

「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに 挑戦しよう！

養正館館長・渡辺貴斗

第54回



子どもたちに伝えることば（その5）

ワンフレーズの指導3「事前に短く指示」

★休憩中にやっておけよ！

休憩の前に「お互いに礼」、「ありがとうございます」と言って休憩に入ります。すると、やんちゃな男の子たちはさっそく走り回って他の子に頭をぶつけたり、一人の子の上にみんなで覆いかぶさったり、危ない遊びをします。「こら、走ったり、小さい子を蹴ったりするな！」と言って怒鳴ることになり、指導者もおちおち休憩してられません。

そこで、養正館では、休憩前に「やったらいけないこと、2つは何ですか？」と子供たちと確認しています。すると、「走ることです！」「みんなを叩いたり、キックしません！」など答え、子供たちは数分間ルールをきちんと守ります。

ここで休憩を切り上げて稽古を再開すると今度は、「先生、トイレに行っていていいですか？」「先生、水筒の水飲んでいいですか？」などと言いに来る子が必ずいて、「なぜ、休憩中にやっておかなかったんだ！」と怒鳴ることになります。さらに、帯がとれてしまって上半身裸に近い幼児が遠くに見えます。「おい、帯をしばっておけよ！ 何で休憩中にしばっておかないんだ！」と叱ると、「自分で帯しばれません」となり、他の子たちはこのやり取りを我慢して聞いていられないので、休憩は終わっているのに再び走り回って遊び出し、指導者の怒りは沸点に達するのです。

★指示は複数回に分ける

このように事前の指示を徹底しておかないと、子供たちは混乱してしまいます。そこで、次のように

指示を徹底するとします。

「①危ないので走らない」「②叩いたり、蹴ったり、危険な遊びをしない」「③帯を縛っておく」「④水を飲んでおく」「⑤トイレに行っておく」

と休憩前にすべてを子供たちと確認し確実に指示します。すると、何とまでも子供たちは指示通り動かず、道場内は無法地帯さながら混乱をきたします。そして、「言ったとおりにやりなさい！」と指導者の怒りは再び沸点に達してしまいます。

なぜこんなことになってしまったのでしょうか？

それは、指導者が一度にすべての指示を出したからで、子供たちは5つどころかたった1つの指示でさえ覚えていられなかったのです。

そこで、休憩前には、**「やってはいけないこと2つ」**に絞り、休憩の中盤で **「やっておくべきこと3つ」**に分ければ、メモリーの少ない幼児でも、よく理解し指示に従うことができるようになるのです。

実際の指導は、休憩終了2分前の時点で、「そろそろ休憩が終わります。休憩は、あと残り2分です。みなさん、やっておくべきこと3つはなんですか」と確認します。「帯をしばっておきます」「水を飲んでおきます」「トイレに行っておきます」などと発表します。そうすれば、休憩明けの稽古が始まっても「トイレに行っていていいですか？」と言って来る子はいません。

高学年のクラスでは自己管理ができていますので、事前の指示は一切必要ありません。クラスのレベル、年齢層を見て、指示内容を必要最低限となるよう取捨選択していくとよいでしょう。

★子供のメモリーは少ない

「事前に何も指示せず、あとでできていないと叱る」、また、「たくさんの指示を一度にして指示通りにできない子を叱る」、どちらも指導者に問題があることが分かりますね。子供のメモリーはとても少ないので、一度にたくさんの指示を出しても覚えてもらえません。

特に ADHD など発達障害の子はメモリーが極端に少ないので、指示は1つしか覚えられないと言われています（その1つでさえ容易には覚えられない）。子供たちのこれら特性を踏まえ、「端的に1つの指示を出し」、「望ましい行動をとったら次の指示をまた1つ出す」ようにすると指導者もイライラすることなく、子供たちも叱られることもないので自己肯定感を下げることなく稽古に取り組んでいけます。子どもを叱ったり怒鳴る前に、指導者は「自分に問題が無いか」と振り返ることができると、指導力を向上させることができますね。

★自分の発した言葉には素直に従う

本当はこちらから指示するのではなく、子供たち自身の言葉で守るべきことが確認できると最高で

す。時間の無い時は私が指示しますが、できるだけ子供たちに発表させ、子供たち自身の言葉をみんなで共有するようにします。

人は子供に限らず、他人からの指示命令には従いたくありませんが、自分の言葉や、仲間の言葉には素直に従うことができるのです。自分の言葉で発表した子は、自分の言葉に素直に従えるので、トイレ、帯しぼりなど自分がすべき行動をすばやく済ませ、さらに、周りの小さな子の面倒までお節介にも見始めることでしょう。指導者のちょっとした声掛けの工夫で、子供たち自ら、生き生きと積極的に行動がとれるようになるのです。

PROFILE

■渡辺貴斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。7歳から父である館長から空手の手ほどきを受ける。児童心理学や成功哲学を研究して子どもたちの「心をつくる」指導法に切り替え、2013年5名、2014年・2015年7名、2016年5名、2017年9名、2018年・2019年5名を全少入賞させ、一道場での全国最多入賞数の記録更新中。道場経営でも、一道場で350名を超える大躍進を続ける。



空手道場 養正館／静岡県沼津市本田町 11-12



全日本武道錬成大会で優良賞2チーム！

7月27日（土）に日本武道館（東京都千代田区）で、「全日本少年少女武道錬成大会」が開催されました。錬成大会は、まず点数制で団体形を競技し、上位チームが団体組手に進みます。普段から、形と組手の両方をバランスよく稽古していないと入賞できません。

- 1・2年 養正館Dが優良賞（2位）／尾花叶真・大古田煌生・井野裕斗
- 3・4年 養正館Dが優良賞（2位）／安齋みな花・阿部心春・林颯希・中島暖太
- 5・6年 養正館Aが努力賞（5位）／望月結以・櫻井香穂里・長島心華

という結果でした。

なお、3・4年チームは固定メンバーで、2年前の優秀賞（1位）、去年の優良賞（2位）につづき、3年連続で2位以上の成績を収めることができました。



【1・2年 養正館D】
左から、尾花叶真・大古田煌生・井野裕斗



【3・4年 養正館D】
左から、安齋みな花・阿部心春・林颯希・中島暖太