



TACTICS

北海道バスケットボール協会
指導者育成専門委員会
2008 / 1 / 29(火)

タクティクス (HBA指導者育成専門委員会ブログ)

NO. 16

山の手高校の上島コーチからウインターカップに絡めてビッグな大会に臨むベンチの用意周到な Strategy (戦術) について執筆してもらいました。コーチの皆さんは大会に臨む時の自分の準備と比較しながら勉強してもらいたいと思います。相当長い文章になりますがこれはもう随筆と言っていいでしょう。上島コーチは自分の持っている財産を惜しげもなく提供してくれています。どこまでついていけるか勉強です。

「一寸一言」

ウインターカップを終えて

上 島 正 光

今回の幸丸委員長からの指令は、ウインターカップについて述べよということですが、この大会は都道府県代表1チームということで、どのチームもそれぞれ特徴を備えて出場しております。

できるだけ多くの試合を観て報告できれば良いのですが、毎回のことですが試合が始まると対戦相手の分析と自チームの試合の反省に終始しますので、最低2試合のビデオを観ながらミーティングをしますので、毎回夕食を挟んで午後8時過ぎまで拘束され、他の試合を観るという余裕は殆どありません。

全国の高校女子の状況について、ただ言えることは桜花学園高と東京成徳高が、それぞれに走力・ジャンプ力・シュート力の備わった優秀な185~190cmの選手を4~5名擁しており、実業団のチームと遜色のないレベルだと思われます。

両チームの主力ポストプレーヤーはいずれも1・2年生であり、平成20年度もこのチームを中心とした試合が展開されると思われます。

これから先、日本女子の将来を考えたとき、世界で十分に戦える長身選手の逸材が他の高校にも数多くおり、長年アジアに於いても、中国・韓国・台湾・日本のベスト4のなかで、日本が一番体格的に劣っていましたが、今後これらの選手が順調に成長していけば、アジアの頂点に立つことも、さらに世界でも十分に戦えるチームとなり得るであろうし、期待もできるでしょう。

一方、北海道を観た場合、旭川・函館に将来性のある長身選手がいるので、国体チーム編成を考えた場合、1地区だけのチーム編成という狭い了見に囚われず、オール北海道としてチーム編成すべきだと思うし、そうしなければ、全国各地区でも当然優秀な選手が選抜されてきますので、勝つことは不可能と思われます。

全国大会の出場権を得たスタッフは、大きな気持ちでチーム編成をして試合に臨んで欲しいと思います。

前置きはこのぐらいにして、ウインターカップの報告をさせていただきますが、前述のよう

に自チームの対戦相手しか観ておりませんので、試合に臨む事前の対策、合宿、試合前日、試合当日、試合について所見を述べさせていただきます。

夏のインターハイでは、3回戦で前半16点リードにもかかわらず、大逆転負けを帰してしまい、準々決勝に駒を進めることができず、今大会ではノーシードでウインターカップに臨むこととなりました。

今年のチームは、175cmを超えるプレーヤーが1人もいないため、

- ①フルコートマンツーマンディフェンス
- ②3クォーターマンツーマンディフェンス（スタントディフェンス）
- ③3クォーター2・2・1アライメントからマンツーマンプレス
- ④3クォーターからの1・2・2トラップ
- ⑤3・2ドロップゾーン
- ⑥2・1・2トラップゾーン
- ⑦マンツーマンディフェンスをインターハイ前より用意をして、ディフェンスに重きを置き取り組んできました。

今回の試合結果でもベスト8に残ったチームの中では6チームが180cm以上のポストプレーヤーを擁しており、山の手高が身長面では最も劣っていました。

必然的にポスト対策が第1の課題として、マンツーマンディフェンス、ゾーンディフェンス、いずれに於いても

- ①ガードプレーヤーによるXローテーション
- ②2-3戦目のポストのビジョンか外からのパスをインターセプトかダブルチームを狙うディフェンスに取り組んできました。

