

令和元年度全国高等学校体育連盟ボート専門部（東地区）指導者講習会 実施報告書

- 1 日 時 令和元年11月30日（土）～12月1日（日）
- 2 会 場 宮城県塩釜市 宮城県塩釜高等学校西キャンパス
- 3 参加者 41名

第1日 研修内容

講義1

題名 「逞しいチームづくり」

講師 仙台大学ボート部監督 阿部 肇 氏

高校2年生でボート部に入部し、中央大学、ロサンゼルス五輪、ソウル五輪、バルセロナ五輪を経験し、ボート競技に対する思いが強くなり、日本代表コーチや中央大学監督を務められ、そして、2002年より仙台大学ボート部の監督に就任されました。今年度は、全日本大学選手権大会において、男子1×、男子2×、男子4×、男子4-で優勝、初の男子総合優勝と輝かしい実績を残されました。これまで、仙台大学ボート部がチームとして築き上げてきたことを講義いただきました。



〔チームビルディングとして〕

仙台大学ボート部では、入部した学生にどんな人生を歩みたいか、なぜ、大学でボートをしようと思ったのか問いかけるそうです。それは、将来を楽しく終わるために、人それぞれ価値観が違うので考えてもらうためだそうです。トレーニングとして、練習はもちろん大切ですが、特に、リハビリを重要視しているそうです。食べるもの（栄養）についてと休息のメリハリをしっかりとっているということでした。また、積極的・主体的な状態を作るために思考と感情を解放することであったり、競技でのコミュニケーションは、練習の合間に必ず行ったりしているそうです。特に、水上で感じたことは、水上でコミュニケーションをとること、クルーであれば、皆で共有して練習中に意識しているというお話を伺いました。また、道具が進歩している現在、その使用特性を知って使いこなせるように説明したり、正しいフォームを理解しあい、すり合わせたりしているそうです。

〔勝つ文化を考える〕

チームでは、年末年始に「勝つ文化」を考えさせる機会を作っているそうです。

・今が大事

今の部員で最大の成果を勝ち取るために、個性を尊重し、自己肯定感を身につける。

今できることをしっかりやる。無駄な時間をなくす。

・言葉を正しく使う。

すぐ「わかりません」と答えたり、考えない学生が多くなってきている。根拠を示して

話したり、絵を見てストーリーを作って話してもらい機会をつくり、言語技術の向上にも力を入れている。

- ・励まし合い

チームで励まし合いを行うことで+αの力を発揮する。

- ・チームで勝つ

一人一人がリーダーの自覚を持ち、自律してことを目指している。

- ・決してあきらめない

技術の改善がなかなかできなくても、できない原因を考えて、あきらめないで行動することを大切にしている。「知る」から「わかる」、「できる」から「している」へやり続けること、洗練させていくこと。

- ・弱い心に打ち勝つ

コーチは選手が状況を把握し、アプローチすることが成功につながる、そして、スポーツの力は、人生が変わり、世界とつながるというお話で締めくくりました。講義終了後、トレーニングについてや動画、ミーティングについてなど多くの質問にお答えいただきました。

第2日 研修内容

講義2

題名 「新しい競漕規則について ～変更点と注意すべきところ～」

講師 (公社)日本ボート協会審判委員長 流石 淳子 氏

JARAの現行ルールをもとにFISAルールを導入している。

本則の下に多くの細則が記載される構成となっている。

- ・日本ボート協会主催・主管の大会はすべて本規則に基づいて行われる。大会・水域によって本規則の基準を緩和・適用除外を行いたい場合は、

- 大会要項に明記すること。

- 代表者会議を開催し、ルール等を周知すること。

出席しない場合は棄権扱いになる場合もある。

出場者・監督は、本則、細則、大会要項、代表者会議での説明をしっかり把握しのぞむことが大切である。

- ・安全面では、バウボールの取り付け、ヒールロープを靴が水平以上にならないようにつけることが必要である。

- ・罰則等では、指導と警告を区分、イエローカードとレッドカードが新設された。

指導⇒レース後、軽微な違反をしたクルーに口頭で与える。

警告：

注意⇒レース中にクルーに対し、口頭と白旗で与える。注意に従わないときはイエローカード

イエローカード⇒指導、注意より重い違反に与える。2回のイエローカードでレッドカード

レッドカード⇒除外となる違反（重大な違反）



罰則・不利益処分

- ① 最下位付置 ②除外 ③失格 ④チームの失格

予選で除外になると、以前は、敗復に出漕できたが、敗復にまわれなくなる。出漕可にするためには、大会要項に明記する必要がある。

・舵手について、性別は不問。体重は、男子55kg以上、女子50kg以上、DWは最大15kgまで持つことができる。舵手の性別を問う場合は大会要項に定める。舵手の計量は、ローイングスーツのみでアンダーシャツ等は除いて行う。(レースでアンダーシャツを着る場合でも)

・ユニフォームについて、アンダーシャツやタイツなど統一すること。特に、色あせ、迷彩柄、ロゴなどに注意してもらいたい。

・スタートでの異議申し立てについて、スタートでイエローもしくはレッドカードを受けたクルーはその場で異議申し立てができるようになった。

・落水した場合、自力で乗艇しゴールした場合に着順が認められたのは、従来はシングルスカルのみであったが、全艇種に拡大された。ただし、安全・健康、レース運営から救助を優先することもある。

・記録への記載について、艇重量不足による失格⇒「BUW」、

レース未漕了(スタート前の除外)⇒「DNS」、フィニッシュライン未達⇒「DNF」

質問には、ユニフォームは、コックスだけでなく、漕手もアンダーなしで監視を受け、後からアンダーを着てもよいのか。戸田で藻にひっかかるのは配慮していただけないか。落水した場合、ダブルスカルなどは一方が艇を押さえ、一方が乗ることや陸から乗り方のアドバイスをすることは他者の支援になるのか。という内容が出ました。ユニフォームについて、本則と定義等一覧表と表現が食い違っているところがあるというところは後ほど確認するということでした。

総括

この度の講習会開催に際し、会場提供・運営準備にご協力いただきました宮城県ボート専門部の先生方には大変お世話になりました。また、お忙しい中、講師の労をお執りくださった阿部肇監督、流石淳子様にも感謝申し上げます。

阿部監督のミーティングや言語活動を大切にするチームビルディング、人間性を重視した内容は、高校生を育てる私たち指導者にも参考になりました。また、流石様より新しく変更される競漕規則では、変更される点だけでなく、日頃、よくある細かいところまで確認できました。競漕規則・細則については、これから完成までさらに修正されることも予想されるので、改めて私たち指導者がしっかり把握して選手に伝えていく必要があると考えます。重ねて感謝申し上げます。

また、遠路よりご参加下さいました先生方からは、多くの質問をしていただき、有意義な会になりましたことにも感謝申し上げます。

実技を伴わない内容の講習会でありましたが、大変充実した研修であったと振り返っております。また、冷涼地でのインターハイ開催や自艇参加など多くの課題も私たちに課せられております。ボート競技が今後も発展していけるよう皆さんでよい知恵を出しあっていただけたらと思います。

ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。

文責：山形県高等学校体育連盟ボート専門部
委員長 山村 祥子