

直方ミニバスケットボールクラブだより

見る力、聞く力、話す力



スポーツも昔とは違い、科学する時代です。単に「運動が得意」とか「運動神経がいい」とかだけで評価される時代ではなくなっています。スポーツ科学、医学、栄養学、生理学、心理学等々、さまざまな専門分野の研究が総合的に寄せられて選手の能力向上がはかれる時代です。一人のアスリートに各分野から多くのスタッフが寄せられコーチング・サポートチームが編成され、育成・強化が進められています。一人のアスリートは、そのチームの一表現者として光を浴びています。

小学生がスポーツに接するのは、体力向上のため、友だちとのつながり、その種目への興味・関心などさまざまですが、いずれにおいても自他ともに、選手としての期待をかけて近づきます。それはそれでOKですが、実際のスポーツの世界は多様であること、特に、生涯にわたってつきあっていくときの選択肢は多岐にわたっていることを知っておいてほしいと思っています。

今はもちろん自分が体を動かし、好きで選んだスポーツをたっぷり楽しんでほしいと思いますが、先々の選択肢は多岐にわたること、プレーヤーとしてさらに上達しようと思えば、「スポーツを科学する力」をもつ努力をすることの大切さを知っていてほしいと思っています。それで、練習中、短時間でも「学びの時間」を設けています。

子どもたちには、頭を使うことを求めています。頭を使うというのは、脳を使うということですが、脳を使うというのは、子どものレベルで言うと、具体的には、「見る」「聞く」「話す」（書く）ことです。

「聞く」ことについて。子どもを集めて話しているとき、「ああこの子、今聞けてないな」というのは、すぐわかります。教員時代、教室で授業していても見てとれて、よく声をかけていました。「人の話は目で聞く」という言い方もしますが、「聞く」ということは「見る」ことでもあります。話してるときに、目線の合わない子には話が入っていないことが多いです。

「見る」ことについて。実際に目の前で起こる事象を「見る」ことのできない子は、学んでいない状態と言えます。その場合、なかなか上達できません。

「見る」というのは、自分の中にイメージを残すことになります。いいプレー

を見ると、それがイメージとして残り、脳がキャッチしたプレーイメージを体が再現しようとしてします。個人差はありますが、練習を繰り返すことで、徐々にイメージ通りに体がプレーを再現できるようになります。「見る」ことのできない子は、イメージが持てないので、正しいプレースタイルを再現することがなかなかできません。その意味で、いいものを見るというのは、とても効果的な練習方法です。目の当たりにした、いいプレーを自分の中で何度も反すうすることによって再現性を高める「イメージトレーニング」が、プロでも重要視されているのはそのためでもあります。

日々の活動場面でも、新しい練習メニューを入れるとき、自分ができないプレーを練習するとき、ゲームのときなど、「見る」ことによって学ぶ場面は随所にあります。「見る」ことのできる子は必ず成長します。「まねる」ことができるのは、よく「見ている」ことの証明です。いいものを見て「まねる」のが、正しいものを身につけていくコツです。これは、スポーツに限らず、生活習慣や学習習慣等においても同様です。日々の生活のなかで、できるだけいいモデル（手本）を見ることができると、よいものが身につけやすいと言えます。

「話す」ことについて。「話す」ことも重要な学びの方法です。学んでいるものを自分の口で、自分のことばで語れるようになれば定着します。学んでいても、なかなかことばで表現するまでには至らないことはよくあります。「学び」があいまいな状態でとどまっている段階です。「自分では問題は解けたけど、説明する（教える）ことはできない」という段階です。その段階で留まると、「学び」は定着せず、忘れてしまう可能性が高いということです。自分のことばで表現できるところまでいくと、「学び」が確かなものになり、定着します。

学校で、集団で、「学ぶ」意義は、ここに 있습니다。一人学びでは「対話」が生まれません。学びは「話す」ことによって確かなものになっていきます。これからの教育で「対話」という方法が重要視されるようになった背景には、学習の定着度をあげることがあります。

バスケットの練習でも、子どもによく問うようにしています。簡単なことしかたずねないようにしていますが、それでもことばを使って応えるのって、以前の『たより』にも書いたように、日本の子どもたちは苦手です。6年生を中心に「リーダーシップ」を求めますが、その核になる力は表現力です。高学年の子が、もっと表現する力を身につけて、チームをしっかりリードし、つくってほしいですね。

国が、教育のありようを変えて、日本の子どもたちも堂々と自分の考えを述べる力をつけなければ、グローバル化した世界の潮流にのっていきることができ

ないという危機感のあらわれでもあります。直方クラブでは、以前から、自分のことは自分で話せる力を大事にしてきていることとつながります。それでも、まだ十分ではありません。もっと表現力は、のばしていかなければなりません。