連載読み物

指導者講座 第１5回 技術指導(2)

村越真

指導者は技術の段階について習熟し、それを指導の場面に生かす必要がある。技術段階についてのクラシックである「ステップメソッド」を数回にわたり紹介する。

技術のステップを意識する

日本サッカー協会が目指す指導者像に「グッド・オーガナイザー」というコンセプトがある。指導者とは、名の通り「指導」をする者である。指導すべき技術を、言葉や視覚的に伝えればよい。かつては「指導」とは、このようなものだと考えられていた。しかし、発達・発展段階の途上にあるプレーヤーにとっては、言語や視覚的提示だけでは「指導」は十分な効果を発揮しない。現在では、このような段階にあるプレーヤーに対しては、適切な課題をデザインし、その課題を行なう中でごく自然に習得すべき技術が習得できるようにすることが、指導者の重要な役割だと考えられている。このような資質を備えた指導者、それがグッド・オーガーナイザーである。

オリエンテーリングでは、指導者あるいはコーチがコースを組まなければならない。コースは、対象者の力量に合ったものであり、さらにそのレベルのプレーヤーが学ぶべき技術を要求するレッグから構成されていなければならない。その意味で、グッド・オーガナイザーというコンセプトは、オリエンテーリングの指導者にとってもあるべき指導者像といえる。

修得すべき技術のステップ

修得すべき技術とその順番についてはステップメソッドという、以下のような指針がある。地形の特徴の異なる日本ではそのまま取り入れることはできないが、ステップとしては現在でも概ね妥当なものだと思われる。

以下が、ステップメソッドによる指導すべき技術や知識の段階である。等高線の理解はKであり、かなり先のステップになっているが、地形がはっきりしている日本では、Dのあとの初級の最後の段階で、はっきりしたピーク・尾根・谷などの等高線読みを取り入れるのが自然だと思われる。

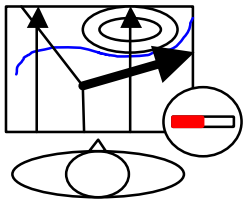
A：地図の色、記号、整置
B：線状特徴物（ハンドレール）に沿った移動
C：Bを複数続ける
D：ハンドレールのそばの特徴物を読み取る
E：ショートカット（道を一瞬離れる）
F：大きな特徴物（キャッチングフィーチャー）への短い直進
G：簡単なルートチョイス
H：大きな特徴物へのラフな移動
I：短いレッグでの細かい地図読みによる移動
K：等高線の理解
L：大きな尾根や沢に沿ったオリエンテーリング
（IOF　ステップメソッドより）

A：地図の色、記号、整置

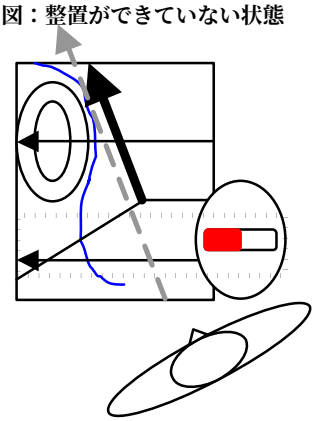
基礎的な知識として、コースを回る前に身に付けていなければならないものである。色については、O マップの色は、黒：人工物・岩、茶色：地表面の様子、青：水系、黄色：木の生えていないところ、緑：林の中の通行の容易さ、という基本的な意味を持っている。記号については、道とそのランクや建物、耕作地（開けたところ）と森の区分、等高線が、まずは修得すべき記号であろう。当然レッグを組む場合も、対象者の段階にあった記号で回れるものでなければならない。

整置は基礎でありながら、習得（理解）の難しい技術である。地図の磁北線と磁石の針を平行にするという手続きを教示することは簡単である。重要なことはそれが何のためであり、それによって地図がどのような状態に置かれているかを明確にすることである。整置は、地図と実際の方向を合わせ、それによって両者の対応を容易にしてくれる。それによって進行方向の維持や、現在地の把握に欠かせない両者の対応づけを容易にしてくれるのである。

導入としては、まず地図と現地の特徴物を合わせることで整置を行い、その利便性を理解してもらい、その後、整置時には磁北線と磁針が平行になっていることを確認し、現地に整置に利用できる特徴物がない時には磁石を使うと整置がいつでも確実にできることを教えるのがよいだろうと経験的に思う。ただこの点は十分な検証をしていないので、読者の方々の検証を期待したい。



図：整置ができていない状態



図：整置ができた状態。地図と実際の方向が合っている（点線で囲った磁針と磁北線の関係に注意）だけでなく、進行方向が体の正面を向いている（破線→）

整置でもう一つ難しいのは、地図と人間の関係である。整置によって進むべき方向を確認する時、進むべき方向を身体の正面に向ける必要がある。ところが、整置をするために「地図を回して、磁北線と磁針を平行にする」と教えると、身体と地図の関係が正しくならず、図１のように進行方向を横向きに捉える不自然な姿勢が生じることがある。

整置および身体と地図の３者関係を維持するには、二つの方法がありえる。それはどのような手順か、またどちらがよいかは次号への宿題としよう。

（村越 真）