# コーチング学の学体系の構築：その方向性と方策

中川　昭*

# Constructing a system of coaching studies in sport : The direction and measures

NAKAGAWA Akira *

## 1．はじめに

現代社会におけるスポーツの価値や意義の高まりの中で、スポーツの指導（コーチング）実践そのものの重要性は今や誰しも認めるところであろう。しかし、スポーツの指導に関する学体系については、理論の体系化に向けた研究活動の遅れから、社会においてだけでなくスポーツ科学の世界においてもその存在が十分に認知されているとは言い難い。

このような状況の中、スポーツの現場では不合理な経験主義的指導が横行している現実がまだ多く見られる。コーチが日々の活動で直面する課題は、厳密に言えば過去に遭遇した課題と同じものは1つもないことを考えると、過去の経験に頼るだけの指導では限界があることは自明であろう。それゆえ、コーチは課題と課題解決の道筋が抽象的に示された理論を頭の中に持つことが必要となる。このような理論を持つことにより、物事の原理・原則を基に演繹的な思考を適用して、様々な課題を効果的に解決することが可能となるのである（中川[6]）。実際に、優れたコーチの言動を注意深く観察すると、数多くの経験を源泉として形成された一定の理論（原理・原則）が頭の中にあることが分かる（中川[6]）。したがって、スポーツの指導に関する学体系の構築が適切な形で進められ、それを若いコーチや将来コーチを目指す学生が継続的に学べる状況が実現されれば、スポーツ指導の現場は飛躍的に向上することが期待できるであろう。

スポーツの指導に関する学体系の構築は、将来の急激な少子化を迎え大きな変革が求められている大学においても極めて重要な意味を持つ。というのは、大学が知の産生と伝達を使命とする限り、スポーツの指導に関する学体系を確立させなければスポーツ実践に関わる教育研究部門が大学に存在すること自体危うくなるからである。このことは決して大袈裟な話ではなく、欧米の大学やわが国の帝大系の大学において近年スポーツ実践系の教育研究部門が軒並み縮小あるいは消失している事実がその危険性を物語っており、スポーツの指導に関する学体系の構築は後進の職域の生き残りをかけた課題でもある。

スポーツの指導に関する学体系の構築がこれまで十分に成就しなかった原因の1つに学体系を表す名称の問題がある。すなわち、これまで「運動学」、「スポーツ方法／運動方法学」、「コーチ学」などの名称の下、スポーツの指導に関する学体系が構築されようとしたが、これらの名称がいずれも普及・定着せず、これに連動して学体系の構築が進まなかった。このような状況の中、近年、「コーチング学」をスポーツの指導に関する学体系の名称として使用する動きが広がっている。すなわち、日本スポーツ方法学会が2010年に日本コーチング学会へと名称変更を行い、併せて日本体育学会体育方法専門領域と組織統合を行ったことにより、コーチング学という名称を冠する学会がスポーツ実践系最大の学会となった。また、博士（コーチング学）という学位を出す大学院博士課程コーチング学専攻が2006年に筑波大学で設立され、次いで2018年に日本体育大学で設立された。さらに、筑波大学を始めとして多くの大学で、スポーツ実践系の分野名称やコース名称としてコーチング学が使われている。したがって、「コーチング学」という名称の下、スポーツの指導に関する学体系の構築を行うことは当を得ていると言えよう。

以下では、コーチング学について、研究領域の構成と一般化の次元の2つの観点から体系化を図ることを論議し、それを踏まえて、コーチング学の学体系の構築にスポーツ実践系学会と体育系大学・学部がどのような役割を果たすべきかについ

* 筑波大学体育系
Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba

て検討を行う。

## ２．コーチング学を構成する研究領域

コーチング学の学体系を構築するためには、コーチング学を構成する研究領域（以下では構成領域と略称する）を検討して特定することが必要と考えられる。というのは、コーチング学の構成領域が特定されることにより初めて、関連の研究知見あるいは知識を体系的に整理することが可能になるからである。

