

平成 24 年 11 月 10 日

# 南の風 20

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

関東大会神奈川県予選が無事終了しました。六ッ川の男子、大変惜しかったです。あと一步のところでした。関東大会神奈川県代表チームは、男子が豊田、戸塚、女子が大正、若松チームに決まりました。4チームの選手の皆さん、スタッフ、保護者の皆様おめでとうございます。関東大会での活躍をお祈りいたします。

関東大会は終わりましたが、時をおかずに全国大会神奈川県予選が始まります。関東予選で残念ながら敗れてしまったチームにも、もう一度チャンスがあります。**南部のチームの皆さん！全力で頑張らなう！！**

さて前号の続きを書きます。チームが活動するには、目標をきちんと設定することが必須です。私見を書きます。私は究極の指導目標は、ミニバスケットボールの活動を通しての子どもたち（選手）の成長だと考えます。もう少し突き詰めていうと、「**年齢に応じた自立**」を促すことです。自立とは、言うまでもなく「自分のことが自分でできるようになる。」ということです。ミニバスケットボールのチームは、小さな縦社会と言えます。上級生が培ってきたスキルを下級生に教えることや、練習前の準備、練習中の動き、練習後の後片づけなどの中で、自立する要素はたくさんあります。こういったことを予め念頭において、指導目標はスタッフ（保護者会代表を含む）の総意で決定することが望ましいと思います。そして、指導目標を具現化し選手に明確に示したものが、チーム目標となります。

チーム目標は選手全員と（低学年は無理な場合もあります。）指導スタッフで決めるのがよいでしょう。例えば、全国大会出場とか県大会ベスト4といったものになります。もちろんチームの実態（構成メンバー）によっては、所属する連盟のベスト4を目指すこともあると思います。また、チームの目標は、長期（年間）や中期、短期という具合に分けることがベストです。なぜなら、中期や短期の目標があると、選手は目標（選手にとっては「めあて」）を身近に感じることができることと、スタッフは実態と目標とのギャップを把握しやすいからです。よくメンタルトレーニングの世界では、低すぎる長期目標はやる気の持続を阻害し、反対に実態を無視した高すぎる目標は、やる気そのものを無くすことになると言われます。

最近の子どもたちは、「この位でいいや」「そんなことできないよ」「無理、無理」「あのチームには勝てっこないよ」と最初からあきらめてしまったり、「私はこれが精いっぱい」と自己限定してしまったりすることが多いです。「妥協」「満足」「限定」が成長を阻む大きな要因となっています。これは何もミニバスケットボールの世界だけでなく、学校生活や家庭生活の中でもたくさん見られます。こういったことを振り払い、チャレンジ精神を持たせることは大切なことだと思います。

選手のやる気を引き出し、継続して努力していけるようにするためにも、長期、中期、短期の目標設定は欠くことができないものです。そして、目標に向かって頑張るプロセスの中で、選手は「**向上的に変容していく**」のではないのでしょうか。その意味でも目標設定は、「スタッフの腕の見せ所」ということが言えるのではないのでしょうか。