指導の狙いと面白さ日時:10月17日(土)14時~ 形式:Z00M 講師:三枝大地 バレーボールU17/18女子日本代表チーム監督 味の素ナショナルトレーニングセンター専任コーチングディレクター

開始にあたっての準備

■参加者は可能ならばビデオ機能をON設定して参加

№自分以外の発信者が話す時は、オーディオ機能はOFF設定

ピ安定したインターネット環境をご準備ください。

2

本日のルール

受守秘義務:安心安全の場づくり

№相互信頼:正解不正解を求めない。違う考え方を尊重する。

曖挑戦:色眼鏡、個々の常識を横に置いて参加

お願い

■積極的な非言語コミュニケーション(聴き手の反応)

❷受動的でなく、能動的に場を創り上げるマインドで参加

ご講義中、グループワーク後の気づきや学びなどは、どんどんと チャットに書き込み、皆様と共有していきましょう。

目次

■指導の狙い、コーチングについて

■指導者として大切にしている事・・・

●体罰について

■どうしたら主体性のある選手が生まれるか

■取り組み例

NOBODY IS RIGHT

『NOBODY IS RIGHT』 作詞・作曲:中島みゆき NOBODY IS RIGHT NOBODY IS RIGHT

もしもわたしが全て正しくて とても正しくて周りを見れば 世にある限り全てのものは わたし以外は間違いばかり

もしもあなたが全て正しくて とても正しくて周りを見れば 世にある限り全てのものは あなた以外は間違いばかり

辛いだろうねその一日は 嫌いな人しか出会えない 寒いだろうねその一生は 軽蔑だけしか抱けない 正しさと正しさとが 相容れないのは一体何故なんだ

NOBODY IS RIGHT NOBODY IS RIGHT NOBODY IS RIGHT 正しさは NOBODY IS RIGHT NOBODY IS RIGHT 道具じゃない

アンダーエイジカテゴリーの指導について

❷目的

- ・将来シニアチームで活躍する選手の発掘、育成、強化
- ・バレーボールを通しての学びによって、社会を変えて いく原動力になる選手、人間の育成



アンダーエイジカテゴリーの指導について

「財を残すは下、事業を残すは中、人を残すは上なり」 後藤 新平 医師 官僚 政治家 1857~1929

⇒「結果だけを残すは下、チーム体制を残すは中、

人材を残すは上なり」

10

具体的に指導で目指すところ

- ❷日本を変えていく選手、指導者、人財育成
- ◎主体的に活動する選手、人間育成
- ❷質の高い発信力のある選手、人間育成
- ❷疑問を持つ選手、人間づくり

※メタ認知 認知していることを認知すること

❷見えない世界を見せてやる

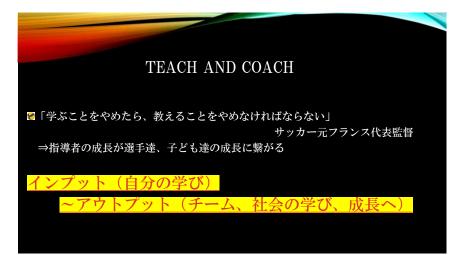
アンダーエイジカテゴリーの指導について

❷目標

アジア選手権金メダル ⇒ 世界選手権金メダル ※通過点

具体的に指導で目指すところ

全て結果が伴わなければ説得力なし



13 14

指導とは・・・ □指導とは・・・ □1ミュニケーション (バーバル・ノンバーバル) 対話をする事が大変重要である!! ⇒自身の指導を受けてみたい? ※指導者の指導ビデオを撮る!

指導とは・・・
 ・スポーツ指導者とは? By日本スポーツ協会 所属、立場、地位、名誉、勝利・・・
 ・皆、良かれと思ってやっている ⇒ 目的と手段の混同

15

Δ

第 1 章

指導者の役割 I

■ スポーツ指導者とは

スポーツ指導者とは、プレーヤー自身が "なりたい" と思う自分に近づくために、 その活動をサポートする存在であるとともに、スポーツの意義と価値を社会に発信 し、望ましい社会の実現に貢献するという役割を担う存在である。

本テキストは、日本体育協会の公認スポーツ指導者養成講習会のすべての受講者が 使用するテキストであり、本項が、日本体育協会が考える「望ましいスポーツ指導者 像」の基本である。

ここでは、スポーツの意義と価値とは何か、スポーツ指導者がスポーツの意義と価値を理解していなければならない理由とは何か、スポーツが社会の中で行われていることを、なぜ意識することが必要なのかを踏まえたうえで、スポーツ指導者が持つべき心構えや視点について考えていきたい。

コミュニケーション



≧どれだけピンポイントに伝わる例え話ができるか。

⇒具体的で、自分事に感じる話

※早く⇒1秒で、かなり決まった⇒70%決定、<mark>共通言語を創る</mark>

*****TEACH

17

コミュニケーション



●何を話すか、伝えたかでなく、何を引き出すか

€COACH

※何しに?