コーチング学の構成領域を特定するためには、コーチが実際に行っている活動を分析することが重要である（中川[5]，図子[14]）。そこで、コーチが実際に行っている活動内容を分析的に考察すると、それにはトレーニング（練習・稽古）、試合（競技・演技）、マネジメント（組織化）の3つの主要な活動があることが分かる（中川[5]）。それゆえ、これら3つの活動内容に対応させて、コーチング学の構成領域を特定することができる。すなわち、「トレーニング論」、「試合論」、「マネジメント論」である（村木[4]，中川[5]）。これら3つの構成領域での具体的な研究内容としては、「トレーニング論」ではトレーニングの目標設定、トレーニングの計画（ピリオダイゼーション）、トレーニングの方法などが、「試合論」では試合の計画、試合の準備、試合中の指揮などが、「マネジメント論」ではクラブの組織化、チームの組織化、選手の発掘とリクルートなどが挙げられる[8) 9) 10)]。

次に、これらのコーチング活動の対象を考察すると、それはチームや選手の競技力／パフォーマンスであることが分かる。すなわち、コーチはチームや選手の優れた競技力／パフォーマンスの達成を目指してトレーニングを行い、試合の準備と指揮を行い、クラブやチームのマネジメントを行っている。したがって、「競技力／パフォーマンス論」を4つめの構成領域として特定することができる（村木[4]，中川[5]）。この「競技力／パフォーマンス論」での具体的な研究内容としては、競技力／パフォーマンスの構造、競技力／パフォーマンスの分析、競技力／パフォーマンスの評価などが挙げられる[8) 9) 10)]。

さらに、コーチの活動内容から導き出される領域ではないが、ちょうど体育科教育学の主要領域の1つに体育教師教育論[11)]があるように、コーチング学においても「コーチ教育論」を重要な構成領域の1つとして特定することが必要であると考えられる。この「コーチ教育論」での具体的な研究内容には、コーチの能力と資質、コーチ教育のカリキュラム、コーチの資格制度などが含まれる[8)]。

