

令和5年11月6日

南の風 493

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

前号の続きです。「責任」についての鈴木 良和氏の考えです。

同じ練習を、同じようにやっても、全員が同じようにうまくなるわけではありません。上達するかどうかは選手の意識によります。選手は与えられた練習メニューを必死にやることもできるし手を抜くこともできます。言われた通りにやることもできますし、工夫することもできるのです。コーチがこの練習をやればここまでうまくなるはずだという考え方で、練習しているチームの成長スピードが遅いのはこのためです。

とくに日本の子どもたちを依存から脱却させるのはとても難しいと思います。家庭でも、学校でも社会でも依存状態になりやすい文化になっています。だからこそスポーツの現場では、子どもたち自身の責任の持ち方を教えていくということが大切なのではないのでしょうか。私はそれこそがスポーツの存在意義だと思っています。

ここからは、選手が自分の仕事に責任を持つようにするために行いたい実践的な方法を紹介したいと思います。

一つ目は「役割の明確化」です。文字通り役割をはっきりさせるということ。例えばバスケットボールなら「シューターを決める」とか、「相手チームのエースをマークする役割を決める」と言うことです。これによってどのような変化が起こるのでしょうか。

コーチはシューターとして任命した選手に「アウトサイドの得点力はお前にかかっている。期待しているぞ」とはっきりと伝えます。その選手は試合での自分のシュート本数や、成功率について責任を負うことになります。責任を負うからには達成するために、シュートフォームを磨くなどして努力しなければなりません。またシュートの確率を上げるためにはどうしたらいいか考えるでしょう。このように役割を明確にするということで、選手は自らやるべき練習を考え、工夫しながら取り組むことになるのです。

このときまず選手に役割をはっきりと伝えなければ意味はありません。コーチが心の中で、その選手にアウトサイドのシュートを期待していたとしても、それを本人に伝えなかったらどうでしょうか。その選手は次の試合に出るかどうかもわかりません。漠然と自分はアウトサイドのシュートが得意だと自身を持っていても、さらにそれを磨こうと意識した練習はしないでしょう。漠然と日々の練習をするだけです。役割を伝えたときと比べてどちらが良いかは明らかです。

試合に出て活躍する選手だけでなく、ベンチメンバーにも役割を持たせられます。チームメイトが乗っているのが船なら、目的地に進むために必要なのは操縦士ばかりではありません。掃除係やコックや監視役も必要です。操縦士が休んでいる間の代役もいなければなりません。バスケットボールチームも、試合に出て得点することだけでは成り立ちません。ベンチメンバーにはスタメンの代役を務めるための準備があります。相手チームのスコアを分析することも重要な役割です。声で味方のプレーを後押しすることもできます。次号に続けます。