伝え方・引き出し方

❷信頼関係。心理的安全性。パワーバランス。 ※目をつぶって・・・

❷言葉がけ。しつもんコーチング。

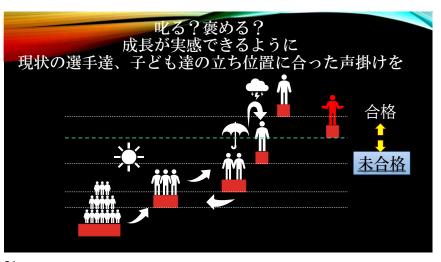
例)右手?左手? 今日は何があった? 今日は何かあった?

№全員に役割と責任を与える(帰属意識・存在意義)

図明日の試合を確実に負けるには? 体罰を増やすには?



19



指導者として大切にしている事・・・

②今、できないだけ。チャレンジし続ける。

③目的・目標明確に。

②分野を超えて学ぶ、世界と繋ぐ。

③概念を覆す。

②バレーボールを知る前に人間を知る。

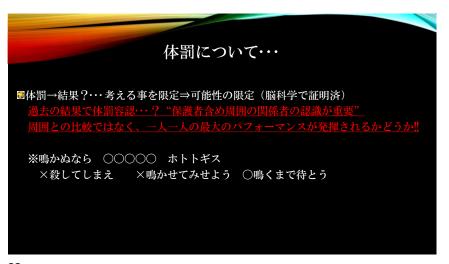
◇り方でなくあり方し

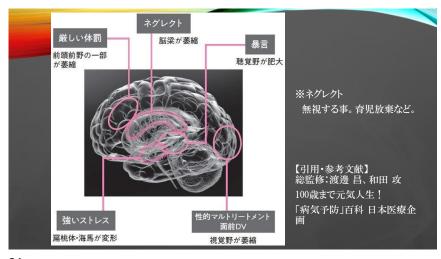
③コート内外は同じ。

③指導者がいなくなっても成長し続ける選手育成

〈お導者がいなきゃ選手が育たない

21 22





23

前頭前野

「脳の司令塔」と呼ばれ、意思や計画性、判断、創造、記憶、抑制、集中など、人間の行動のキーになる働きを司っている

砂脳薬

頭の中心にあって,左右の脳(右脳と左脳)をつなぐ働きをしている。脳梁を切ってしまうと、右脳と左脳の間の神経線維の連絡が断たれて、バランスよく働かなくなる。

◎聴覚野

聴覚(音)に関わる聴覚伝導路の最高中枢。聴覚、言語、音楽の処理の神経的な要所。

偏桃体·海馬

偏桃体:恐怖感、不安、悲しみ、喜び、直観力、痛み、記憶、価値判断、情動の処理、交感神経に関与。 海馬:目、耳、鼻からの短期的記憶や情報の制御。恐怖・攻撃・性行動・快楽反応にも関与。アルツハイ マーは海馬の委縮から発症する。

。視覚野

網膜から直接伝達情報を受け取る。運動、物体の位置や、眼や腕の制御、特に視覚情報を用いたサッカードや到達運動に関連。 ※サッカード=急速眼球運動

25



デンマークの少年サッカーの 10 か条

- ①子どもたちはあなたのモノではない。
- ②子どもたちはサッカーに夢中だ。
- ③子どもたちはあなたとともにサッカー人生を歩んでいる。
- ④子どもたちから求められることはあっても、あなたから求めてはいけない。
- ⑤あなたの欲望を、子どもたちを介して満たしてはならない。
- ⑥アドバイスはしても、あなたの考えを押し付けてはいけない。
- ⑦子どもの体を守ること。しかし子どもたちの魂まで踏み込んではいけない。
- ⑧コーチは子どもの心になること。しかし子どもたちに大人のサッカーをさせてはいけない。
- ⑨コーチが子どもたちのサッカー人生をサポートすることは大切だ。しかし、自分で考えさせることが必要だ。
- ⑩コーチは子どもを教え導くことはできる。しかし、勝つことが大切か否かを決めるのは子どもたち自身だ。

26





Tell me and I forget.
Teach me and I remember.
Involve me and I learn.