以上の論議をまとめたものが図1である。

これを見ると、コーチング学の体系化はスポーツ実践系固有の学問分野だけでなく、スポーツ科学の様々な学問分野の研究が関係することが分かる。例

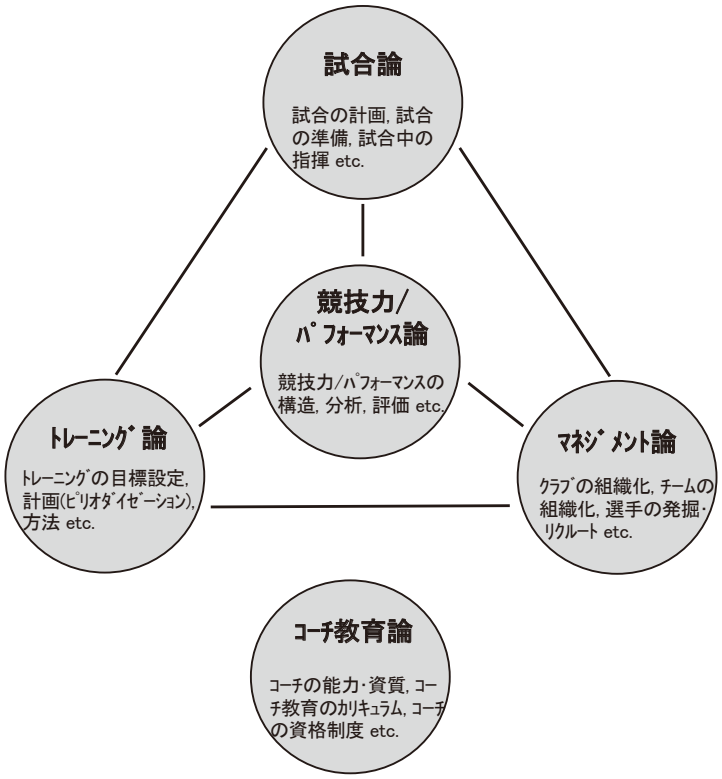


図1　コーチング学の構成領域

えば、トレーニング論におけるトレーニングの方法に関しては運動生理学（体力トレーニング）、バイオメカニクス（技術トレーニング）、スポーツ心理学（心的・知的能力トレーニング）の研究が、試合論における試合の準備に関してはスポーツ医学やスポーツ栄養学の研究が、そしてクラブ・チームの組織化に関してはスポーツ経営学の研究が関係しており、これらの多様な学問分野からの研究知見を統合することがコーチング学の学体系の構築に必要となる。現在のスポーツ科学は、ディシプリン（親学問）ベースで体系化を行ってきたため研究知見を効果的に統合化できないという問題を抱えている[7]。したがって、コーチング学の学体系を構築することは、このような問題を抱えるスポーツ科学を実践的な課題ベースで編成し直す契機になるという二次的効果も期待できるであろう。

### ３. 一般化の次元が異なる３つのコーチング学

わが国では、大学などでコーチング実践に携わっている人が研究者を兼ねていることが多いために、コーチング学の研究は多くの場合スポーツの種目ごとに行われ、これまで多くの研究知見を産み出してきた。しかし、それらの研究知見をスポーツ種目別のコーチング理論として体系的に纏める研究活動については、1970 年代には精力的に行われていたものの、1980 年以降はあまり活発に行われてこなかった（朝岡[1]）。このような状況の中、ようやく最近になって、日本陸上競技学会が主導して『陸上競技のコーチング学』[10] が発刊され、スポーツ種目別コーチング学（以下では種目別コーチング学と略称する）を構築する新たな動きが生まれている。

種目別コーチング学を構築することは、コーチング実践との結びつきを考えると意義があることは論を俟たない。しかしながら一方で、コーチング学の学体系の構築をスポーツ種目ごとで行うことで終始するだけでは、1）発想の蛸壺化・固定化、2）現状の（高くない）競技水準の反映、3）1 つのスポーツ種目内での研究者の少なさなどから、コーチング学の発展に限界をもたらすと考えることもできる。また、体育系大学・学部における指導者養成に関しても、スポーツ種目の増加と教員数の減少という状況を考えると、種目別コーチング学に頼るだけでは実施が困難になる（朝岡[1]）。それゆえ、各スポーツ種目を横断する一般コーチング理論の構築が必要不可欠となる。

すべてのスポーツ種目に通底する一般コーチング学を構築することにより、コーチングに関わる事象について、より本質的な原理・原則が理解できるようになり、スポーツ種目ごとのコーチング理論に新たな発想をもたらすという意義を持つことになる。また、一般コーチング学の構築を通して、異なるスポーツ種目間で概念や用語の統一が図られることになり、その結果として、異なるスポーツ種目間での研究知見の交換や研究者間の交流が活発化するという意義も考えられる。さらに、体育系大学・学部における指導者養成の見地からも、一般コーチング学の構築により、専門家がいないスポーツ種目についても指導者養成の機能を果たすことが可能になるという効果もある。

しかし一方で、一般コーチング学の理論が高い抽象化のレベルにあることから、現場のコーチにとっては現実への適用が難しい観念的なものとして捉えられる危険性がある。また、研究者にとっても競技特性の大きな違いから原理・原則の抽出が困難になるという問題がある。そこで、このような一般コーチング学と種目別コーチング学を橋渡しする役割を意図する理論として、スポーツ類型別コーチング学（以下では類型別コーチング学と略称する）の存在意義が生まれることになる。スポーツ類型別に一般化したコーチング理論には、現実との関連性をより効果的にイメージしながら、本質的な原理・原則の理解を進めることができるという利点がある。また、異なるスポーツ種目の研究者であっても研究対象がより近くなるため、研究知見の交換や研究者間の交流がより一層活発に展開されることも期待できる。