また、オフェンスでは、ステーションナリポストは通用しないため、ムービングポストを第1に、カットしたボールが入らなければ次にピックスクリーン、またはアウトサイドポストを中心とした、アラウンドプレイを多用したオープン攻撃を主体にオフェンスを組み立てて試合に備えてきました。

組合せが決まり、2回戦で前年のウインターカップと今年度のインターハイ準優勝の岐阜女子高との対戦ということで、組合せが決まってからは、2回戦が最大の山場ととらえ、対岐阜女子高戦一本に対策を立てることとしました。

1回戦、2回戦（相手が初戦）の場合、大会に臨んで試合を観てリクルートすることができず、ビデオを取り寄せる等して、必ず事前の情報分析が必要となってきます。

1回戦の対戦相手、大分県中津北高校は、インターハイの試合を観た限りでは、ガード・フォワードのプレイメイク、シュート力、スピード、センタープレーヤーの得点力、リバウンド、さらに、ディフェンスを比較した場合、負ける要素は見当たらず、事前のリクルートでの判断では、何とか1回戦はクリアできると踏んでいました。

ただ、試合は魔物が顔を出すことが多々あります。

特に1回戦の恐ろしさは何度も観ており、何度も経験しております。今回、岐阜女子高が山の手高に敗れたのも、第2シードにより2回戦が初戦ということで魔物が顔を出し、邪魔をして自分達のペースで試合することなく敗退してしまいました。

余談になりますが、岐阜女子高校とは、3年前の松江インターハイ3回戦でも交えていますが、今回と同様180cm以上の中国人留学生を擁して、山の手高よりも数段実力が勝っていました。その時は3回戦で対戦し接戦となりましたが、ハイピックオフェンスが功を奏して準々決勝へ進むことができました。

岐阜女子高とは相性が良いのかもしれませんが。

岐阜女子高のリクルートは、直近のデータが必要なため、11月に開催された全日本総合選手権大会東海予選の決勝、愛知学泉大学との対戦のビデオテープを入手して分析しました。ビデオでの試合内容は、身長差ではかなり上回るインカレ5位の愛知学泉大学をスピードで完全に圧倒して20点差以上の大差で勝っていました。

このチームは、中国人留学生2名を含め、181cmと183cm2名のポストプレーヤーがおりましたが、この程度のポストプレーヤーなら何とか防ぐことは可能と思われました。現に山の手高の試合では、ポスト2人で11点のみの得点でした。

しかし、ガード2人は運動能力と、シュート、パス、ドリブルペネトレートの技術は相当高く、特にNo4のペネトレートとNo6のフォワードの合わせが絶妙なタイミングで流れを作り得点に結びつけていました。

そのため、①ガードのペネトレートを阻止する、守りきれない場合は素早くジャンプスウィッチして対処する ②ボールを持っていない時のNo6の動きを注意する ③No6のリバウンドを阻止する ④それでも対処しきれない場合は、インターハイの決勝までの6試合の3ポイントシュートのデータでは、チームとしても個人でも、そんなに警戒するまでもないと判断をして、ゾーンディフェンスで対応可能である 以上3項目を掲げて試合に臨むこととしました。

出発前には、万全な体調で試合に臨むべく、全員インフルエンザの予防接種をして試合に向かいました。

試合は12月23日が初日ということで、事前合宿を富士通で実施するため、12月19日から22日午前まで滞在して、今大会に出場するチームと練習を行いました。

合宿には、大会に出場する8チームが参加していましたが、その中には1回戦で対戦する大分中津北高と2回戦の岐阜女子高が滞在しておりましたが、富士通の配慮により体育館が2つあるため、対戦する2校とは練習試合もしないばかりか、お互いに観ることもなく夜の食事のみ共にするという合宿を過ごしてきました。

合宿では、インターハイ直後に膝を痛めて12月から復帰したシューターの渡邊愛を加えた3年生5人、2年生2人、1年生1人の主力8人（ガード4人）を中心に、試合直前のため、あまり無理をせず、半日のみの練習試合を行い、オフense、リバウンド、ディフェンスの確認をしました。

