



「動機」を生み出しそれぞれの目標達成へ向けた指導

相模原フィギュアスケATINGクラブ 新城恵美

冬季競技の華として、リンクを彩るフィギュアスケート。トリノオリンピックで金メダルを獲得した荒川静香選手のようになりたくて、軽やかなジャンプで魅了する浅田真央選手のように気持ちよく跳んでみたくて、それぞれの楽しみ方を見出し、達成を目指す。生涯スポーツとしてのフィギュアスケートを目指し神奈川県相模原市で活動する相模原フィギュアスケATINGクラブ取材した。

生涯スポーツとして

美しい演技で見事に金メダルを獲得し、日本中を一躍“フィギュアスケート漬け”にした荒川静香選手。技の詳細はわからずとも、「イナバウアー」と言いながら背中を反らせる人もちらほら。そんな荒川選手に憧れて、リンクの華になるべく練習に励む少女たち。

「まずは滑ることの楽しさをどう感じさせることができるか。それが第一歩だと思っています」

クラブでコーチを務める新城恵美氏が掲げる“指導方針”はいたってシンプル。競技志向ではなく、生涯スポーツとしてフィギュアスケートを捉え、楽しみ続けるために必要な技術の習得、そして発表の場としてこのクラブが存在するのだと言う。

集まる子どもたちは小学生から中学生まで約20名。限られたわずかな練習時間を少しでも楽しく、かつ有意義なものにするために、広いリンクをいっぱい使ってスピンのステップ、ジャンプの練習に励む姿を新城氏が見守る。全体を集めて特別な指示をするのではなく、1人1人に対して目を配り気づいたことがあればその都度近寄って行き、声をかける。「本当は15人くらいが目を配れ

る範囲だと思うのですが、どうしてもクラブでフィギュアがやりたい！という子がいれば、一緒にやっていきたいなと思ってしまいます。きちんと対応できているかどうか、もっとしっかり見てあげられればいいんですけどね」、嬉しい悲鳴と言えるのかもしれない。

練習開始前から、リンクに入る前から子どもたちは荒川選手の「イナバウアー」や、浅田真央選手の「ビールマンスピン」を真似るために、柔軟体操やストレッチに励む姿が至るところで見られる。よほど危険なことではなければ「それはダメ」と言うこともなく、基本的には子どもたち自身がやりたいと思うことへのチャレンジを推奨する。

「自分が何をしたいか。それを選ぶ目を持ってもらいたいと思う」

そんなふうに語る新城氏。「楽しむ」ことや、生涯スポーツとしてフ

ィギュアスケートに携わりたいと考えるようになったのは、自身のこれまでの経験が活かされているそうだ。

「細く長く」のために

新城氏が本格的にフィギュアスケートを始めたのは高校生の頃。後楽園クラブに選手として所属し、練習に通いながら、ただひたすら「もっと滑りたい、うまくなりしたい」と思い続けていたそうだ。特別に競技志向が強かったわけではないが、大学時代にインカレ、国体に出場するなど選手としてのキャリアも積んだ。

少しずつ自身の技術が上達していくことに伴い、「トップスケーターになりたい」と思ったこともあると言う。しかし、そこで1つの壁にあたる。

「ただ単に“強い選手になりたい”と言っても、簡単になれるものではないし、本気でプロやオリンピック

■相模原フィギュアスケATINGクラブ

活動拠点：神奈川県相模原市
 実施スポーツ：フィギュアスケート
 会費：入会金5000円、年会費3000円
 ※家族割引や練習頻度による月会費など、
 詳細はHP参照
 練習日：月3～4回、毎回1時間程度

スタッフ：コーチ・新城恵美
 クラブの指導方針：生涯スポーツとして
 フィギュアスケートを楽しみ、続けてい
 くための技術指導
 URL：http://home.att.ne.jp/sigma/
 osawa/skate/index.htm