類型別コーチング学を構築する際に行われるスポーツ種目の類型化は、例えば個人スポーツと団体スポーツ、屋外スポーツと屋内スポーツ、道具を使うスポーツと使わないスポーツなど、様々な観点から行うことができる。しかし、より有意義な理論を現場へ提供するという観点からは、競技特性の違い、すなわち競技力／パフォーマンスの特徴に基づきスポーツ種目を類型化してコーチング理論を体系化することが有効であると考えられる。この観点からは、スポーツ種目を測定スポーツ、評定スポーツ、判定スポーツに類型化することが一般に行われる（朝岡[2]）。ただ、判定スポーツについては、それに含まれる球技と格闘技の 2 つのスポーツで競技特性にかなりの違いがあり、それぞれを別々のスポーツ類型として扱った方が効果的である。さらに、格闘技の中の武道を 1 つの特殊なスポーツ類型として取り出すことにも意義が認められる（朝岡[2]）。

以上の論議をまとめたものが図 2 である。

この図に示されているように、一般化の次元が異なる 3 つのコーチング学はそれぞれ相互に影響を及

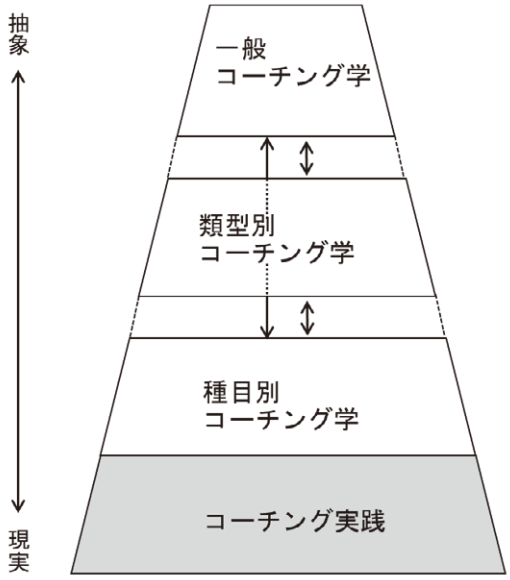


図 2　一般化の次元から見たコーチング学の体系化

ぼし合っていると考えられる。すなわち、一般コーチング学や類型別コーチング学が発展することにより種目別コーチング学の発展が促され、種目別コーチング学の発展が一般コーチング学や類型別コーチング学の発展をもたらすことになる。さらに、一般コーチング学の発展と類型別コーチング学の発展にも同様の相互作用がある。したがって、コーチング学の学体系を効果的に構築するためには、これらの一般化の次元が異なる 3 つのコーチング学の体系化を並行して推進していくことが重要となる。

## 4．スポーツ実践系学会が果たすべき役割

わが国では 1990 年頃からスポーツ実践系の学会が次々と設立され、現在では日本学術会議協力学術研究団体として登録されているものに限定しても 15 のスポーツ実践系学会が存在する（表 1）。この中では、スポーツ種目別の学会が最も数が多く、次にスポーツ種目を限定しない総合学会も幾つか存在する。また、日本武道学会のようなスポーツ類型別の学会もある。

会員数が少なくとも 100 人を超え、中には 1000 人を超える（表 1）これらのスポーツ実践系の学会は、コーチング学の研究者が多数存在すると考えられることから、本来、コーチング学の学体系を構築することに主導的な役割を果たすことができるはずである。しかし実際には、これまでコーチング学に関する個々の研究知見は産み出されてきたが、それらをコーチング学として纏める活動は必ずしも活発に展開されてこなかった。また、日本コーチング学会のような総合学会においても、個々のスポーツ種目別研究が主になっており、その意味では実態はスポーツ種目別の学会とまだほとんど変わらない状況にある（中川[5]）。

数多く存在するスポーツ実践系学会がコーチング学の学体系の構築に効果的に寄与するためには、各学会がコーチング学の構築を学会の主要な目的として掲げる必要があるとともに、スポーツ実践系の学会全体で役割分担をする必要がある。すなわち、スポーツ種目別の学会は種目別コーチング学の構築を、スポーツ類型別の学会は類型別コーチング学の構築をそれぞれ主として担い、そして総合学会は類型別コーチング学と一般コーチング学の構築を主として担うことがスポーツ実践系の学会全体で了解されることが必要となる。