そのなかで、ゾーンディフェンスの先読みが遅く、ボールを追いかける状況が改善されず、一抹の不安を抱きながら富士通での合宿を終えました。

いよいよ大会に向けて宿舎となる新宿ワシントンホテルに3時過ぎに着き休息、夕食後ミーティングに入りました。

第1試合前のミーティングの要点として、大会毎に必ず確認していることがあります。

- ①第1試合では往々にして審判は特に張り切るので笛が軽く、多く鳴るので要注意である。
- ②ディフェンスでイニシアチブをとること。
- ③最初のオフenseは完全なノーマークでイーージーシュートが可能なら別だが、全員がボールに触れてからゴール下のシュートを狙う。3ポイントシュートから入らない。
- ④ポイントガードは相手ディフェンスのスタイルを皆にコミュニケーションする。
- ⑤試合を決するのは第4ピリオドであるので、ファールはそれまで2ケ以内にする。
- ⑥相手チームの個人ファールとチームファールは常に皆で確認し合う。
- ⑦相手チームの選手がファールを3つしたらその選手を徹底して攻める。
- ⑧ガードは時間と得点を把握する。
- ⑨相手の得点を1ピリオド15点以内に抑える。
- ⑩ピリオド終了はシュートで終える。
- ⑪マネージャーはオフィシャルが掲示するファールの数を確認すると同時にスタッフに知らせる。

以上のことを必須として、後は対戦相手のオフense・ディフェンスの特徴を全員で認識し、自分達のオフense・ディフェンスの注意事項を確認することにしていきます。

その後は、選手達でミーティングをすることと、身体のケアをして就寝します。

第1試合の大分県中津北高は2年生以下のチームで、20年度の国体開催県の主力チームとして、すでに強化しているチームです。この選手達は全国中体連で準優勝の実績があり、2年連続2回目の出場です。

インターハイのビデオを見る限り、相手チームのゾーンアタックがうまく機能せず敗退しているの、ゾーンディフェンスを使用と考えたが、2回線の対戦相手が岐阜女子高のため、1回戦の試合ではノーマルマンツーマンのみで戦うこととしました。

試合内容は、開始早々相方初戦の独特の雰囲気とご多分に漏れず、審判の笛がひどく、

こちら側から見ても明らかに、相手チームも可哀想な吹き方（山の手19、中津北21）をされ、さながらローカルで試合をしている感覚でした。第2試合以降の審判は、余計な笛が鳴ることなく、審判を意識することなくスムーズに安心して試合をすることができました。

第2ピリオドに入って、一瞬逆転される場面もありましたが、前半51-38でリード、第3ピリオド中盤で20点差としたが、その後パスミスやバックガードのガードのミスが続き、また、試合を通して相手に3ポイントシュートを9本も許す等、点差を広げることができず、112-88と大味な試合で終了しました。

その中でも4ヶ月振りに復帰した渡邊愛の5本の3ポイントを含めて、20得点と主力8人中7人が2桁得点を得たことが、次の2回戦で山の手高の誰を抑えるか、的を絞らせにくくさせたぐらいの内容でした。

第2試合は、最大のポイントとなる岐阜女子高戦、前日のミーティングで前年のウインターカップとインターハイいずれも準優勝はしているが、勝負はやってみなければ分からない。

過去の事例も取り上げ、山の手高の前身である香蘭高時代に、この大会が3月に選抜大会と称して開催されていた時に、東京成徳高が優勝したが、その後のインターハイ初戦（2回戦）で宮城県の聖和学園高に破れ、その聖和学園高相手に大接戦をして、僅か1点差で勝利し、インターハイ初のベスト8になったこと。

能代工業高や、桜花学園高が初戦で散ってしまった過去の大会、これも香蘭高時代のこととなるが、選手が5人しかいない時（選抜大会は1・2年生）にファールアウトを想定した4人のボックス、ダイヤモンド、3人のトライアングルディフェンスの練習はしていたが、3人が5ファールで退場となり、2人で延長戦も含め10分間戦い勝利したこと等を言い聞かせ、特に初戦での波瀾は往々にして起きており、勝敗は最後まで分からないので、最後の笛が鳴るまで、チームとして、個人として、今まで培ってきたことを全て出し切れるよう努力すること。

