

極真カラテは4歳からはじめることができます。入門したての子供には、難しいことはさせません。**ただジッとしていること、返事をする**ことを教えます。

それができるようになると次の段階に進ませます。立ち方、座り方、から段階的に難しいことに挑戦してもらっています。

空手以外にも運動能力を高めるために体操の時間（運動の基本を学ぶ→逆立ち、側転、ジャンプ、ダッシュなどを取り入れたオリジナルのトレーニング）を作っています。ここでは競争したり、少しだけ難しいことに挑戦させることで、**頑張れば自分もできるようになる**ことを経験させます。自分でも前転や側転ができるようになると、休憩時間中に自ら練習し始めています。できた喜びを教えることで**どんどん成長**していきます。

小学校に上がる前の子供に対しては基本的にはこのように指導していきます。

少し年齢が上の子には、試練を与えています。できないと言って泣きだすような時でも突き離します。子供は**自分で乗り越える**。言う事を聞かない子には叩いて叱ることで躾ることもあります。

稽古の中で**一步踏み出す勇気を身に付けさせ、くじけない心を身に付け**

させることが大切だと考えています。

道場には、先に入門した先輩たちが多く、子供たちは、先輩のお兄ちゃん、お姉ちゃんのかっこよく動く姿を見て自分もあんな風になりたいと思っているようです。真似をさせ、ちょっとだけ難しいことをさせることでやる気を引き出し、出来れば認めてあげる。このくり返しが子供たちを大きく成長させていきます。

スパーリング→相手を叩く。自分も叩かれる。自分が叩かれることで**人の痛みを知る**。場合によってはそれを嫌がる子供もいる。これも試練の一つとして乗り越えてもらっています。ただ個人差があるので実力差が大きい場合などは実力が上の子には力を抜くことやその子に技の指導をさせることで、実力が上の子は認めてあげ、お互いの技術が向上できるように指導します。

運動神経は重要な身体能力です。なぜなら子供たちはこれから一生涯死ぬまでその能力を使う事になるからです。運動神経は6歳までに発達すると言われています。それまでに、いかに複雑な動作、遊びをしてきたのが重要です。空手という武道を通じて心と技、体の力を身に付ける一助になれば幸いです。