

# コーチと選手

安永三郎

## コーチと選手の関係

- たかが飛び込みの指導であるけれど  
大きな視野でとらえる必要がある
- ↓
- 人間作りという観点で指導自体をとらえる
- ↓
- 長期展望が見えてくる  
ほめることができる  
指導ができる

## コーチと選手の関係2

- 教えるだけでなく教えられることが多い

↓ ことに気づく

人間としてのつきあい

コミュニケーション が生まれる

↓

選手の身体的状況

精神的状況 を把握できる

## いっしんいったい = 一心一体

- 選手の思い、考えが読みとれる

(特にコーチに必要)

逆に選手もコーチの気持ち、考えを読みとることができる

これを指導に使う



気持ちをわざと読みとらせて選手を追い込んでいく

読みとられないようにする、選手を突き放すときであり自立させるとき

選手としての自立を目指す 飛ぶのは自分だという意気込み

それに協力していくのがコーチである

すべてをコーチに頼るような選手は駄目

## 目標設定

- 些細なことで「かつ・・・」となることがなくなる  
長い目で見れるようになる、焦らなくなる



目標が絞れてくる



何年後のどの大会で何位になろう



そのための練習計画ができてくる

- よって、日常生活では  
選手 ⊂ コーチ ⇒ 人間づくり

飛び込みに関すること

選手 ⊃ コーチ ⇒ 演技

## コーチ ≠ 審判員

- コーチングにおいて審判員的な指摘が大きな割合を占めてはいないか

夢と希望

指導の基本

理論不足

大きな視野

目標設定

