

令和2年2月29日

南の風 333

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

当時（平成初期から3年～5年）は、永田台ビーバーズのチームづくりに腐心した時期でした。

常盤台時代は男女とも5～6年生のバランスもよく、チーム作り（基本的スキルの継続や経験年数の確保）もスムーズにおこなわれていましたが、新しいチームではすべて一から始めるわけですから、何をすることも時間が掛かってしまいました。

チーム発足当時は、5～6年生の募集で男女合わせて約50人が参加しました。授業や球技大会の練習やゲームでバスケットボールの経験が若干あるものの、ほぼ白紙からの指導となりました。

当時の指導ノートを振り返ってみますと、ゲームを中心に指導していたことが分かります。

- ①ゲームを成立させるためには、バスケットボール競技の進め方や特性、ルールを理解すること。
- ②ゲームに勝利するためには、どのようなスキルを身につけることが必要なかを考えて、練習やゲームに取り組むこと。

まずこの二つのことを目標にして、スキルが稚拙であってもバスケットボールの面白さや、特性を体感させようと考えたのです。

①についてはゲームやスクリメージを経験させる中で身につけさせました。人数が多かったため3～5分のゲームを何回も繰り返す練習をしました。

②について選手はシュートのスキルの大切さに気付くのですが、シュート練習をやっても中々決め切ることはできずに苦勞する状態が続きました。次にボールを運ぶスキルとしてのドリブル、パス、またボールを持たない時の動きの練習にも取り組みました。

紹介した①、②の取り組みは、初心者にとって効果的だったと思います。割合早い段階（3ヶ月程度）でバスケットボールの競技に慣れていったのを覚えています。もちろん、個人スキルの定着度合いは抜きにしてです。

当時、ミニバスの他チームの練習を見学に行くと、シュート、パス、ドリブル、1on1、2on2と練習を一つひとつ積み上げながら展開することが多かったです。最後に3on3、4on4を入れるチームもありましたが、ゲーム形式を毎回の練習で取り入れているチームはほぼなかったです。そして3on3や4on4では、ゲームを止めて指導する場面を目にすることもあまりありませんでした。中学の練習を見学しても、この傾向は変わりませんでした。

ある時、永田台の練習を見学に来た東京の強豪校の中学校の先生が、「藤原先生のチームは、5on5の時間を毎回とっているのですね。」「しかもゲームを止めて、具体的な場面で指導されているのですね。参考になりました。」と言われました。

これは、常盤台時代からの自分の信念なのですが、選手に気付かせる（瞬時のプレーの選択やスペースの取り方といった状況判断）には、リアルタイムでゲームを止めて指導しなければ、今後の再現性につながらないと考えからです。特にチームや個人の課題となるプレーについてはその場面で取り上げて振り返り、確認するようにしていました。5分ゲームが、時間超過することがしばしばありました。