全国大会に出場している選手と全国大会に出場できていない選手の感覚的言語の理解に大きな差はなかった. 全国大会に出場できていない選手は, 全国大会に出場している選手と同じように指導者が用いる感覚的言語を理解できていると考えられた. また「肘の立つ泳ぎ」の値が全国大会に出場している選手の方が全国大会に出場できていない選手よりも有意に高かったことから, 全国大会に出場している選手は, 効率よくストローク (腕の動作) による推進力を利用できていることが示唆された.

3-3 担当する選手の競技力による比較

全国大会に出場している選手を担当する指導者と全国大会に出場できていない選手を担当する指導者で「速いクロール」に用いる感覚的言語の重要度に有意な差は認められなかった. 全国大会に出場している選手を担当する指導者と全国大会に出場できていない選手を担当する指導者は「速いクロール」に用いられる感覚的言語に違いがないことが考えられた. その要因として考えられるのは, 優秀な指導者による講習会やインターネットを通じて情報を簡単に獲得できるようになったことで, 指導者の泳ぎに対する共通認識を高めることができていると考えられた.

5. まとめ

指導者は選手が理解しやすい表現で感覚的言語を用いることが重要であると考えられた. また, 選手がわかりにくいと感じている感覚的言語を言語以外の手段を用いて指導することが重要であると考えられた.

6. 引用参考文献

- (1) 下門洋文, 仙石泰雄, 椿本昇三, 高木英樹 (2012) 大学競泳選手が泳技能改善時に重視している身体感覚体育学研究 57 : 201 - 213