

平成30年2月11日(日)

老球の細道391号

チームワークを高める

会津バスケットボール協会 室井 富仁

以前「チームケミストリー」について書いたところ、福島のある中学校の情熱ある若手コーチから「ジュニア大会予選、チームケミストリーで勝ち抜き県大会に出場することになりました」と熱いメールが届いた。この時期、どのチームも悩まされるインフルエンザでスタメンが2人欠いたのにもかかわらず、ミニバス経験無しの控え選手たちがフル出場チームプレイに徹してがんばったようだ。その結果、大きく崩れることもなく、そしてチームケミストリーにより新人県北大会ベスト16から今大会県北3位と大ブレイクをした。まさにチームプレイ、チームワークの賜物だったという。

「チーム」とは英国のウェブスター辞典によると「同じ乗り物や農具につながれた2頭以上の馬や牛」のことをいう。馬車を引いている状態で、馬が好き勝手に動いたら馬車はひっくり返る。御者の手綱や掛け声で合図されるとすべての馬が一体となって同じ動きをする。このことから、スポーツにおいても共通の目的のもと、気持ちをひとつにしてプレイするひとかたまりの選手を「チーム」と呼ぶようになったようだ。

チームが有効に機能するためには何と言っても「チームワーク」が不可欠である。チームワークとは、気持ちをひとつにして目的に向かって成果を追い求めることである。チームワークの成熟度によって「チームケミストリー」が引き起こされる。「ケミストリー」とは「化学作用」「不思議な力」などという意味がある。バスケットボールであれば「5人の連携によって5人以上の結束力(プラスα)が生じる」ことである。

近年日本の水泳、体操、卓球などの個人種目の競技団体が「チームジャパン」を結成して、個人競技でありながらライバルと共にチームで合宿、練習するパターンが増えている。従来は自分のコーチングスタッフと共に、それぞれがそれぞれに強化練習していたのが変わってきた。これもチームで練習することによる「ケミストリー」を期待する各競技団体の強化策なのではないだろうか。

チームワークを強固にするにはどうしたらよいのだろうか。単なる仲良しこよしのお友達集団になることではない。色々な要素があるのだろうか。私が常に考えていたのは4原則である。①目標の設定。チームはどこに向かうのか。何のためにチームはあるのか。チームが同じ方向に一体となって頑張れるようにする。②役割分担。それぞれの強みを活かし、弱みをカバーするためにコート内、コート外での役割分担を明確にして仕事への集中力をつける。③チームルールの確立。プレイのルール、練習のルール、コート外のルールなどを確立して、勝手なことを許さない。「TEAM(チーム)」に「I(個人)」はないが「愛」はある。④コミュニケーション。究極のチームプレイは「アイコンタクト」「“あ、うん”の呼吸」などと称されるが、この境地に達するには莫大なコミュニケーションの時間を要することを忘れてはいけない。信頼し合うためにもコミュニケーションは不可欠。人間には口が一つ、耳が二つ、目が二つ。相手をしっかり見て、話すよりも聴くのを倍にすることがコミュニケーションの極意かも。

偉大なことは1人では成し遂げられない。1人1人が自分自身より大切なもの、つまりチームのために自我を忘れるとき、そのチームは勝利者になれ、偉大な仕事を成し遂げる。