

平成29年6月9日（金）

老球の細道333号

県ミニバスケットボール指導者講習会雑感

会津バスケットボール協会 室井 富仁

5月29日（日）南原町市「小川町体育館」において平成29年度福島県ミニバスケットボール指導者講習会が開催された。県内から60名くらいの指導者が参加し、午前中は中央講習会の伝達講習、午後は私が講師を依頼されて「ワンハンドシュートの指導」と「ヘルプディフェンスに対するシュートフィニッシュの指導」について実技指導を行った。

今回は県ミニ連の武井技術委員長から、県全体で特に女子のワンハンドシュートのスタンダード化を目指したいという要望があった。だから、指導者の「女子は両手シュート」の固定観念を崩すために、「なぜワンハンドシュートなのか」と「ワンハンドシュートの歴史」を解説しながら進めた。話が多くなり、指導者はさぞかし退屈だったろう。

なぜワンハンドなのか。第一に、世界のスタンダードだから。世界広しといえど、未だに両手のシュートをやっているのは日本の女子だけである。「女子だから」というだけでミニの頃から両手シュートを指導されている。ワンハンドシュートをやったらコーチから「かっこつけるな！」と注意された話も聞く。第二に、理にかなっているということである。近年ディフェンスのシュートに対するチェックは厳しくなっている。両手でシュートするよりはワンハンドの方がディフェンスのブロックをかわすのに有利なのは明らかである。また感覚の違う左右の手で1つのボールをコントロールするよりも、利き手だけでコントロールする方がはるかに容易である。第三は、ミニの世代は男子より女子の方が身体も大きく、身体能力が高いこともある。なのに、男子はほとんどワンハンドなのに女子は両手で打つ。非常に違和感を感じる。シュートが届かないから両手で打つという段階はあるかもしれないが、女子だから両手でという合理性は何もない。

次に、ワンハンドシュートの歴史である。バスケットボールが誕生してからしばらくは、アメリカにおいても両手で打つことが主流だった。しかし、1948年頃にスタンフォード大学のコーチによってワンハンドシュート、ジャンプシュートが考案されてからオフenseに一大革命が起きた。以後、世界はワンハンドシュート主流の時代に突入する。

日本では1950年3月にハワイの日系二世チームが来日して、両手シュートの日本に大きな衝撃を与えた。「われわれは両手で投げてもなかなか入らないのに、彼らは片手で簡単に入れる」。日本人と体格的に差がないハワイ日系二世チームがワンハンドシュートを簡単にやってのけているのを目の当たりにして、外国人は大きな手を持っているからワンハンドシュートが安定しているのだという思い込みは見事に払しょくされた。この時から日本は両手シュートからワンハンド時代へ。しかし残念ながら、女子は時代の変化の波に乗れないで現在に。シュートにおいても男女格差が大きい日本社会である。

先の県ミニバス新人大会ベスト4に輝いた相双地区鹿島ミニバスの佐藤耕造コーチ（講習会に参加）は私の尊敬するコーチであるが、彼は30年も前から女子にワンハンドシュートを指導している。彼の指導を受け高校で国体県選抜選手に成長した選手は数多い。

女子のワンハンドシュート、あきらめないで地道に繰り返し指導すれば必ずできるようになる。時代遅れで、将来世界では通用しないとわかっている両手シュートを黙認しているのはコーチの罪である。願わくは、女子のワンハンドシュート、福島から全国へ。