

体操競技部

部長 加納 實
 監督 原田 睦巳
 コーチ 富田 洋之
 木下紘一郎

〈体制〉

平成21年度より新体制となり新たなスタートを切った。昨年まで監督であった加納が部長となり、コーチであった原田が監督に就任した。また、日本の体操界の復活に多大な貢献をしてきた富田洋之が新たにコーチとして就任した。これによりコーチの木下を加え、平成21年度は4人の指導体制で強化に当たることになった。

〈指導理念〉

当競技部が一貫して継続している「自主性を育成」することに主眼を置き、指導に当たった。これは高校時代に顧問の先生や監督、コーチに徹底的な指導がなされていた指導形態により自分自身の具体的な目標や、実際の練習場面において自分に何が欠けているのか、どのように練習を行わなければならないのかを考える余地を与えられず現在に至っている選手が少なくない。競技会のように緊張した場面においても冷静な判断と普段通りの演技が行えるようになるためには、裏付けられた練習が必要であり、その練習においては自主的に練習に取り組み、自分自身で課題を克服してこそ「自信」につながると考えているからである。また、競技生活のみならず一人の人間として社会に出た時にも必要不可欠なことであると考えている。

〈男子について〉

平成20年度は、東日本インカレ・全日本インカレとも6年ぶりの優勝で2冠を達成することが出来た。今年度においても第一目標として全日本インカレの優勝を掲げ強化を行った。

当競技部の最大の特徴として他国のトップチームや他大学と比較しても「美しい体操」であると、様々な関係機関から評価を得ている。しかし、本年度より採点規則が変更となりより高難度技を数多く実施することが求められるよ

うになり、当競技部の特色である「美しい体操」を継承しながらも高難度技を増やすことにも重点を置き強化を図った。

冬季トレーニングにおいては、昨年度までの演技構成を再検証し、増やすことが出来る高難度技を検討、選手とともに課題達成の目標時期や演技構成の再構築の検討も行った。同時に基礎体力と筋力強化にも重点を置き、筋力強化を目的としたトレーニング内容の検討を行った。また、基礎体力向上のためサーキットトレーニングを行った。

(1) 第63回全日本体操競技個人総合選手権大会（4月代々木第一体育館）

今年度最初の大会である第63回全日本体操競技個人総合選手権に向けて、2月上旬より試合形式の練習形態である「試技会」をスタートさせ、当該大会までに9回の試技会を実施した。当該大会の主要な目標として、第25回ユニバーシアード・ベオグラード大会の日本代表選手輩出と、第41回世界体操競技選手権大会の日本代表最終選考競技会への上位通過を目標とした。強化を行う中で、主力メンバーである田頭 剛（4年）が足首の剥離骨折を受傷し、出場を辞退する選択を考えたが、跳馬のスペシャリストであり、今年度の世界選手権は種目別の大会であり、日本代表選手として出場できる可能性が濃厚であったため、無理を押し出して出場する判断をした。

結果として、渡邊恭一（4年）が第25回ユニバーシアード競技大会の日本代表に選出された。

主な成績：

男子個人総合：

渡邊 恭一 8位

田中 佑典 23位

(2) 第43回東日本学生体操競技選手権大会 (5月 栃木県体育館)

昨年度6年ぶりの優勝を果たした大会であり、学生の主要な大会としてのスタートとなるこの大会は、当該年度の結果を左右する重要な大会である。昨年度の全日本インカレにおいて、アキレス腱断裂を受傷した北條陽大(2年)の回復が間に合わず主力メンバー5人と1名の個人出場選手を加えた6名で当該大会に臨む予定であった。しかし、田頭 剛の足首剥離骨折の回復が間に合わず、結果的に主力メンバー4人と個人出場選手2名を加えた6名で戦うこととなった。強化にあたり、主力メンバーの内2名が1年生であり環境の変化や大学生の大会を経験していないことから来る経験不足等、精神的サポートにも注意を配った。加えて、個人出場の経験しかない選手も2名おり、団体選手権を戦う上で重要な「役割分担」・「各選手の責任」について数多くのミーティングを行い、チームの結束力向上に最大限の注意を払った。

結果として、連覇は成らず優勝した日本体育大学とも10.00という大きな差をつけられる結果となった。約3カ月後に開催される全日本インカレにおいて、どのようにチームを再構築するかが大きな課題として残る結果となった。