特に、日本コーチング学会のような総合学会では、様々なスポーツ種目の研究者を多数擁することから、スポーツ種目別の学会とは異なる役割を果たすべきである。すなわち、総合学会では、様々な種目の研究者の共同作業による類型別コーチング

表 1　現在我が国に存在するスポーツ実践系の学会

| 会員数[3] | 総合学会 | スポーツ類型別の学会 | スポーツ種目別の学会 |
|---|---|---|---|
| 1000人以上 | 日本コーチング学会（体育学会体育方法専門領域） | | |
| 500～1000人 | 日本トレーニング科学会 | 日本武道学会，日本野外教育学会 | 日本陸上競技学会 |
| 300～500人 | 日本スポーツ運動学会 | | 舞踊学会，日本バレーボール学会 |
| 100～300人 | | | 日本ゴルフ学会，日本体操競技・器械運動学会，日本スキー学会，日本テニス学会，日本バスケットボール学会，日本ハンドボール学会，日本体操学会 |

※日本学術会議協力学術研究団体として登録されている学会が対象。各カテゴリーの中は会員数[3]の順に記載。

学の構築や一般コーチング学の構築へ学会の研究活動の目的を大きくシフトすることが必要である。そのためには、現在進められているような理論書の編集・発刊活動に加え、学会大会のあり方や学会誌のあり方について思い切った変革が必要になる。具体的には、類型別コーチング学や一般コーチング学の構築をテーマにしたシンポジウムを定常的に開催する、学会大会での口頭発表やポスター発表をスポーツ種目でグルーピングするのではなくコーチング学の構成領域でグルーピングして行う、学会誌においてもコーチング学の構成領域でグルーピングして論文を掲載する、学会誌への投稿論文には類型別コーチング学や一般コーチング学への寄与を記載することを必須とする、学会表彰を種目別コーチング学、類型別コーチング学、一般コーチング学に分けて行う、といったような方策が考えられるであろう。

スポーツ実践系の学会においてコーチング学構築に向けた活動はまだ緒についたばかりであるが、最近になって、日本コーチング学会が一般コーチング学と類型別コーチング学の理論書[8) 9)]を相次いで編集・発刊し（今後も発刊が予定されている）、さらに日本陸上競技学会が個別コーチング学の理論書[10)]を編集・発刊するなど、コーチング学の構築に向けた学会の活動が本格的に動き始めている。今後は、このような動きが他のスポーツ実践系の学会にも波及し、コーチング学の学体系の構築が加速化されることが期待される。そのために、スポーツ実践系最大の日本コーチング学会が音頭を取り、コーチング学の学体系の構築に向けたカンファレンスを開催してスポーツ実践系学会全体で意思疎通を図ることも有効な方策となるであろう。

## ５．体育系大学・学部が果たすべき役割

コーチング学の学体系の構築と体育系大学・学部のカリキュラムの改善には相互作用があると考えられる。すなわち、コーチング学の学体系の構築が進めば、当然、体育系大学・学部におけるコーチング学に関するカリキュラムは改善されることになるが、一方で、体育系大学・学部においてコーチング学に関するカリキュラムが適切に編成されることによりコーチング学の学体系の構築が進展する。したがって、コーチング学の学体系の構築を推進する上で、体育系大学･学部が成し得る役割は大きい。

しかし、現状では、コーチング学の学体系を踏まえた形でカリキュラムが適切に編成されている体育系大学・学部はほとんどないと言ってもよい状況にある。そこで、ここでは、国立の体育系大学・学部の中で最も学生数が多い筑波大学体育専門学群のカリキュラムを事例的に取り上げ、改善に向けての方向性を示すことにしたい。