発表会に向けた練習に励む選手たち

を目指している選手たちは私よりずっと小さなうちからスケートを始めている。自分が目指す形とは少し違うかな、と思ってしまいましたね」

トリノで金メダルを獲得した荒川選手が言った言葉がある。

「喜ぶことができるのは結果を出した後、本当に最後だけ。それまでの練習はずっとずっとつらかった」

そしてこの言葉の意味が、新城氏にはよくわかると言う。

「好きで始めたフィギュアスケートのはずなのに、達成感を得るには大会に出て、よい成績を取めなければならぬし、そのためには昇級試験に受からなければならない。そうすると“もっとうまくなりたい”ということが目的ではなく、“もっと上の級を取りたい”“もっと上位になりたい”になってしまう。その悲しさは感じていた。だからこそ、競技志向だけを目標とするのではなく、

昇級試験だけに頼らず、目的を持ってフィギュアスケートを続けるために、この先は今までと違う形のクラブしかないのではないか。そう思いました」

何も考えずに、ただ競技のことだけを考えて一心不乱に進進する。それもいいかもしれない。でも、それだけで人生を終えるわけではない。競技者として過ごすことのできる時間には限りがある。「ごく一部のエリートだけでなく多くの人たちに長く長くフィギュアスケートを楽しんでほしい。意外と簡単にみえて難しいことだとは思いますが、生涯スポーツとしてフィギュアスケートに接することのできる環境をつくりたい。それが大きな夢です」。

反復練習のための動機

競技者・インストラクターとしての活動を経て、スケート教室やクラ

ブでの指導を始めた新城氏。目指すのは「上手なスケーターを誕生させる（育てる）クラブ」ではなく、「それぞれの目的を達成することができるクラブづくり」だと言う。

単に楽しむといっても、馴れ合いとしてダラダラと楽しむだけでいいのならば指導者は必要ないと新城氏は言う。「ある程度のレベルに到達して、自分で目標を設定することができて、それを達成する楽しさを感じてほしいし、そのための手助けをしたい」。

20人程度のクラブの子どもたちをみても、経験の長さにかかわらず技術レベルに違いが生じることはある。しかし、ではできない子や上達の遅い子が悪いのかと言えばそうではない。「彼女たちが目指すところに到達することができれば、それで十分だと思う」。結果を急ぎすぎることではなく、自分で何かを選び、考えることのできる子どもを育てて



それぞれが目指す演技を身につけることが最優先

いきたい。それが目指す形なのだそう
うだ。

まず最初に教えるのは「クロス」「バッククロス」「ステップ」という基本動作。昇級試験だけを目的にしないとはいえ、やはり基本ができていなければなかなか上達せず、思うように滑れない。「楽しい」と感じることもできないかもしれない。そのために大切になるのが最初に教えるこれら基本の数々。必然的に反復練習が求められる。

しかしこの反復練習、必要だとはわかっていても決して楽しいものではない。ましてや大会があるわけでもなく、目に見える目標があるわけでもなければ余計に面白くない。リンクの上を堂々と、しかも華麗に美しく滑る自分の姿を思い描いて、子どもたちは練習に励み、それがまた新しい楽しみにつながってくればいいのだが、そのために導いていく

には何をすべきなのか。

共通目標の発表会

いくらスケートが好きだからと言っても、目指すものがなければ選手たちのモチベーションは上がらず、そこで終わり、頭打ち状態になってしまう。上達の度合いを形にする1つの指針になるのが、先にも記した昇級試験ではあるのだが、そのレベルに到達しない選手からしてみれば「私にはできないからいいや」と思ってしまうことにもなりかねない。レベルや目的にとられることなく、クラブに通う子たちの共通の目標になるものはないか。

そこで考えついたのが「発表会」だった。全員が自分の演技とともにかける音楽を決めて、プログラムを組み立てる。名前と演目の入ったプログラムをつくり、クラブに関係のない人にも目につく場所にポスター

を掲示する。限られた人や選ばれた人だけにスポットが当たるのではなく、「これができなければ参加してはダメ」という基準があるわけでもなく、全員が共通して目指す指針になり、目標になり、「動機づけ」につながる。

