

阿久志コーチの指導日記 「進級テスト」

11月28日(水) 目標級 しずく4級~1級 在籍10人 指導人数 8人
テスト種目 しずく4級→平泳ぎ25m しずく3級→片手バタフライ25m
しずく2級→バタフライ25m しずく1級→クロール50m

今日は進級テスト。昨日全員が合格する夢を見たけど正夢にはならなかった。どうして夢にまで出たのか考えてみるに、1人も受からないのではないかと僕自身の不安からだったのではないかと思う。でも4人受かってくれてひと安心。

中でも博之くん、直樹くんのバタフライはうまくなった。2人の合格には我ながら満足している。特に直樹君はテスト1回目なのに合格。センスの良さを感じる。

テスト3回目の智子ちゃんは今日も不合格にした。ずいぶんがっかりした様子だった。でもまだ平泳ぎの手と足が一緒になっている。何回言っても直らない。ここでしっかり教えておかないと上の班に行って苦労するのは智子ちゃん自身だ。お母さんからは先月「ギャラリーから見る限りうまく泳げているのにどうして?」と苦言をもらったけど、ここはコーチの僕に任せてほしい。

でもまた何か言われそうだ・・・。

阿久志



辺手蘭コーチからのアドバイス

智子ちゃんを不合格にした理由、私には理解できるよ。でも、そのことがちゃんと智子ちゃんやお母さんに伝わっているかどうか問題。進級テストに受からなかった悔しさをバネして練習を頑張り、次のテストに受かったときにこそ智子ちゃんに自信が生まれ、スイミングの本当の楽しさを知ることができる。それを保護者に理解していただくこともコーチの仕事です。

それと、気になるのは手足のタイミングがおかしいのを智子ちゃんのセンスのせいにしてはいないかということ。まずは自分の指導を疑ってみないと。幼い子供にとって言葉の指導には限界があるから、2キック1ストロークの練習を多く取り入れるなどして体で覚えさせてみてはどう?

8人中4人合格、良かったですね。でも合格率50%で満足してはダメ。次は全員合格させるつもりで指導しないと。それには、ひとり一人どこをどう直す必要があるのかをコーチ自身がしっかり把握しておくことが大事。

ガンバレ!! 応援してるよ。

