

トライアスロン競技部

「自立性，自律性の涵養を目指して」

部長 青山 芳之

コーチング科学の専門家ではありませんので、いささかの運動競技（野球）の体験に基づく若干の助言を除いて、運動競技に関する具体的な指導を行うことは叶いませんが、専門とするマネジメント、マーケティングの知見に基づく示唆を与えることは試みております。

それは、PDCA（計画・実行・確認・再行）サイクルの徹底です。つまり、部員個々が期間を想定して、自らの目標（弱点の克服，到達レベル等）を立て、そのための練習計画を立て、実行して、結果を分析・考察して、次の目標を立て、再び同じサイクルを繰り返すことで、競技力を向上させようということです。

それが、奏功してか、部員数も少なく、入学以前に華々しい実績を持つ部員が少ないにも拘わらず、インターカレッジ競技会において、常に、入賞レベル以上を維持できているのだらうと秘かに自負しているところです。

さらに言えば、PDCA サイクルの実行に当たって、「自主性」の涵養を心がけています。コーチに与えられるので

はなく、自ら考えることから始めることを奨めています。もちろん、先輩や仲間からの助言，助力あっての実践ですが、そうした過程を踏むことによって、個々人の自立性，自律性も自ずと養われることが結果に繋がっているのだらうと理解しております。

そして、そのことは、同時に、学生として、人間的な成長をもたらしていると思っています。その一つの例が現役合格を含めて、毎年のように、教員を輩出していることです。今年度も現役で東京都の中高保健体育教員合格者が出ています。文武両道という言葉がありますが、異なる二つのことに努力するというのではなく、いずれか一つに、論理的に、自律的に努力したことは、必ずや、もうひとつのことにも生きてくるということだと考えています。

そういう意味では、トライアスロン競技部は、学生スポーツに範たる存在だと、これも秘かながら、自負しているところです。