

2019年7月13日(土)

老球の細道492号

強いチームを育てる5原則

会津バスケットボール協会 室井 富仁

先週県総体少年の部を観戦してきた。天候に恵まれた心地良い2日間であったが、試合結果は寂しいかぎりであった。6月の高体連県大会同様会津地区チームの戦績がイマイチどころかイマサンくらいだったからである。ほとんどが1回戦敗退、2回戦進出が男女ともに1チームのみ。このような状況は中学校のカテゴリーにおいても同様な昨今である。

会津地区の低迷は今始まった話ではないが、強いチームが地元にあるということは、ミニ、中学生の大きな励みになるし、地区の活性化にも大きな影響力を与えることは間違いない。良い選手が集まれば強いチームを育てることは可能性大なのだろうが、現実的にそのようなチームはごく一部。ほとんどは「ここにいる普通の選手」で勝負するしかない。

新幹線が通っていなくても、人口が少なくても言い訳をしないで、集まった選手で、与えられた環境の中で創意工夫しながら努力を続ければ道は開けるは夢物語だろうか。強いチームを育てるために、どこの学校に転勤しても意識していたことは次の5原則。

①目標を高く持つ：目標のレベルがチームのレベルである。地区大会でチャンピオンになればいいのか。県大会に出場するだけでよいのか。全国大会を目指すのか。高い山に登れば見える景色は変わってくる。現在の実力でそのレベルに甘んじるのではなく、目指すは常に超一流。インターハイやウインターカップなどを生で見せてモチベーションアップ。

②強いチームのマネをする：何をどのようにすれば皆目見当がつかない場合は強いチームの真似をすれば良い。私が男子チームをコーチしている時はアメリカの大学チームのスタイルを真似したものである。ポビー・ナイトのインディアナモーション、UCLAハイポストオフENSE、リック・ピティエーノのケンタッキー大オールコートマッチアッププレス、シラキュース大のオレンジ色のユニフォームなどを真似したものである。

③強いチームと練習試合をする：身近なチームとの練習試合も必要であるが、各上のチームとやるほうが効果は大。知らない場所で、知らない人たちと緊張感を持ってゲームをすることは、チーム、コーチをものすごく鍛えてくれる。メタメタにやられるかもしれないが学ぶことは計り知れない。少しでも通用することがあれば、それは大変な自信となる。

④基礎体力をつける：バスケットボールのキャリアがない選手を多く抱えている時は、スキルや経験で勝負することは難しくなるので基礎体力で勝負する。スタミナ、ジャンプ力、筋力などはトレーニングによって高校からでも十分向上する。

⑤チームに規律の文化を浸透させる：全国レベルのチームに遠征試合に出かけると例外なく規律の文化が確立されている。挨拶、集合、離散時の切り替えの早さ、指導者の話を聞くときの姿勢、整理整頓。強いチームはバスケットボールだけでなく日常生活、人間的な面でも良くコーチされている。だから皆が応援したくなる。周囲から応援されないチームは強いチームにはなれない。チーム創りはここから始めなければ未来はない。

アンデスの先住民に伝わる「ハチドリの一とせずく」という話がある。山火事が起きて他の動物が逃げる中、ハチドリは小さくちばしで水を落として消火しようとする。馬鹿にされるが「僕は、僕ができることを一生懸命やっているんだ」と言う。それが他の動物の心を動かす。身の丈に合った活動を地道に続けることが大切である。