

2022、1、11

# 直方ミニバスケットボールクラブだより

2022年スタート



「自律」の力を育む



1月10日（月）、2022年のスタートをきりました。正月休みで2週間空いた後の久しぶりの練習でしたが、子どもたちも動くことを楽しんでいるようで意欲を感じました。しかし、さすがに体力的なもの、感覚的なもの、技術的なものは、にぶっているところもあり、初日は、それをとりもどすための一日でした。練習終了時に、「昨年末（休み前）の自分の状態を100とすると、今日の自分の状態はどれくらいだった？」と尋ねると、ほとんどが60～70と自己評価していました。一人80という評価をしていましたが、「なるほど」と思える動きを示していました。

日頃から、「自分で自分を知ることの大切さ」は、事あるたびに求めています。子どもは、おとなの声かけやかかわり次第で、自分を意識することができます。学校教育のなかでも「自己認識力」と言って、広い意味の「学力」として重要視しています（学力とは点数だけではありません）。自分で自分のことを見つめる力がつくと、さまざまなことで頑張ることができたり、状態が悪くなりかけるとき歯止めをかけることができたりします。

活動を通じて、自分のことをふりかえり、自覚を促す場面は日常のミーティングや、試合後のクラブノートなどを活用しながら行っています。子どもの主体性（自分で考え判断し行動する力）は、自分で自分のこと（よさや課題）を知ることなしには育ちません。自分のことを知り、それを改善したい、できるようになりたい、分かるようになりたいと思うことがなければ、自らががんばることができません。無理やりやらされる、いやいやさせられることはあっても、それではなかなか力がつきません。

箱根駅伝で優勝した青山学院大学の原監督が、インタビューに応えるかたちで「自立」ではなく「自律」の大切さについて語る場面がありました。それには、まったく同感です。「自立」は読んで字のごとく、自ら立つ（自分のことは自分です）という意味です。それに対して「自律」は、自らを律する（自分で自分をコントロールする）という意味です。言われたことだけを言われた通りにするだけの選手では伸びません。自分がすべきことを自分で考え（発想し）、自分で決めて、やりぬくことが大事です。自分で決めたことだから、体力的にはしんどくても自分を鍛えることを楽しむことができます。そのためには、自分で自分を律することができる子でないと、このような姿にはなりません。「自律」をぬぎに「自立」は成立しません。だから「自律」の力を育てることに注力します。

このことはスポーツに限ったことではなく、学校の勉強も同様で、指導者のかかわり方が重要です。単に技術を教える、勉強を教えるということでは、真の学力は身につけません。むしろ、子ども自身が「学ぶ力」を身につけていくことの方がよほど重要で、それは生涯にわたって生きる力となります。その力が身につくように教育していくことが、私たち指導者、おとなに求められます。