主な成績：

団体総合：2位

男子個人総合：

渡邊 恭一 2位

田中 佑典 6位

男子種目別：

つり輪：渡邊 恭一 2位

平行棒：渡邊 恭一 2位

田中 佑典 3位

今井 裕之 4位

鉄棒：渡邊 恭一 2位

(3) 第63回全日本学生体操競技選手権大会 (8月 ぐんまアリーナ)

東日本インカレの大敗後、新たにメンバーを再構成するにあたり、怪我から復帰した2名を加えることが出来、主力メンバー6名でメンバーを構成した。このメンバーによって新たに強化策を検討し、各選手の得意種目による得点の向上、チームとして苦手種目となるあん馬・つり輪を重点的に強化した。また、チームが纏まりを持つことが出来るように班別練習を実施し、試技会以外でも実際の競技会を想定した練習を行うことで「団体選手権」を戦うという意識を持たせることと同時に、練習を行う中でチームの傾向を把握しその対策を検討した。試技会においては、東インカレ終了後から10回の試技会を開催し、徐々にではあるが試技会の回を増すごとに確実にチーム得点も向上しており、期待できる状態にまで仕上げる事が出来た。

しかし、実際の全日本インカレでは通常の競技会よりも速いペースで試合が行われ、最初に出たミスをカバーすることもできず、さらに自分達のチームとしてのリズムを最後までつかむことが出来ず、まさに「気付けば終わっていた」という状況であった。結果的に優勝した日本体育大学に10.650の大差で完敗した。主要となる大会への準備に準備し過ぎるということではなく、常に「現状で満足しない」ということを再認識させられた大会であった。しかしながら、翌日の個人総合選手権では、田中佑典・渡邊恭一が健





闘し、北京オリンピック個人総合2位の内村航平（日本体育大学）に次いで第2位（田中佑典）・第3位（渡邊恭一）の成績を残した。

主な成績：

男子団体総合：2位

男子個人総合：

田中 佑典 2位

渡邊 恭一 3位

田頭 剛 6位

男子種目別：

つり輪：渡邊 恭一 2位

田中 佑典 3位

跳馬：田頭 剛 優勝

平行棒：渡邊 恭一 優勝（同点）

田中 佑典 優勝（同点）

鉄棒：田中 佑典 優勝

(4) 第63回全日本体操競技団体・種目別選手権大会（11月 代々木第一体育館）

本年度最後の大会である当該大会に向けて、チームメンバーの再検討を行った。この大会は、国際大会で用いられている6-3-3制（6名の選手をエントリーし、各種目3名の選手が演技を行い、その得点すべてを加算してチーム得点を算出する方法。すべての得点が影響するため、失敗が許されない競技方法である。）を日本で初めて導入して行われた大会であり、チーム編成も通常通りの編成ではなく、種目に特化した選手を起用することが求められる。このため、全日本インカレのメンバーから1名を変更し、1年生の中出康平を起用して戦うこととした。強化にあた

り、通常の練習形態では今大会の競技方法にそぐわないと判断したため、チームにおける班別練習時には競技会の状況と照らし合わせ、自分が演技を行う種目まではその他の種目を練習せずに自分の順が回ってくるタイミングに状態をベストにするように行った。しかし、エースの一人である田中佑典が平行棒の練習中に左手中指を剥離骨折し出場を控えることを考えたが、本人の強い希望により出場させることにした。このことにより、チームメンバー一人一人への負担が大きくなったものの各選手とも自分の責任を全うするべく、積極的に練習に取り組んでいた。

結果は、社会人チームの圧倒的な強さにもかかわらず4位という結果であった。

主な成績：

団体総合：4位

男子種目別：

あん馬：中出 康平 3位

跳馬：田頭 剛 3位

平行棒：今井 裕之 2位

〈女子について〉

女子部においては2002年以来全日本インカレへの出場が途切れ、一時はチームとして出場することさえ危ぶまれた時期があったが、毎年団体出場最低人数である5名を何とか確保し活動を続けている状況である。今年度も全日本インカレ団体出場を最大の目標に強化を行った。

通常女子においては、女子特有の練習形態や指導方法があるが当競技部においては女子を専門とする指導スタッフはおらず試行錯誤しながら練習を行っているが、基本的な理念は男子と同じであり「自主性の育成」である。とかく女子は、指導者に依存する傾向が強く、自主的に練習することが困難な場合が往々にして見られる。先述したように競技力向上のみならず人間として成長するためにもこの「自主性の育成」常に心掛けて指導に当たるように注意した。