言われたことは、忘れる。
教わったことは、覚える。
参画したことは、学ぶ。

※参画=事業・政策などの計画に加わること

Benjamin Franklin
アメリカの政治家・物理学者・気象学者。アリカの独立に大きく貢献したことで、アメリカ合衆国建国の父として讃えられる。現在の来100ドル紙幣に肖像が描かれている。

アウトプットには参画、学びが必要

29 30

では、時間がない中でも右側の取り組みで、左側のチームよりも強くなるには?
指導スピードを上げていくには?
何かひとつだけでなく、様々なものを同時に学び、広い視野を持ちながら、多くの方々の力を借りて、カテゴリーを超えて連携しながら進めていく(より低い年齢で考え、判断し、決断し、行動できる人間、選手の育成)
教わったこと・覚える(指導者→選手2か月に1つ)
参画したこと・学び(指導者(選手)4か月に1つ・指導者&選手2か月に1つ・指導者1か月に1つ・選手1か月に1つ(教え合い)・外部?)



31

夢物語ではない・・・

№教育現場での一例 麹町中学校

人工知能教材<mark>Qubena</mark>の導入。教えるのは先生ではなくQubena。先生はメンターや コーチとして活動。

皆で一緒の事を繰り返すのではく、それぞれのわからない事に重点を置ける。最も 効率の良い学び方ができる。

⇒数学の授業1年間140時間だが、早い子は30時間で終わる

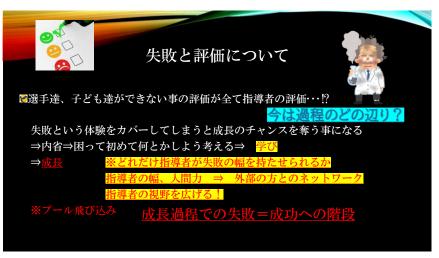
⇒結果、わからないものをわかるようにするための子ども同士の学び合いが促進され、 子ども達が日常的に教え合うようになった。教える立場の子は思考プロセスを言語化 して相手に理解してもらう必要があり、一層理解力が深まる。

※AIだからではなく、工夫次第 ⇒ <u>指導者の役</u>目

2018年度からプログラミング部にマイクロソフト教育版マインクラフトの開発に携わった世界的プログラマーの鵜飼佑さんを顧問に迎え、ヤフーも全面協力で企業と直接かかわり学べる機会を創り、素晴らしい学びの機会になっている。

麹町中学校の型破り校長 非常識な教えより

33





指導の面白さ

※目の前で起こる選手の変化、成長(プレー、内面)、楽しむ事
☆選手が自分に気づく事(わかるを深める)

※相対的な比較ができる結果

※卒業していった選手達、子ども達のその先の変化、成長、活躍
☆どんな社会貢献ができる選手になるか?

35

3年間の活動後、指導者から離れても 成長し続ける人財とは □ 主体的な人財 主体性とは・・・ どんな状況においても「自分の意志」や「判断」で責任を持って行動する態度や性質のこと。 つまり「主体性」がある人は、何をやるかは決まっていない状況でも 「かった」ということ。 ⇒ 指導者がいなくなっても成長し続ける選手 では、どうしたら主体性のある選手が生まれるか・・・

自己決定する質問

■どうしたの?

■君は何がしたいの?

■私に何が支援できる?

主体性・自立・自律に年齢は関係あるのか・・・?

❷経済的自立

❷生活自立

生活に役立つ技能を手に入れること

YOUTUBE & り

经精神的自立

誰にも頼ることなく、他人の評価とは関係なく、尊厳と喜びをもって自身が希求するもののために努力していくこと



- ・人間の成長のスピードは一定ではない 待てない?
- ・成長の実感、喜びが次の一歩への活力になる
- スモールステップを繰り返す

38

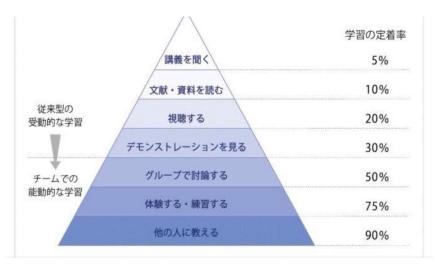
教え続けるのでなく、問いかける⇒セルフコーチング

39



取り組み例 MILESTONE 選手間コーチング ※未来のコーチが生まれる為に!職場体験

42



ユースチーム心得 ■大切なのは成長を、自分が実感できること。指導者の好みになる事ではない。 (今のチームの先)の目指すところを一緒に見る ◎変わる事を恐れるな。変わらない事を恐れろ! 失敗する事を恐れるな。失敗しないようにする事を恐れろ! ■教わるだけの人ではない。皆が生み出す人である。 ■ハンディキャップを背負っている=歴史を変える事ができる選ばれたメンバー

選手の未来に触れている 図選手との出会いは、将来を左右する大きな出会いである。 ⇒選手の未来を託されている ⇒目の前の選手たちと一緒に成長できる機会 =限られた人の特権

明日からの指導で 活かしたい事を何か一つ

45 46

響夢を持つ・志を持つきっかけになる出会い・・・

