

平成26年7月11日(金)

老球の細道34

## コーチは永遠に学び続ける

会津バスケットボール協会理事長 室井 富仁

7月6日(日)郡山において福島県バスケットボール協会恒例の日本バスケットボール協会公認コーチ「リフレッシュ講習会」が開催された。県内外から100名もの指導者が参加していたが、残念ながら会津からの参加者は年々少なくなっているようだ。

このリフレッシュ講習会は年に1回開催される。その年の日本で最も注目されているコーチを招聘して、最新のバスケットボールを学んで研修しようというのが趣旨である。今年は今日本でジュニアの指導で最も注目されているバスケットボール家庭教師の会社『エルトラック』社長・鈴木良和氏を講師に招いた。

鈴木氏はトステイン・ロイブル氏(日本協会アドバイザーコーチ)と提携しヨーロッパと日本の選手、コーチの交流事業も手がける若手企業家でもある。以前氏と共にドイツとチェコに行ってバスケットボールを勉強して来たが、それ以来の知己である。また、東日本大震災時には多大なる義援金を福島県バスケットボール協会に寄付していただいた。

今回の講習会は彼の長年のヨーロッパでの経験を踏まえて、日本の選手が外国の選手の成長速度を上回るためにというテーマで行われた。柱は三つあるという。

- ①トレーナビリティ(技術学習のスピードの早さ)を高める土台作り
- ②ファンダメンタルで悪い癖を作らない
- ③認知と判断のレベルアップ

さすがにプロフェッショナルのコーチ、そして実業家であるために、着眼点が多彩であった。特に感銘を受けたのは、体幹トレーニングを単なる腹筋、背筋のスタビライゼーションにとらえるのではなく、使っていない体幹のローカル筋(インナーマッスル)を稼働させて、外国人の筋力の強さに対して筋の稼働量で対抗しようという発想だ。

講習会に参加するとたくさんの発見がある。そして今までの知識とコラボレートしてグレイゾーンだった理論が明快になる。早く学校に帰って選手たちに指導したくなる(今は誰もいないのが残念だが)。

コーチはバスケットボールを学問と位置づけたゆまなく学び、重厚な理論武装をしなければならない。コーチの理論が浅いとプレーヤーの伸びもいずれどんづまりに陥る。理論にもとづく系統的な練習でないとプレーヤーの能力は開花しない。バスケットボールの技術と指導法は無限にある。鈴木氏の講習会を受けて改めて再確認させられた。世界に視野を向け、質の高い知識と経験をコーチを目指す者は自ら求めなければならない。

コーチは学ぶことをやめたらコートを去るべきである。学ばないコーチの元で練習しているプレーヤーは不幸である。素晴らしい世界、すばらしいバスケットボールを知らずにバスケットボール生活を終えてしまう。世界の名コーチ、トステイン・ロイブルがこの会津の田舎町に13年間もクリニックで来ているのに、高校時代一度も彼の指導を受けたことがない選手がどれほどいたことか。プレーヤーの人生の大事な時間をあずかるコーチの責任は重大である。

昔バスケットボールやっていただけで通用するほどバスケットボールの指導は甘くない。昔の名前で通用するのは歌謡曲の世界だけである(「昔の名前で出ています♪」)。