

【 キッズラグビー とりみ コーチ 心得 】

キッズラグビーとりみのコーチとしてお手伝い頂いている方々は**全員以下の内容を必ず熟読し理解すること。**
将来ある子供達のために**決して旧来の指導法にとらわれ独善的にならず、**
コーチ自身も勉強し成長する努力をする事。
子供達の保護者としてだけではなく**コーチとして子供達を預かる責任感を持つこと。**

- ① **ラグビーであそぼう！(Enjoy Rugby！)**がモットーのキッズラグビー とりみ(以下 KRT)
ラグビーの楽しさ、仲間と何かを成し遂げる喜び、勝負や自分に勝つ達成感、勝負や自分に負ける悔しさを知り、
仲間を思いやる心、挨拶や礼節の大切さ、道具を大切にすること、感謝の気持ち、ルールを守る大切さ、目標に向
かって努力する大切さを学び、努力し目標をクリアしたあとに自信を得るという**成功体験を経験させてあげる事**が
大切。ラグビーだけではなく様々な可能性のある子供達の健全な成長の場であるという事を認識する。素晴らしい
精神を持つラグビーというスポーツは、あくまでそれらを伝える一つ的手段であり、最高的手段であると信じ子供達
と一緒にラグビーを楽しむ気持ちが大切。
- ② 試合に勝つ事を目的にする事(勝利至上主義)と、試合に勝つ事を目標にする事は全く違います。
目標にすることでチャレンジする気持ち、目標に向かって努力する大切さを学びます。
チャレンジする事で目標クリアの成功体験か、目標まで届かなかった失敗体験のどちらかが経験出来ます。
勝つ＝悪ではありません。試合に勝つという目標はチャレンジする様々な目標の一つとして捉え
子供たちのチャレンジ精神と成功体験、失敗体験からの成長の良い学びの機会が得られるという事を
コーチ陣が正しく理解して子供達を導いてください。
チャレンジしなければ成功体験も失敗体験もしません。
目標に向かってチャレンジする事がとても大切です。
- ③ ボランティアとはいえ子供達との貴重な時間を共有し**大きな影響を与えている立場であるという事実**をしっかりと受
け止めコーチ自信が貪欲に今も発展しているラグビーを勉強し、コーチングを勉強し、**コーチ自身が成長サイクルを**
描けるような意識が必要。
ラグビー経験者というプライドに囚われ頑なになっている視野の狭いコーチに教えられる子供達は可哀そうです。
うまく機能している学年には、学習意欲、様々な気付きへの貪欲な欲求を持ったコーチ陣が沢山います。
指導委員会での気づき、上下の学年コーチ間での積極的なコミュニケーションでの気づきを大切にしましょう。
そして安全講習会、スタートコーチ取得等積極的に学ぶ場にコーチとして参加してください。
- ④ 将来ラグビーをやる子供、別のスポーツをやる子供、様々な可能性を子供は持っているという事実の認識は重要。
幼稚園、小学生の時期(10歳くらいまで)は**運動神経が大きく発達しほぼ完成する**と言われています。筋肉を固め
てしまうメニューではなく**スペース感覚や体幹、柔軟性、様々な運動神経を効果的に刺激し発達させるメニューも**
意識しましょう。
本来、遊びの中からも十分にこれらの運動神経は鍛えられますが、外遊びが少なくなっている現状もあるので
スペース感覚を鍛えられる鬼ごっこ、テニスボールでのキャッチボール、砂場での相撲等も低学年はメニューに
積極的に取り入れていきましょう。運動神経のベースがあればラグビーは後からいくらでも教えられます。