相手チームは初戦であること、山の手高を意識しているはずだから2大会続けて準優勝はしているけど、心配無用である。

また、昨年までの長身センターが存在していた10年間とは違い、今年からは一変して小さなチームとなったが、前述の全国大会での予想外の試合結果の殆どが、大型チームが小型チームに敗れる、香蘭高が初のベスト8になったときも、センター170cm1人、他150cm台も含む166cm以下、また、2人で戦って勝利したときも、150cm台のガード2人の活躍で、もしも長身選手が残っていたら間違いなく絶望的だったこと。

このように、過去の経験も踏まえて、小さなチームは小さなチームなりの戦い方があるし、オフェンスで不利な要素は一切ないこと。

当然、ディフェンスとリバウンドには相当の労力が必要とされますが、これも工夫次第では互角に戦えるはず。

今年のチームはセンターが175cmしかありません。しかし、リバウンドを取るのはガード選手の方が圧倒的に多く、ディフェンスもダブルチーム等のトラップディフェンスやプレスディフェンスで充分対応できるし、対策も講じてきているので、その時その時の1プレーを大切に集中力が持続できれば、必ず良い結果で終えることができると気持ちの有様を説くことに努めました。

戦術的には、前述通り、岐阜女子高のNo4・5・6とセンタープレーヤーの対応、ディフェンスは、スタートはマンツーマンで入るが、3・2ドロップゾーンも使用することを確認する。

試合当日、朝の練習（毎朝、朝食前に外でストレッチ、ボールハンドリング、その日の試合の確認事項の復唱）で特にディフェンスの確認をする。

試合内容は、ジャンプボールから岐阜No4の3ポイントシュートから連続得点を許す。

7:43”最初のタイムアウトをとり、ペネトレートから入るのではなく、パスを廻し、カッティングを入れるよう指示。ガードの今を投入、直後にドリブルジャンプシュートで初得点となる。その後、再び加点され2-9とされるが、2本の3ポイントシュートで3:57”

に8-9と1点差に付けるも、No4にリバウンドシュートを決められ、12-17で第1ピリオドを終える。

第2ピリオドも最初は岐阜女子高のフリースローからの得点と、3ポイントシュートの連続シュートで12-21となるも、連続得点で第1ピリオド同様の展開で27-30と前半を終える。

前半の戦い方は、3点ビハインドで終わったが、むしろ山の手高のペースで推移していたと思われず。

第3ピリオドは、一時この試合初めてリードするも、双方得点が伸びず35-37で終了。まだリードは許しているものの、次第に山の手高の思い通りに展開しているので、焦らず、ディフェンスとリバウンドをしっかりやることの指示をして、第4ピリオドを迎える。

開始早々、パスミスから連続ゴールを許し、全ピリオド最初の得点を岐阜女子高が得ることとなり、直ちにタイムアウトをとる。直後スローインから得点し4点差に詰め寄るが、中盤で37-45と、この試合最大の8点差とされるが、再び連続3ポイントシュートを決め残り時間3:18で45-45と並ぶ。残り1:18には、今のスチールからドリブルで持ち込み、初めて3点リードとする。

その後も2度のスチールからマイボールにするが得点に結びつかず、残り10秒8で2度目のタイムアウトを取り、

①3ポイントシュートは打たせない

②第4ピリオド山の手はチームファールが1つなのでシュート前にファールすることを指示する。

相手のスローインから始まり、シュート前ファールが指示外のシュートエリア外でファールをしてしまう。残り5秒、再び相手ボールとなり時間がなく、3ポイントシュートを打たれ、リバウンドを拾われシュートゲットなるも時間切れで、50-49の1点差で拮抗の続いた試合にピリオドを打つこととなりました。

岐阜女子高は、自分たちのリズムで試合ができていないのが伝わって来ていましたし、初戦の恐ろしさと、勝敗の行方は最後の最後まで分からないということを、今回の試合でまた学ぶこととなりました。

