

## 議題：成人スクール新しいクラスのコ​​ンセプトについて

今秋から『成人スクール』にて、新しいコンセプトによるスクールを何クラスか開講しようと思っています。新しいクラスのコ​​ンセプトは“ワクワク楽しい”です。そこで、今回のミーティングでは「スポーツの楽しさ」について考えてみました。

## 論点：スポーツの楽しさって、何？

### キーワード1 【達成感】

コーチ A 「まずは、皆さんがスポーツをしていて「楽しい！」と感じたことを教えてください」

コーチ B 「なかなかうまくいかない中で、やっとうまくいった時の達成感は格別です！」

コーチ C 「例えば、相手の前衛のサイドを抜く練習をしていて、相手に読まれてなかなか抜けなかったり、力みすぎてアウトやネットしたり...そんな時の相手の前衛がまた、ニヤニヤしてるんだよね...(/ \)」

コーチ D 「そうそう。で、そんな中で快心のショットがスコーンってサイドを抜けて入ったりすると、もうサイコー(((o(\*´`\*)o))) 今までのミスが全部吹っ飛ばよね！」

### キーワード2 【仲間の心意気】

コーチ A 「失敗ばかりの時って、パートナーに申し訳ないって思いませんか!？」

コーチ B 「はい！チャレンジはいいことだけど、仲間にあまりに迷惑をかけすぎていないか心配になります。」

コーチ A 「そんな時は、どうしますか!？」

コーチ D 「私は、その仲間に笑顔で「ドンマイ！」って声をかけてもらったとき、本当に救われました。まるで「僕にも同じ経験があるから、その痛みはよくわかるよ。何度でもチャレンジしていいよ！好きなようにやっていいよ！」と言っているように聞こえました。(T-T)感動」

コーチ C 「うまいプレーはできていなくても、心が通じているなって感じられる、最高の瞬間ですよね！(T-T)カカ」

### キーワード3 【共感】

コーチ D 「そんな中でうまくいったとき、自分も嬉しいけど仲間も喜んでくれるんだよね！」

コーチ B 「仲間とのハイタッチは、最高ですよね！」

コーチ A 「相手の前衛まで「やるな～」って、笑ってたりしますよね！」

コーチ C 「まさに、“喜びが共有できた瞬間”ですね！」

#### キーワード4 【アドレナリン】

コーチ D「私、コーチをしていてなんなんです、実は“口下手”なんです。...でも、そんな私でも、スポーツをして汗をかくとなぜかいろんなことを自然に話せるんです！」

コーチ B「あるある！ひと汗かくと、一緒に汗を流した相手と自然と親しくなれますよね。」

コーチ A「スポーツで汗を流すことで、自然に仲間が増えるってのも、楽しいところですよ！」

### スポーツの楽しさとは【まとめ】

私たちは今回、スポーツの楽しさとは、「その一瞬一瞬を、自分独自のアイデアで切り抜けようとするスリル感」であり、「誰もが“果敢なチャレンジャー”になれる」という部分に着目しました。

私たちコーチが、生徒さんのプレー中のそのときどきの判断を「正しかった」とか「間違っていた」といった結果論のみで結論づけていると、生徒さんの意識は自然に、ポイントが取れば「正解」、取れなければ「失敗」という考え方に偏ってしまう危険性があります。これにより、成功した場合のみ楽しんで、失敗はよくないことで楽しめない、という感性ができあがってしまいます。また、スポーツが持つ楽しさには、「自由な発想によるプレー」であったり、「難易度の高いことに挑戦する楽しさ」などがあり、プレー中の判断というのも「個人独自の自由なもの」であり、「個性豊かな想像力の結果」であるはずで、これらの要素をふまえて行動することがまさに「スポーツをする」ことであり、「スポーツの楽しさの追求」であると思います。

そんな中で、私たちコーチの役割とは何でしょうか。

間違いを指摘することでしょうか？すぐに正しい方法をアドバイスすることでしょうか？

いいえ。まず必要なのは、プレーヤーの決断・実行を尊重する視点を持つことだと思います。戦術面で、私たちが「より良い方法」を知っているのは、過去に数え切れない程の失敗を体験しているからです。ですから、あらゆる場面において「どうすべきか」を体験的に理解しています。スクールを、“単なる習い事”の域を脱して、そのような多くの体験を生徒さんにもしていただき、その中から「良い方法」を見つけ出していくプロセスが重要ではないかと思います。そして、このプロセスが“スポーツ本来の楽しさ”でもあると思います。

また、生徒さんが果敢にチャレンジして失敗した場合に、私たちはそれをいつも温かく見守り応援する気持ちがとても必要だと思います。私たちが、「失敗してもいいんですよ」という雰囲気を作ることで、生徒さん自身から「チャレンジしよう！」という気持ちになっていただけたら嬉しいと思います。この雰囲気の中でなら、「スリル感を楽しむ」ことや、「喜びや苦しみを仲間と共有する」ことなど、スポーツから得られる本当の“楽しさ”を実感していただけたらと思います。

「ワクワク(((o(\*´`\*)o)))ドキドキ(p`´);(;´`q)楽しいクラス」開講に向けて、生徒さんたちが本当に楽しめるカタチを創り出したいと思います。