

令和6年8月12日

# 南の風 516

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

「子どもたちに目的意識を持たせる」の続きです

そのことを子どもたちにわかりやすく伝える方法として、旅行の準備があります。明日から旅行に行くから準備をしよう、と言われたときに何を準備しようとするでしょうか？ 着替えやお金、食料、浮き輪？ バスケットボール？ 選手たちに質問するといろいろな答えが返ってきます。

しかし、最終的に行き先は「エベレスト登山」でした、と伝えます。すると、準備したものがまったく的外れであることがわかります。つまり、目的地もわからずに準備をすれば、準備に失敗するということです。バスケットボールにおける目的地とは、試合や大会です。準備は練習です。試合という目的地を意識しない練習は、エベレストに浮き輪を持って行くような準備になるかもしれないのです。

設計図も作らずに家を建てればどうなるか、レシピを見ずに初めての料理をしたらどうなるか。「準備をしそこなうことは、しそこなう準備をすることだ」とジョン・ウッデンコーチは名言を残しました。準備に失敗するということは、失敗するための準備のようなものです。我々は、準備に成功しなければなりません。そのためにも、この準備はなんのために行うのかという明確な目的意識が必要なのです。

次に進めます。「これは何のための練習か」についてです

コーチには明確な目的が無ければなりません。目的のない練習をやらせるコーチは無責任です。

コーチが練習メニューを決めるときにポイントになるのは、「こういうことをやりたい」とか「こういうミスをなくしたい」という前提です。それがあから「この練習をする」という答えが出るのです。

例えば、試合でターンオーバーが多かった→それはドリブルのミスが多かったから→ミスの場面を想定したドリブル練習が必要だ、となるのです。ミスの内容によって練習の内容は変わります。単純なキャッチミスとドリブルのスキル不足では、やるべき練習は変わって当然です。

ここで大事なことは、選手たちに目的意識を持たせることです。そのためにも、指導者が目的意識を持って練習メニューを組み立てている必要があります。その目的意識は、何もすべて練習時に説明されていなくても構いません。指導者が考えている目的を、選手が想像できるようになることも重要なことだからです。

ただし、自分に目的意識がないことを棚に上げて、選手が考えることが大事だと言って責任から逃げてしまってはいけません。目的を持って準備にベストを尽くすこと、そして選手が目的意識を持って取り組むように導くこと、この両面で成功することが重要なのです。

さらに続けます。

「なんのためにスポーツをしているのか」と言うことについてです 次号にします。