



みなさまこんにちは、「ミニバスひらつか」担当のおじさんです。

今回は、あちらこちらの講習会や、いろいろな指導者の方に聞いてきたことを、少しですが抜き出してみたいと思います。指導者ごとにいろいろな考え、思いがあります。こんな考え、こんな思いもある事を理解いただき、今後のBasketballが楽しくなれば幸いです。

『らく』と『たのしい』は漢字で書くと同じ漢字を使うが、意味は真逆。

- ・無意識に何も考えずに体が動くことをすると『楽』ができる。←【癖】
- ・目標(夢)に向かい意識して努力を続けて、目標(夢)が達成できると『楽しい』←【習慣】

『みる』『きく』はお医者さんになったつもりでの漢字を使う。

- ・「見て」「判断」しなくても『診れば』判断している。『聴く』も同じ。

『夢』を実現させるためには『努力』が必要。

『努力』を継続するかしないかで「一流」と「二流」の違いが生まれる。

オフェンスは『我慢』、自分勝手に動かない。自由に動いていいのは、新たにボールを持った瞬間だけ。

Basketballは『明るく』『楽しく』『元気よく』行うこと！

『BasketBall』の競技特性を理解する

◇BasketBallの競技特性

- ・運動会のかけっこと違い、よーい、ドンで始まる競技ではない
- ・攻撃から守り、守りから攻撃に、突然、瞬間瞬間で変わる競技
- ・攻撃と守りの変化点は、人に言われずコートの中にいる選手が自分で判断する競技
- ・1点2点を争う競技ではない。何点獲得したから勝つ競技でもない。
決められた時間内に得点を積み上げて行き、最後により多くの得点を積み上げたチームが、勝利する競技
- ・ひとつのことに集中しない(何かと何かをしながら判断して何かをする)競技
- ・攻守入り乱れて行う、ボディコンタクトのある競技(言い換えれば格闘技)
- ・時間に厳しい競技(試合時間、3秒、5秒、ミニバスは30秒)
- ・コート内10人でボールに触れるのは1人だけ
- ・選手はボールに触れることが楽しい
- ・時間の停まっている時の得点が重要

【代々木第二体育館】

バスケットボール選手に、「プレーをしたい体育館は?」「プレーしやすかった体育館は?」と聞いて、答えられるであろう体育館のひとつに、「代々木第二体育館」があります。この体育館は、1964年開催の東京オリンピックにむけて建設されました。

年齢はおじさん(私)と同じで50歳を過ぎていますが、まだまだ現役です。フロアにはBasketballコート(1面)が描かれており、現在も様々なカテゴリーの大会で使用されています。

毎年3月28日29日30日に開催される「全国ミニバスケットボール大会(※)」も代々木第一体育館と第二体育館を使い熱戦が繰り広げられます。ニュースや雑誌などでよく見る代々木第二体育館は、右のような写真です。

このとんがっている特徴的な屋根の内側に興味を持ち写した写真がこちらです。

現地で現物を観ると、ちょっと感動します。みなさまもBasketballの応援や観戦で行かれた時は、ぜひ屋根の内側を見上げてください。来年の全国大会に出場されましたら忘れずに見上げてください。



図1. 代々木第二体育館の全景



図2. 代々木第二体育館の屋根の内側

※東日本大震災復興支援 JX-ENEOS 第47回全国ミニバスケットボール大会
公式サイト[<http://mini2016.japanbasketball.jp/>]