- ⑤ 子供達の可能性を大人が勝手に過小評価しない。どうせまだ出来ない、まだ早いとコーチが思い込み教科書を勝手に削減しない。ルール含めて教えられることは子供達をなめずに手本をみせて、教えて、やらせてみる事が大切。**幼児、小学生なりにラグビーを楽しみながらあそびながら覚える可能性を信じましょう。**
理解できない、技術的にまだ出来ない子供がいる事は子供達の発達ペースによって当然なので、むやみに出来ないからといって、理解できないからといって叱る必要も当然ない。**子供達の成長をあせらず待つ気持ちも大切。**
- ⑥ **叱ってばかりだと子供は伸びません。**例えば『タックルが出来ない』『良く声が出て元気だ』という2つの事柄を子供に伝えるとします。『良く声が出て元気』だけど『タックルが出来ない』ね。と言われるのと、『タックルが出来ない』けど『良く声が出て元気』だね。と言われるのと、どちらが苦手なタックルに前向きに取り組むでしょうか？
言い方の順序でもこれだけ印象が違います。言葉を大切にすることはコーチングで非常に重要な要素です。
- ⑦ 『そこは早くパスや！』『そこは前に行かなあかんやろ！』と子供達のやっている事、判断したプレーを否定し続けると、全てのプレーに迷いが生じ、やっても楽しくありません。プレーの選択肢は無限にあります。自分で判断する楽しさ子供達から奪うよりも『今、前に行ったけど、そこはサイドでサポートしてる友達にパスするほうがプレーとしてはベターだったね』とコーチングした方が子供達は自由な判断は引き続きしてもいいんだという自分のプレーに対し迷いの無い自信を持ちながら、コーチからよりベターなプレーの選択肢に関するアドバイスに前向きに耳を傾けるはずで**す。子供達の選択肢を増やしてあげる教え方を心がけましょう。**
- ⑧ **安全講習会などを積極的に受講し、ラグビーを安全に楽しめる知識を持ち子供達に確実にわかりやすく伝える事を意識する。**逆ヘッドのタックル、高いタックル、下を向くタックル、接点への入り、タックルされた時の倒れ方、相手へのヒットの仕方など。ラグビーを安全に楽しくプレーするためには**コーチの安全なプレーや危険なプレーに関する知識、わかりやすい教え方がとても大切。**
- ⑨ **コーチはグラウンドでは自ら考え自ら率先して行動をするように心がける。**メニューによって何も手伝う事がなければ、子供達と一緒に声を出してプレーする、順番待ちで並んでいる子供達を集中させるように声をかけるなど、**考えればやる事はいくらでもあります。**子供達には練習中は集中しようと話しているはずなので、コーチ同士の雑談は休憩時間、練習前練習後にするように極力心がける。何でも子供達の手本となるように。
- ⑩ 子供達に、プレーに対してなぜ？どうして？どうすれば効果的で、なぜ危険？かという事などを**しっかり説明する。**子供達は大人が考えている以上に理解力があります。タックルが痛くなく簡単に出来る方法は？なぜコーリングが大切なのか？トライを取る簡単な方法は？なぜ高いタックルが危険か？など。
- ⑪ 子供達に叱る時は、**子供達を目線で話してあげる事**を心がけましょう。背の高い大人のコーチから見下ろされて言われるのは大人が思っている以上に圧力があります。しゃがんで子供達を目線で、子供達目を見て、子供達でもわかるように話す方が**しっかり伝えたいことが伝わります。**

⑫ ラグビー精神の素晴らしさをしっかり教える。

On Side の精神(反則をしない), No Side の精神(試合が終わったら敵味方の区別なし)

For the Side の精神(チームのために), One For All, All For One の精神。

⑬ **あいさつ、礼節、用具を大切に**する気持ちは子供達にとっても大切。ラグビーがいくら上手くてもあいさつが出来ない、礼節に欠ける、用具を大切にしないでは子供達の健全な成長ではない。大人が手本を見せ一緒にやるのが大切。コーチも試合後は相手チームのコーチとも積極的にコミュニケーションをとる事を心がけお互いのチームの良さを称えあいましょう。強いだけで尊敬されないチームはコーチにも責任があります。まずコーチが率先して挨拶！！

⑭ 毎週週末が楽しみ、ラグビーが楽しい、KRTの仲間が好きだ、というチーム作りを意識する。ラグビーが嫌だ、週末にグラウンドに行くのが嫌だと思うチームは何か必ず明確な原因があります。上手くなって欲しければ教えすぎは禁物です。子供達にラグビーを好きになってもらうしかけづくりがコーチの腕の見せ所です。ラグビーを好きになってくれたら驚くほど上手くなっていきます。好きこそものの上手なれです。

⑮ **各学年コーチ、保護者のコミュニケーションを密に。**コーチの方針がバラバラだと子供達が混乱します。子供達と同様にコーチや保護者もチームワークが大切。お父さんコーチが来ていないご家庭とのコミュニケーションは特に丁寧に。可能な限りラグビー以外のコミュニケーションの企画を取り入れる努力をしてみましょう。コーチ保護者の懇親会だけでなく、子供達のチームワーク向上のための親子バーベキュー、親子ランチ忘年会など。毎週日曜日の限られた時間のみでは質の高いチームワークは期待しにくいです。2泊3日の夏合宿に行くだけで子供達のチームワークが飛躍的にアップする事からもよくわかります。

⑯ **コーチ自身も笑顔**を心がけ子供達と一緒にラグビーを楽しむ気持ちを忘れずに！

2021年4月4日

K.R.T.会長 泉 良彦

K.R.T.指導委員会