

令和6年12月30日

南の風 For Junior 174

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

今年最後の For Junior です 2025年もよろしくお祈りします！

バスケットボールは「**闘争**」的なスポーツであり、妨害する権利が与えられています。よって妨害されることを前提で練習しないと効果が上がりません。それなのにバスケットボールのコーチが、「**競争**」的なスポーツのような練習方法を選んでやっていたら成果は出ません。

相手に妨害されることを前提で技術を考える団体闘争型スポーツ、バスケットボールは練習で常に相手にアンテナを立てておくという状態を求めていかなければならないのです。相手がいない状態ですごく上手になったとしても、試合で上手くプレーできるとは限らないのです。

「競争」的思考態度

- ・言われた通りに動く
- ・練習してきたとおりにやる
- ・セットプレーを遂行する

これらは競争の態度であり、闘争の態度ではありません。ですからコーチが競争的スポーツのように指導してしまうと、子どもたちは闘争的スポーツの中で成果が出にくくなります。JBAのクリニックなどで育成マインドとかそういった話は、実はこういった話と紐づいています。我々コーチは団体闘争的なスポーツを扱っているのだから、これを我々コーチのマインドセット、コーチングスタイルが闘争的スポーツにあったやり方を取らなければなりません。

技術指導とか技術練習に対してももちろんそうなので、そういったところから判断のところを深めたいと思います。

集中の仕方も違おうと、「競争闘争理論」の本の中に書いてあります。

「競争」的なスポーツにおける集中と「闘争」的なスポーツにおける集中

◎「**競争**」における集中

- ・自分の持つ技術を最大限に発揮するために求められるもの

◎「**闘争**」における集中

- ・自らに影響を与える可能性のあるものを最大限把握するために求められるもの

つまり、相手にアンテナを立てている状態で、集中できているという状態にしないと結果が出ないスポーツなのです。ですから練習していく中で、その集中力が高まった状態を掴んでいく。その中で技術を発揮するという経験値を上げていくときに、常に相手にアンテナが立っているという状態を求めなければいけないのです。相手がいない状態ですごく集中して、ハンドリングが上手くなったっていうのが、集中力が高まったわけじゃない、ということです。

コーチが練習を考えて持っていくときに、自らに影響を与える可能性があるものの把握、そのアンテナのなかで研ぎ澄まされていくっていう感覚が非常に大事になってきます。ここが闘争的スポーツを指導する時の「肝」になるところです。

次号ではU12が何を判断して練習していくかを、世界の育成現場の状況にも触れながら進めて行きたいと思います。

新年に続きます