勝負は最後まで強い気持ちを貫き通すことの必要性、確固たるディフェンスとリバウンド(勝つためにはディフェンス、チャンピオンになるためにはリバウンド)、リクルートの重要性、勝負は時の運ということ、改めて認識させられた試合でした。

山の手高としては、ゾーンディフェンス、プレスディフェンスを使うことなく、相手チームの得点を50点以内に、さらに3ポイントシュートも3本以内に止めることができ、予想以上の内容で3回戦へ駒を進めることができました。

続く3回戦の英明高(香川県)は、昨年のウインターカップで負けを喫したチームです。敗れた原因は、2人のセンタープレイヤー(180cmと177cm)はいたが、ポイントガードの斉藤が怪我でメンバー登録できず、また試合途中で山田も膝の怪我で退場するなど、ガードの不在が響き、有効なパス等のチャンスメイクがでず、英明高のハーフからの広い2-1-2ゾーントラップを攻略できずに8点差で敗れました。ガードの役割がいかに大きいかを痛感させられた試合でした。

ミーティングでは、岐阜女子高戦を振り返り、試合は何が起きるか分からないという教訓を、身を持って実践できたことの意義と、当然のことながら昨年の借りを返すいい機会として、ゾーンアタックのみに終始しました。

英明高のトラップゾーンに対する確認事項は、

①早いパス廻しとパスフェイク(特にウイングにパスしたら素早くリターンパスをしてからの攻め)

②パスフェイクを使ってダックドリブルでのギャップアタック

③2-1-2ゾーンディフェンスなのでニュートラルゾーンを攻める1-3-1のライメントを確認する。

試合は、開始早々連続ゴールで波に乗れるかと思いましたが、単純なオフェンスと、ポストからアウトへのパスミス等で12-15と第1ピリオドはリードを許す。第2ピリオ

ドも残り4分まで第1ピリオドと同じような展開を繰り返していた。タイムアウトを取り、ディフェンスはピックアップを早く、オフェンスは流れを良くするため、ドリブルから先に入るのではなく、パスとカッティングを主体に流れを作ることを指示、34-27でなんとか前半を終えた。

後半は、英明高は必ずゾーンディフェンスで仕掛けてくるので、その指示をする。

案の定、後半開始からゾーンディフェンスでプレッシャーをかけてきました。

選手達は早いパス廻しとショートコーナーからの合わせのプレーで、また斉藤の4/4という効果的な3ポイントシュートもあって、55対38で第3ピリオドを終える。

最終ピリオド、英明高はゾーンからダブルチームを仕掛けてくるも、ポストが効果的なポジション（インサイドをとるか合わせのカッティング）を取らず機能していなかったが、アウトサイドプレイヤーのゾーンアタックで点差を広げる。残り8、7分と英明高が立て続けにタイムアウトを取り、マンツーマンディフェンスに変える。

その後、フルコートのプレスディフェンスに変えたので、残り4分過ぎにタイムアウトを取り、対プレスオフェンスと3ポイントシュートを警戒するよう指示する。この時点で73-43と最大30点差とするが、エンドからのスローインでパスミス等をし、連続ゴールを許し、結果77-53と借りは返せたが後味の悪い試合結果となりました。

いよいよ2年ぶりのベスト4を目指した聖カタリナ高（愛媛県）との準々決勝を前にして、全日本U18に選ばれている180cmのセンター濱口京子（どこかで聞いたことのある名前）を中心としたチームに対するミーティングでは、

①Xディフェンスでポストプレイヤーをダブルチームで抑えるディフェンスの確認

②3ポイントシュートのロングリバウンドと、オフェンスではドリブルが先行することなくパッシングゲームを主体に、積極的に3ポイントシュートを狙うことを、夜のミーティングと当日朝の練習で確認をする。