「たくさんの人が見てくれるなかで滑ることができるというだけでも大きな経験になりますし、大きな励みになる。目標がなければ伸びるものも伸びていきません。しかもその目標があまりに遠いところにあっても意味がない。そういう場や何かしらのキッカケをつくってあげたい。目標を達成するには選手にならなければできないのではなく、こういう方法もあるんだよ、というのを地域のクラブの形態として示したかった」

動機が必要な理由

なぜこの練習に取り組むのか。うまくなりたいたいから、かっこよく滑り



細かく丁寧に指導する新城氏

たいから、初めて見たスピンの素敵で自分もあんなふうになりたいから、理由も動機もそれぞれ違っている。抱いてほしいのは「なぜ自分が取り組んでいるのか」という動機。

「フィギュアスケートに限ったことではなく、子どもから大人になる過程のなかでは、いくつもの選択を迫られることがあります。そうしたさまざまな転機のとときに、『自分はなぜそうするのか』という明確な動機を持っているほうが強い。それがこの場で得られることができれば、彼女たちにとって意味があるのではないのでしょうか」

最初は単純に「フィギュアスケートをやってみたい」と思ってクラブ

に通い始めたけれど、練習を繰り返すうちに「もっと本格的にやってみたい」と思えば、競技志向に切り替えてクラブを巣立っていけばいい。他のことに興味が移ったのであれば、また新しい夢になれる何かに取り組んでくれればいい。ただ思うのは、そのときに「なぜ」を説明できる動機を持ってほしい。それが新城氏の、クラブでの指導を通して抱く願いなのだそうだ。

一緒に楽しむ

うまくできなかったステップができるようになって、喜んでいる子どもがいたら一緒になって喜び、楽しそうに滑っている姿をみれば、一緒

に楽しむ。馴れ合いにならないように、「ちゃんと集中して練習しようね」と締めるところはビシッと締めて、必要だと判断すれば実際に動きをやらせてみる。

フィギュアスケートを楽しむためには、もちろん安全面の確保も大きなウェイトを占めており、そのためには「道具の管理」もできなくてはならない。そこで新城氏は、練習後に希望する子どもたちの靴を点検する「修理係」に転じる。

「こうした場を与えてもらって幸せなのは子どもたちだけじゃない。私にとっても喜びです。教えられることがあれば、技術でも何でも持っているものを提供してあげたい」

発表会に向けた練習に励む子どもたちの姿を目を細めながら見守る。まるでアイスショーのような照明に照らされ、オリンピックのリンクに立つような気分で音楽に合わせて優雅に舞ういくつもの姿。育てようとしなくても、気づかぬうちに芽生える芽があり、育っていくものがある。いつの日か「いつだってずっと楽しかった」と笑顔で振り返るようなスケーターがこのクラブから世界へ誕生していくかもしれない。いくつもの楽しみ方があるように、きっと可能性は無限だ。

(取材・文/田中夕子)

■金メダル効果? 「相模原市ジュニアスケート教室」大盛況

相模原市スケート協会では、子どもから大人まで広い世代を対象にしたスケート教室(フィギュア、スピードスケート、アイスホッケー、カーリング)を定期的に行っている。相模原フィギュアスケートクラブも同協会専門部の1つであり、「クラブに入りたい」と思う子どもは、まず市協会主催のスケート教室に参加することが入部条件として組み込まれている。

取材日も、クラブの練習が始まる前に市

協会主催の「ジュニアスケート教室」が開催されていたのだが、開始時刻の数十分ほど前から、会場となる銀河アリーナには参加を希望する子どもたちが続々集まり始め、その数なんと数百人。同協会職員の1人は「毎回多くの参加者がいるけれど、トリノオリンピックで荒川静香選手が金メダルを獲得してからは、スケート教室への参加希望者がさらに増えた」と、「荒川効果」を口にする。

同協会では、以前から学校単位でのスケート教室を開催し、「スケートを通して子どものうちからバランスよい身体づくり」を掲げてきた。都道府県単位でのスケート教室などはあっても、関東地方の市町村単位でこうした教室などを実施しているケースは少ないそうで、今後も行政・クラブを含めた取り組みに注目していきたいところである。