

OF **OFF**TALK

井村雅代さん

[シンクロナイズドスイミング コーチ]

指導者として、20数年間に渡り日本のシンクロナイズドスイミングを引っ張ってきた井村雅代さんが、指導者の醍醐味について語ってくれた。



世界一に挑戦したアテネオリンピック

オリンピックを6回経験し、世界に挑戦し続けてきました。特にこの4年間は、世界一になるために、考えられることは全てやってきました。生活の全てをシンクロに費やし、休むことさえも、「世界一になるために休む」という感じで、やり残したことは無いと思えるところまでやれたので、アテネを最後にナショナルチームのコーチを辞めることにしました。これからは、がんばっているコーチや選手を応援しながら、少し違った角度からシンクロと関わっていきたいと思っています。やっぱり、シンクロを離れる自分は考えられないですね。(笑)

結果がわからないことへの挑戦

もともと、結果がわからないことに挑戦するのが大好きでした。良い結果を出すために何をするか、どの道を選べいいか、自分の「普通」よりも知恵を絞って考えるのが好きなんです。

良い結果なんてなかなか出ませんが、元々「うまくいかないのが人生」だと思っています。それをうまくいくようにするのまた人生。だからおもしろいんですね。

シンクロのコーチをしていると、「この演技でよかったのかな？」と思うことがよくあります。迷ったら、人の意見も聞いて、自分で結論を出します。一度結論

を出したら、「これでよかったのかな？」ではなく、「これでよかった」と言えるように行動します。結果的に、「あいつに任せてよかった」と言われるような結果を出そうってがんばるんです。

オンリーワンの指導

シンクロでも学校でも、指導者の良し悪しはどれだけ子どものことを考えているかで決まります。子どもには、オンリーワンの指導が必要です。指導には「十個誉めて一個しかる」というひとつのモノサシはありえません。なぜなら、子どもは人格を持ったオンリーワンだからです。同じ子どもなんてひとりとしていないので、指導に決まったルールなどありません。ひとりひとりの子どもの特徴を見分けるのが指導者の眼力であり、醍醐味だと思うのです。

子どもにはまず世の中のルールを!

最近の子どもは人の話を聞かないなあと感じます。教科書の内容を教えるよりも先に、子どもにはまず世の中の常識・ルールを教えてあげてほしいと思います。特に、小学生はまだまだ素直。この時期に、人にあったら挨拶する、年上の人話は聞くというような世の中の「あたりまえ」をしっかり教えてあげないと。まさに「鉄は熱いうちに打て!」です。もちろんこれは先生に限らず、保護者や世の中の全ての大人の義務ですね。



厳しい眼差しで練習を見つめる井村コーチ。チームでは、小学生も大人まで、50名以上が井村コーチの指導を受けている。

嫌われることを恐れずに

子どもたちは、いつも指導者を試しています。先生は、教室に入ればベテランも若手も関係ないでしょう。4月に新しいクラスが始まれば、何をしたら怒るのか、どういうことを大切にしているのか、子どもたちに試されています。指導者は、積極的に自分のポリシーを子どもたちに伝え、子どもたちに認められなくてはいけません。そしてしかるときはいつも同じ尺度で、悪いことは悪いと、常に教えてあげないといけません。さらに、しかられている子どもの反応をよく見てください。指導者の声が心に届いていない子どもは、何回しかっても何も変わりません。子どもの心に自分の声を響かせるには、本気でしかって、子どもの反応をよく察知することです。ノルマ的にしかって、なかなか子どもの心には届きません。しかったことで子どもに嫌われることを恐れないでください。山あり谷ありでも、最後の最後に「先生に教えてもらってよかった!」と言わせられるのがよい指導者なのではないでしょうか。

井村雅代 | プロフィール

大阪府出身。天理大学卒業後、中学で保健体育教師を務める。1974年、教師を続ける傍ら、大阪の浜寺水練学校でシンクロの指導を始める。85年、井村シンクロクラブ設立。78年より日本代表ヘッドコーチをつとめ、01年福岡世界選手権デュエットで立花・武田組を日本初の金メダルに導く。2004年、アテネオリンピックデュエット・団体で銀メダルを獲得後、代表コーチを引退。

**うまくいかないのが人生。
それをうまくいかすのも人生。
だから人生っておもしろい。**