(1) 平成21年度東日本学生体操競技グループ選手権大会（4月 笠松運動公園）

当該大会は2部に所属するチームが東日本インカレに出場するための予選会として開催されているものである。当該大会に向けて現状で行うことが出来る演技の安定性を向上させることのみ集中して強化を行った。しかし、上位

選手である古川晶子（3年）と江崎真奈（2年）については、その後の大会での競技成績向上を鑑みて、高難度技を平行して練習することにした。

結果は4位で無事東日本インカレに進出することが出来た。

(2) 第43回東日本学生体操競技選手権大会（5月 栃木県体育館）

東日本グループ選手権の結果を受けて、改善点を洗い出し演技構成の再構築を行った。特に、大幅な演技得点向上が望める選手においては要求される内容を満たすことが出来る技を習得させ、チーム得点の向上の一助となるように強化を行った。

競技会においては最も集中した演技を行い、例年当大学と出場権を争っている北翔大学を圧倒する気迫のこもった演技を行った。この勢いに押され北翔大学は、多くのミスが見られ、結果的に東日本グループ選手権時には、3,500点負けていた状況から12,950の大差をつけて勝つことが出来、7年ぶりに悲願の全日本インカレ団体出場を果たした。

主な成績：

女子団体総合：11位（1部校と成績混在）

女子種目別：

跳馬：古川 晶子 優勝

(3) 第63回全日本学生体操競技選手権大会（8月 ぐんまアリーナ）

東日本インカレ終了後、最大の目標であった全日本インカレ団体出場を果たしたことにより、具体的な目標を定めることが出来ずモチベーションを維持できていない状況がしばらく続いたが、選手達とミーティングを行い具体的な目標設定を検討し、加えて予選会を経て全日本インカレへ出場出来ることによって出場できなかった大学に対し、それに見合うだけの内容で競技会を行わなければならない責任感を持つよう動機付けを行った。

競技会においては、悶々とした練習での状況とは一変し非常に内容の良い試合であった。印象的だったこととしては、選手全員が当該大会を緊張しながらも楽しく演技を行っていた雰囲気が非常に好印象であった。結果は、過去最高位となる団体総合5位という成績であった。

主な成績：

女子団体総合：5位（2部）



女子個人総合：

古川 晶子 3位

江崎 真奈 8位

女子種目別：

段違い平行棒：

古川 晶子 2位

ゆか：古川 晶子 優勝

〈国際競技会について〉

今年度は、当競技部員から男子は渡邊恭一（4年生）、女子から古川晶子（3年）の2名がユニバーシアード・ベオグラード大会に日本代表として出場した。また、原田がコーチとして参加した。

渡邊においては、日本としてユニバーシアード競技大会団体3連覇のかかる非常に重要な大会であったが、自分の果たすべき役割をしっかりと行い見事団体金メダルを獲得した。また、種目別鉄棒においても、見事な演技を行い3位で銅メダルを獲得した。

古川においては、当競技部では女子として3人目のユニバーシアード競技大会出場者であり、前回は2002年のテグ大会への出場であった（川村友佳：平成17年度卒）。古川は、当該大会に向けての練習においてアキレス腱を部分断裂し出場が危ぶまれていたが、様々な方々からのサポートにより何とか出場することが出来た。実際の試合は非常に良い内容であり、出場種目すべて（段違い平行棒・跳馬）が最もプレッシャーのかかる1番目の演技者であったが、素晴らしい内容で日本チームに貢献した。結果は団体5位であり、見事に入賞を果たした。

〈総括〉

今年度は総じて怪我とミスに悩まされた一年であった。演技得点を向上させるために、より高難度技を演技に組み



入れる必要性から、高難度技に気を取られてしまい演技の安定性向上までいきつかなかったように見受けられた。いかに難しい技を数多くできたとしても失敗をすれば負けてしまうのは至極当然のことである。採点規則の変更により演技内容にも変化が見られ、演技時間の増大、技の増大が選手への身体的負担を増長していることは明白であり、普段の練習内容も今後再検討する余地があるだろう。しかし、先述したように準備し過ぎるということはなく、常に

現状に満足せず精進していく姿勢が選手のみならず指導者にも必要であり、様々な面から情報を収集し、より良い練習方法・形態・内容を常に模索する必要があると考えている。

来年度は、今年度の経験から学んだことを最大限生かし再び頂点へ、そしてより多くの学生を世界選手権・アジア大会の日本代表選手として輩出することができるように日々精進していく所存である。