

平成29年4月7日（金）

老球の細道318号

学びの「7つのステップ」

・・・相双地区クリニック雑感・・・

会津バスケットボール協会 室井 富仁

3月25日（土）相馬、26日（日）原町と二日間、今年度2回目の相双地区クリニックを行ってきた。二日間通してのべ120名の選手と20名くらいの指導者が参加してくれた。東日本大震災後何かと不自由な生活を強いられている地区であるが、前回同様今回のクリニックもエナジーを感じさせられ、今後他地区を脅かす地区になると思う。

今回のクリニックテーマは「オフenseスペースング」であった。特にドライブに対するアウトサイドとインサイドプレイヤーの合わせ方（スペースング）について指導をした。

クリニックの冒頭挨拶で「スペースング」の必要性について説明した。バスケットボールの特徴は①5人対5人のゲームである②常に状況が変化する③ハビットゲームである。多くのチームで問題になっていることは二つ。①1：1は強くても5人の一員として機能しない。ボールを持っている時はプレイできるが、ボールを持っていない時何をしてもよいかわからない、どこに動いたらよいかわからない。特にポイントゲッターの選手はボールを持つと強いが、ボールを持っていない時にアシストパスをもらえない。②ボールに密集する。ボールを持っている人にすぐに近づいてしまって、ボールマンの1：1をじゃましてしまう。そのために多くのターンオーバーが起こる。

これらの問題を解決するのが「スペースング」である。スペースングとは味方同士が適切な間合いを取りながらポジションをとること。適切なスペースングによって、ボールマンの1：1が機能し、ヘルプされたらオフボールマンにチャンスができる。

この「スペースング」というチームファンダメンタルを学ぶために、私は3つのコンセプトで指導した。①マッケイの6エリア②フロアバランス③サークルルール（アウトサイドの4Dルール、インサイドの4ムーブ）。全カテゴリー必須のファンダメンタルである。

初日に参加した相馬東高校女子チームは二日間参加した。同じ内容なのに、桑田先生の指導で「二日間練習すればマスターするだろう」ということだった。原町会場においてはデモンストレーションをやってもらったせいか前日より上達したのは言うまでもない。加えて、他の選手たちに手取り足取り教えながら練習するようになっていた。相馬東高校の選手たちの姿を見て「学びの7ステップ」を思い出した。

- ①知る・・・多くの新たな情報に接する。
- ②わかる・・・雑多な情報、知識が整理されて理解できる。「わからない」こともわかる
- ③行う・・・理論、理屈をもとにやってみる。トライ&エラー。
- ④できる・・・ある日突然「できたー!」。いつもできるよう反復、満腹練習。
- ⑤うまくできる・・・目指すレベルアップ（上手い、速い、強い、賢い、室い）。
- ⑥教えられる・・・人に教えることによってさらにスキルの深化、新たな課題の発見。
- ⑦教えた相手がうまくなる・・・学びの究極の喜び。学ぶことが第二の天性に。

コーチが指導するという事は、選手の「学び」を指導すること。選手が自ら学び、自分自身で問題解決できるようにならなければコーチの能力が選手の限界になる。いくら教えたつもりになっても、選手が学んでいなければ教えたことにならない。