

IV章 少年少女に関わる指導者の心がまえ

小学生、中学生の年代は、肉体的・精神的に発育発達がめまぐるしく、不安定ともいえる。その世代に対して、少林寺拳法を通して向き合う指導者の影響は非常に大きいと心得なければならない。指導者は、少年少女の成長に携わっていることを忘れてはならず、常に社会常識に照らし合わせて自己研鑽^{けんさん}を積むことが肝要である。

1. 指導者の心がまえ

今日、武道・スポーツ界で無視することのできない重要な問題として、各種ハラスメントがある。

武道・スポーツ界では、指導する側と教わる側という構図ができやすいため、その関係性を立場の強弱と誤解してしまうと、各種ハラスメントに発展する危険性が高くなる。この危険性を助長するのが「教えてやっている」「誰のおかげで良い成績を取められたのか」という指導者主体の意識である。

スポーツ・武道の指導者は、指導現場における主役ではない。

日本スポーツ協会は、近年「プレイヤーズセンタード」を唱え、スポーツ・武道をする人を中心において指導現場を構築することが重要であると説いている。

これは少林寺拳法においても同様であり、本書の冒頭に解説した創始者・宗道臣の志に照らし合わせても、外すことのできない重要な姿勢である。少林寺拳法はその技術を修得することが目的ではなく、その過程において人間的に成長し、社会に役立つ人材となることを目的としている。

将来の人材たる少年少女を主役と認識し、指導者はその伴走・補助者という意識で指導に取り組んでほしい。

指導後、想定していた理解や成果が得られない場合、指導者は自らの指導の足跡を総括する必要がある。それを抜きに、教わる側の姿勢や資質の問題にしてしまうのは、現代の教育者として致命的である。

総括にあたっては、拳士一人一人の違いを認め、個々の理解度を絶対評価(相対評価ではない)しようと努めることが重要である。指導者が拳士に一律の基準や願望を押しつけ、勝手な期待を持つことは厳に慎まなければならない。

また、指導者は「常に見られている」という意識を持ち、襟を正す気持ちを欠かさないことも重要である。

2. 個性を尊重する

「十人十色」といわれるように、人はそれぞれ異なる個性を持っており、特に、少年少女世代においては、身心両面の発育発達状況の違いにより、それぞれの個性に差が出てくるため、指導者には、全体を導きながらも、個々の個性に対応した指導を行うことが求められる。

個性によっては、指導者の期待する習熟レベルに到達しないこともあり得る。そのような場合は、個別に対話をして対象者の問題点を取り除き、適切な目標レベルを再設定することも必要となる。

また性の多様性についても、決して差別的と受け止められるような発言や指導法をしないよう、適切な指導を心がけなければならない。

3. 前向きな言葉がけ

指導者が用いる言葉には責任が伴う。ひと時の感情に身を任せて、口をついて出てしまうような言葉は厳に慎むべきである。

言葉を発するにあたっては、その言葉がどのように受け止められるのか、意図と異なる受け止め方をされる可能性はないかと考慮し、適切なものを選択するように心がけること。言葉を発した直後は、期待したとおりに言葉が受け止められているのか、聞き手の反応から想像して検証することが重要である。

また、否定的な言葉よりも、前向きな言葉の方が受け入れられやすいことは周知の通りである。聞いた者がやる気を発するような言葉がけを意識してほしい。

4. 見て、真似させる

少林寺拳法の技法は、手、足はもちろん、体重移動や体軸の動きなど、微妙なコツが全身に散りばめられている。言葉では表現しづらいポイント等については、実際に指導者が手本を見せて、その動きを真似させることも大切である。

但し、細部にこだわりすぎるあまり、技法全体

がぼやけてしまうことのないよう、そのバランスを取りながら、真似させ、導くことも重要である。

5. 端的でわかりやすい説明（言葉づかい）

特に少年少女指導においては語彙の選択に気をつけなければならない。学年によって習得している語彙が異なるので、指導者は対象者を見極め、理解できる語彙の中から選択して説明するようにすること。

また、一度に多くのことを伝えるのは混乱のもととなる。あらかじめ指導のポイントを整理しておき、一回の説明では一つのことを説明するにとどめること。それを反復させたあと、新たな視点を（一つ）与えるようにする。

なお、昇格考試や大会は、拳士が集中・奮起する機会として有効であり、指導者としてもこれを目標として励ますことは悪いことではない。ただ、勝利至上主義に陥り、成績を追い求めるあまり、無理・無茶な修練メニューを組んだり、成績不振に対して攻撃的な姿勢になったりすることはあってはならない。目標設定にあたっては、指導者と拳士でしっかりと話し合い、なぜ、何のためにそこを目指すのか、共通認識しておくようにすること。

6. 安全への配慮

修練の開始前には、十分に準備運動を行うようにすること。また、時期を問わず、適切に水分補給と休息ができるメニューを組むこと。特に少年少女指導においては、体の温まり具合や喉の渇き具合について自覚できないことも想像される。指導者側から積極的にそのための時間を設ける配慮が必要である。

体調がすぐれないときには、それをすぐに申告できる仕組みや雰囲気づくりも指導者の責任である。万が一、体調不良が悪化した場合の対応についても、想定を欠かさず、必要な仕組みや体制を整えておくこと。

また、突起物や滑りやすい箇所など、道場の安全点検も欠かさないようにすること。

7. 生涯修行に向けた動機づけ

少林寺拳法は人間完成の道である。よって、その修行に終わりはない。少林寺拳法の修行体系も経験年数に応じて難易度が高まる構成となっているので、長く楽しむことができる。

指導者は意識して生涯修行の重要性を伝えるようにすること。機会を見つけて、少し高いレベルの拳士・技法を見せることで、さらに成長を志すきっかけになることも期待できる。



