

平成 27 年 4 月 28 日

南の風 124

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

25日（土）に、南部連盟技術委員会主催の指導者講習会が行われました。（今回は座学でした）

当日、横浜市連盟の技術委員長の熊坂氏をはじめ、南部連盟以外からも参加がありました。また中学校の顧問の先生も見えました。

全員の方が熱心に受講され、講師の私としても大変やりがいを感じました。講習会の内容について、簡単に紹介します。（常体文で書きます）

内容は、下記の3つに分かれます。

- 1 指導者の役割
- 2 チームの強化と組織作り
- 3 年間練習計画の組み立て

まず指導者の役割の項目。指導者は、選手に経験や体験する場を提供することや、バスケットボールの『運動や競技の特性』（醍醐味）に触れさせることが必要。また、指導の3段階については、選手をよく観察して、「見つける」「育てる」「活かす」が必要となる。オーバーティーチングやオーバートレーニングについては十分配慮して指導すること。

次にチームの強化と組織作りについて。

最初に保護者と指導者の信頼関係や、指導者間の信頼関係では「報・連・相」や「意思の疎通」を欠かしてはいけないこと。さらに、選手と指導者の関係では、選手は指導者の言動をよく観察している。指導者は常に下記のことをフィードバックして指導することが必要となる。

- | | |
|------------------|--------------|
| ☆教え方はわかり易いか | ☆明るくユーモアがあるか |
| ☆言行一致しているか | ☆しっかり褒めてくれるか |
| ☆選手に対して平等に接しているか | ☆きちんと叱ってくれるか |

また指導者の身だしなみも、信頼関係を築くポイントの一つとなる。

2番目に目標の共有について。目標を選手、保護者会、指導者が理解し、向かっていく方向を揃えることが、目標達成には欠かせない。そして指導者が選手に、どうすれば目標達成できるかの、手順を示すことが大事である。

3番目は、指導者の資質向上について。指導者は自分のプレーヤー時代の経験や、過去の成功体験だけで指導してはいけない。そのまま指導しても奏功することは極めて低い。そして練習計画を作る際には、実態把握をしっかりと行うとともに、技術指導の順序性、系統性、効率性にも目を向け、プライオリティーを重視すること。日々の練習メニューの立案では、毎回行うメニューと週1～2回でいいものに分ける。普遍的なファンダメンタルドリルは、ハビットに繰り返すことが大切となる。貴重な練習時間であるから、よく吟味し効率化を図る。さらに、指導者は独りよがりの指導を排除し、選手の得意なことを引き出し、困り感に寄り添いながら指導を進めることが大切である。また、講習会や研修会に進んで参加に研鑽を高めることを忘れてはならない。次号ではベンチワークについて触れます。