筑波大学体育専門学群のカリキュラムにおけるコーチング学関係の科目を整理したもの[12) 13)]が表2である。

この表2から、「一般コーチング学」「一般トレーニング学」「個別コーチング学」「個別トレーニング学」が専門基礎科目（各1単位）として開設されていることが見て取れる。これは一般コーチング学と種目別コーチング学の差異化を意識したカリキュラム編成を示すものであり、コーチング学の学体系に応じた適切な科目配置と言える。しかし、コーチング学とトレーニング学が並列した形でカリキュラムに位置づけられていることは改善が必要である。もちろん、トレーニング学（トレーニング論）はコーチング学の中核的領域であることは間違いないが、コーチング学全体の体系化を考慮すると、

表2　筑波大学体育専門学群のカリキュラムにおけるコーチング学関係の科目

| | 全学群生が対象 | | 卒業研究領域所属生が対象 |
|---|---|---|---|
| | 専門基礎科目 | 専門科目 | 専門科目 |
| 一般コーチング学 | 一般コーチング学、一般トレーニング学 | スポーツ技術論、スポーツ戦術論、パフォーマンスと体力、メンタルトレーニングの原理と方法、指導者のための体力測定法、スポーツタレント発掘論 | コーチング論・トレニング学演習ⅠⅡⅢ |
| 類型別コーチング学 | | 稽古論、身体表現論 | |
| 種目別コーチング学 | 個別コーチング学、個別トレーニング学、実技理論・実習 | 種目別コーチング演習Ⅰ | 種目別コーチング論演習ⅠⅡⅢ |

コーチング学の1つの構成領域としてトレーニング学（トレーニング論）を位置づけてカリキュラム編成をすべきである。また、「トレーニング学」という用語は、独語圏における包括的な一般指導方法論を内容とする“Trainingslehre”を指すこともあり、その場合には「トレーニング学」は「コーチング学」とほとんど同義になってしまう（朝岡[1]，図子[15]）。したがって、現在ある一般、個別それぞれのコーチング学とトレーニング学の科目を統合して、一般コーチング学（2単位）と種目別コーチング学（2単位）に改めることが必要であろう。

一般化の次元から見たコーチング学の学体系（図2）の内、種目別コーチング学については、上述の「個別コーチング学」と「個別トレーニング学」の他に、実技の学修と融合した形で「種目別コーチング演習Ⅰ」（各自の専門科目）と「実技理論・実習」（8種目選択）が1・2年次に、各卒業研究領域所属の学生対象に「種目別コーチング論演習」が3・4年次にそれぞれ開設されており（表2）、適切な科目配置になっていると考えられる。ただ、現状では、科目名として「陸上競技コーチング論」や「ラグビーコーチング論」のように「学」ではなく「論」が使われているが、種目別コーチング学がコーチング学全体の学体系の中に位置づくとすると、「論」はすべて「学」に切り替えることが必要であろう。

一方、一般コーチング学については、上述した「一般コーチング学」と「一般トレーニング学」の他に、一般コーチング学の構成領域に関係する多くの科目が専門科目として開設されている（表2）。しかし、これらの科目が一般コーチング学として纏まりを持ってカリキュラムに位置づけられているとは言えない。したがって、一般コーチング学の構成領域（図1）に応じた科目精選を再度行い、一般コーチング学としての纏まりを持った形で（5つの構成領域でバランスを取って）カリキュラムに位置づける工夫が必要であると思われる。なお、一般コーチング学の卒業研究領域名として使われている「コーチング論・トレーニング学」についても、既に述べたような理由で「一般コーチング学」に変更すべきであろう。

最後に、類型別コーチング学について表2を見ると、関連するトピックス的な授業が若干あるだけで、類型別コーチング学を直接扱う科目は開設されていないことが分かる。類型別コーチング学には種目別コーチング学と一般コーチング学を橋渡しする重要な役割があり、コーチング学に関するカリキュラムにぜひ含めたい理論科目である。それゆえ、新たな科目として開設するか、あるいは従来の科目の一部として開設するかは検討の余地があるとしても、類型別コーチング学をカリキュラムに早急に位置づけることが望まれる。

