

2019年7月19日(金)

老球の細道493号

## 勝てるチームは何が違うのか

会津バスケットボール協会 室井 富仁

誰もが勝てるチーム、強いチームになりたいと思っているが、いつも同じチームが勝ち、同じチームが負ける。同じ高校生なのに、同じ人間なのに。しかし、勝てるチームと負けるチームには根本的なあり方の何かが違う。その何かは、練習に対する姿勢、学校生活に対する姿勢、指導者に対する姿勢、日常生活に対する姿勢等、心のあり方が違う。

徒然なるままに日暮走りながら考えた具体的な心の要素30である。

- 1・活気、活力がチーム全員にある
- 2・良い言葉が多い。ほめ言葉が多い。けなしたり、バカにしたりする言葉が少ない
- 3・向上心があり、研究熱心である。質問が良く出る。
- 4・人が嫌がることを喜んで手伝う
- 5・コンディションがいつも万全である。そのように日常注意している
- 6・体育館、用具が常に整理整頓されていつも万全である
- 7・練習日誌、試合用ファイルの内容、質量ともに万全である
- 8・練習前後の個人練習、フリー練習に目的をもって取り組み、厳しい
- 9・いつも楽しく、声を出して、全力を尽くして練習に取り組む
- 10・真剣さを最後までキープできる
- 11・授業、日常生活、部活動の切り替え、けじめがついている
- 12・あきらめない気持ちをもって何事にもぶつかっている
- 13・正直、真面目、冷静、プライド、自分に対する厳しさをもっている
- 14・ハードワークについていける
- 15・集中とリラックスのメリハリがある
- 16・笑いがあり、ユーモアがあり、仲が良く、けじめがある
- 17・同期、先輩、後輩を大切にする
- 18・人の話をよく聞耳をもち、そして自分に活かす
- 19・予測して、準備して、実行できる
- 20・素直で負けず嫌い
- 21・時間を守り、大切に使う
- 22・小さな努力をこつこつやることを厭わない、バカにしない
- 23・チーム内に競争心がある
- 24・ここ一番と思っていつもやっている。いつもゲーム本番を意識する
- 25・こだわりをもって自分を追い込む
- 26・プラスのセルフトークで自分を高められる
- 27・情報収集が早く、その情報を活かしている
- 28・あいさつの声が大きく、心がこもっている
- 29・思いやりがある
- 30・日常生活の基本的生活習慣がきちんとしている

このような観点で定期的に自チームをチェックして改善の気づきにしたいものである。