# コーチングマインドの変革

## 「根っこを育てる」

- 人との出会い
- 他種目のスポーツ観戦
- 読書より得たもの

- 生徒の花とは？根とは？
- どのようにすれば根が張れるのか？
- 根っこが育つように私は何をすべきであろうか？

花には太陽と水が必要なように、生徒には勇気づけが必要である。

## Ⅰ　コーチングスタイル

| | | |
|---|---|---|
| 支配者的スタイル（独裁者） | → | 協力的スタイル（パートナー） |
| 勝利主義 | → | 勝利を目指して努力することがすべて |
| 生徒が心から楽しむことを妨げる | → | 生徒が楽しみながら、お互いの能力を向上させる |

生徒は・・・

新しい自分との出会い　そして感動を味わう

自主性を持つ

私自身は・・・

黙って見守る勇気を持つ

生徒に向けた言葉を、自分自身に向ける勇気を持つ

指導者の考え方が変われば、チームが変わる

## II　目標設定

新しい自分との出会いのために“夢”を持つことが必要

A)　チームの目標

・　チーム全員がポジティブな姿勢で考える。

| |
|---|
| 成功するチーム、成功しないチームの差は、そのチームにふさわしいはっきりとした目標を持っているか否かの差である。 |

B)　個人目標

技術的目標・精神的目標を設定

↓

試合に出られないので、部活動をする意味がないという雰囲気がなくなる。

↓

レギュラーでない生徒が頑張っているチームは成功する。

目標と自覚を持たせるために、紙に書かせ、体育館に貼る。そして毎日声に出して読ませる。

| |
|---|
| 目標を達成した時の喜びが、明日の練習や次の試合へのやる気を生み、大きな夢へとつながる |

## III　信頼を築くためのコーチング

①　ポジティブなアプローチ

・　ネガティブなアプローチは、

生徒の失敗に対する恐怖心を増加させる。

自尊心を傷つけ、教師への信頼を喪失させる。

②　明確な指示

・　何が正しくて、何が間違っているのか指示する。

③　一貫性があること

・　一貫性がないと、生徒を混乱させる。

④　ボディーランゲージの利用

・　ジェスチャー、背中･手をたたく、表情

## Ⅳ　練習の工夫

①　全習法　⇒　分習法
　・生徒が目指すバスケットボールを明確に示す。
②　常に活動的に
　・長い時間待つようなことはさせない。
③　刺激ある練習
　・さまざまなドリル、練習法
④　成功体験を一緒に楽しむ
　・コミュニケーションの技術
⑤　スペシャリストを作る
　・成功するチームを作るには、技術的にも精神的にも強い「個」を作る必要がある。
　・起爆剤となる生徒を作る。

　バスケットボールはハビット（習慣性）のスポーツの代表的な競技である。練習していることが習慣となって、はじめて試合で表現することができる。成功をつかむためには、技術目標に「考え方」も習慣化していく必要がある。

## Ⅴ　女子指導のポイント

①　「生徒を愛し、生徒のファンになる」
　・　人に認めてもらいたいという心理が強い。
②　「コミュニケーションの時間を多く作る」
　・　人間的信頼関係が、生徒のモチベーションを高くする。
　・　日記による対話。
③　「褒め上手、叱り上手」・・・褒めのサンドイッチ
　・　＜厳しく指導してもついてくる＞が＜優しさも必要＞女性心理。
　・　他の生徒の前で必要以上に褒めない。
④　「コートの内と外のけじめ」
　・　一旦コートを離れたら、別人となって接する。
⑤　「いつも清潔に」
　・　女子は汚れ、臭いに敏感
⑥　「父親がわり」

実るほど頭を垂れる稲穂かな