

令和2年3月21日

南の風 336

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

日本には『感謝の気持ち』を表すことばとして、『お陰様で』があります。

「おかげさま」は、「神仏などの目には見えない加護や助け」を意味する「お陰」に「様」をつけた仏教的な言葉です。古くから「陰」は神仏など偉大なもののおかげで、その庇護を受けるという意味で使われていました。そこから、ありがたいものを出していた「お陰」がいつからか「他人から受ける助力・援助・利益・恩恵」なども意味するようになって、現在の「お陰様で」になったということです。

子どもたちには、一人でバスケットボール活動はできないことを自覚し、活動を続ける上で支えてくださるすべての人たちに、常に『お陰様で』という『感謝の気持ち』を持たせたいと思います。

三つ目の『一人ひとりが正しい基礎・基本スキルを身につけること』です。

「努力はうそをつかない」、「努力は報われる」また「継続は力なり」という言葉があります。果たしてそうでしょうか？

間違ったスキルを続けて練習したり、よくない習慣を継続したりしたらどうなるでしょうか。

ミニバスケットボールの選手は、初めてバスケットボール競技と向き合うわけです。白紙の状態から始めるのです。そこで間違ったスキルやよくない習慣が身についてしまえばどうなるかは、火を見るより明らかです。

《例えば》

- ①ボールの持ち方 ②ボールキャッチの仕方 ③ドリブルの付き方 ④パスの出し方
- ⑤シュートの打ち方

①～⑤のような基本的なスキルは、最初に『正しく身につける』ことが極めて重要です。一度身につけてしまった間違ったやり方や悪い習慣は、直すのに多くの時間が必要になるからです。

我々指導者は、正しいスキル、良い習慣を選手に提供しなければなりません。

「正しい努力はうそをつかない」、「正しい努力は報われる」、「正しいことの継続は力なり」だと、私は思います。

次です。ある技術講習会で、講師の方が「チェストパスは古いスキルです。今チェストパスはゲームの中でほとんど使いません。ワンハンドパスがほとんどです。」と話していました。そして「指導者の皆さんはご自分がプレーしていた時代や、指導を開始した頃の技術に固執するのではなく、新しいスキルの指導を取り入れることが大切です。」とも言っていました。

聞いていて一理あると思いました。確かにゲームの中でチェストパスを使う頻度は、以前に比べて減ってきているのは事実です。ハーフコートオフェンスでは、ワンハンドプッシュパスが主流になりました。なぜならチェストパスは、トルソー内から出すので読まれやすくカットされやすいという欠点があります。特にポストに入れようとする場合、出所をチェックされるリスクが大きいパスです。出所を瞬時に変えたり、トルソー外からスナップで出したりするパスが有効となります。

ただ私は、古いから Bad、新しいから Goodということではないと思います。次号に続きます。