全国の体育系大学・学部においてコーチング学に関するカリキュラム改善を迅速に進行させるために、模範となるモデルカリキュラムを提示することができれば、それは大きな意義を持つ。したがって、コーチング学に関するモデルカリキュラムの作成は、コーチング学の構成領域の1つである「コーチ教育論」における喫緊の研究課題になると考えられる。

## 6．おわりに：筑波大学コーチング学分野への期待

筑波大学体育系には、3分野に分かれる教育研究分野の1つとしてコーチング学分野があり、そこには一般コーチング学領域（2領域）と種目別コーチング学領域（15領域）に所属しながらコーチング学を研究する約50人近くの教員が存在する。そして、これらの教員のほとんどが複数のスポーツ実践系学会に所属して活動を行っており、会長や理事などの役員を務めて学会の中核を担っている教員も数多くいる。さらに、多くのコーチング学分野の教員が大学院博士課程コーチング学専攻に関わり、これまで40人を超える博士（コーチング学）を輩出している。したがって、筑波大学コーチング学分野はコーチング学の総本山と見なすことができる組織であり、その活動如何がコーチング学の今後の行く末を大きく左右すると言っても過言ではない。その意味では、ぜひリーダーシップを取って、コーチング学の学体系の構築に向けた研究活動を推進してほしい。もちろん、コーチング学分野のような教育研究部門にとって、実践活動で優れた成果を出すことは重要である。しかし一方で、実践活動での成果を追い求めコーチング実践に専念するだけでは限界があることも認識しなければならない。コーチング学の学体系を構築するための研究活動が実は実践活動での高い成果に繋がっていくこと、加えて、スポーツ実践系の教育研究部門の大学における存在価値の確立に繋がっていくことを再度強調して稿を結ぶことにする。

## 引用文献

1） 朝岡正雄（2010）：学際応用理論という名のアポリア．日本体育学会体育方法専門分科会会報 36：105-110.

2） 朝岡正雄（2017）：競技力とは何か．（編）日本コーチング学会「コーチング学への招待」．大修館書店，66-71.

3） 学会名鑑（2019）：https://gakkai.jst.go.jp/gakkai/（参照日 2019 年 12 月 22 日）
4） 村木征人（2010）：コーチング学研究の小史と展望．コーチング学研究 24：1-13.
5） 中川昭（2010）：「方法学」から「コーチング学」へ．日本体育学会体育方法専門分科会会報 36：95-98.
6） 中川昭（2011）：私の考えるコーチング論：エリートアスリートのコーチング．コーチング学研究 24：89-93.
7） 中川昭（2018）：学会の改革戦略を探る：学会の社会的使命・将来像・名称－実践科学分野の立場から（体育系大学の動向も含めて）－．日本体育学会第 69 回大会 本部企画シンポジウム 3，https://www.jstage.jst.go.jp/article/jspehss/symposium/0/symposium_S3-1/_pdf（参照日 2019 年 12 月 22 日）.
8） 日本コーチング学会編（2017）：コーチング学への招待，大修館書店 .
9） 日本コーチング学会編（2019）：球技のコーチング学，大修館書店.
10） 日本陸上競技学会編（2020）：陸上競技のコーチング学，大修館書店 .
11） 岡出美則・友添秀則・松田恵示・近藤智靖編（2015）：体育科教育学の現在，創文企画 .
12） 筑波大学教育推進部教育推進課（2019）：平成 31（2019）年度筑波大学開設授業科目一覧．480-495.
13） 筑波大学教育推進部教育推進課（2019）：平成 31（2019）年度履修要覧．261-265.
14） 図子浩二（2010）：スポーツ選手や指導者に役立つ実践の学としてのコーチング学の一つの方向性．日本体育学会体育方法専門分科会会報 36：99-104.
15） 図子浩二（2014）：コーチングモデルと体育系大学で行うべき一般コーチング学の内容．コーチング学研究 27：149-161.