今回の大会でポストプレーできるのは2人しかいないのに、2年生平野は2回戦が終わってから、センターの本川は3回戦が終わってから発熱をし、点滴をしながらの出場（平野は3回戦欠場）、チームは今までガードだけで試合をしてきたとはいえ、それでなくても動けない選手が熱を出したということは、リバウンド面でかなり不利な状況となり、不安を抱きながらの試合となりました。

試合は、山の手高3連続シュートミスの後、ディフェンスの足が動かず、リバウンドは飛び込まれるで、アップ不足で試合をしているかのような状態が続き、山の手高フリースローのみの1得点後は、聖カタリナ高に3ポイントシュート、ペネトレートにリバウンドシュート、またファールが多くフリースローでの得点と、一方的な相手ペースとなり、1-13となったところで6:51にタイムアウトを取る。ディフェンスリバウンドと単調なオフェンスを指示する。

終盤によく3ポイントシュートが3本決まるも、第1ピリオドは相手の流れを食い止めることができず10-26の大差となった。

第2ピリオドも第1ピリオドと同じ展開となり、26-56の30点差となる。

ハーフタイム時に、聖カタリナ高より岐阜女子高の方がレベルは上、この試合内容は昨日まで戦ってきた意味がないばかりか、岐阜女子高に対しても、最大限の努力をするのが当たり前であり、このままでは終われないはず、「勝負に明日は無い、今日、今、ベストを尽くさなければならない」と選手を戒め、後半戦へ向けた心構えを伝え、今大会初めて使用する3-2ドロップゾーンの要点を説明した。

第3ピリオド、またも聖カタリナ高の連続ゴールで、この試合最大の35点差となる、その後、ディフェンスが少し機能するようになり、24秒バイオレーションを2回与えるものの、読みがまだ遅くローテーションが遅れ、オフェンスもアラウンドばかりでゴールカットがなく、得点差を縮めることができず、43-76の33点差となる。

第4ピリオド、ディフェンスが少しずつ効いてきていたので、3クォーターからのゾーンプレス仕掛けのこととし、体調不良の本川を外し小さくして最後の勝負に出る。ここでプレスが効き始め、3ポイントシュートも連続4本決まり、徐々に点差を縮める。相手の得点を僅か7点に抑え、このピリオドだけで7本の3ポイントシュートを含む28得点をあ

げるが、結果、前ピリオドまでの失点が響き71-83となり、2年ぶりのベストへは進めず、今大会を終えることとなりました。

この試合では、

- ①試合の入り方で、連動する気持ちの持ち方とディフェンス（リバウンド、ルーズボールも含めて）の双方をいかに確認して臨むことができるか。
- ②試合前半の得点は後半戦が勝負となるのでイーブンであれば充分。
- ③第4ピリオドが勝負なので、ここに来るまでのファールの数、体力等を振り向けられる用意があるのか、このことは、岐阜女子高戦と聖カタリナ高戦がまさしく証明しています。
- ④流れをつかむのはディフェンス ⑤身長差は工夫次第でクリアできる（現に、聖カタリナ高のセンターは3得点、山の手高の第4ピリオドはセンターなしで反撃）ということがこの試合で実践することができました。

今大会を通して感じたことは、

昨年までは常に長身のポストプレーヤーがいて、全国的に見ても大きい部類に属していたと思われま。今年には1番大きくて174cm台、しかも走力、持久力がないため、殆どがガードプレーヤーで試合を行って来ました。時には、ガードプレーヤーが同じコートに4人立つ場面が多々ありました。

このことは、小さなチームは決して不利ではないということです。特にオフェンスでは不利ということは決してありません。

但し3ポイントシュートが入らないと試合になりません。今大会4試合での3ポイントシュート成功本数は、1回戦山の手高11-9中津北高、2回戦山の手高6-3岐阜女子高、3回戦山の手高7-5英明高、準々決勝山の手高16-10聖カタリナ高と対戦相手全てに勝っていました。

チーム構成でガード、フォワード、センターが全て揃うなどということは、今まで経験したことがありませんし、これから先もないと思われま。良いガードがいる時はセンターが不在、大きな選手が揃っている時はガードが不在、寧ろ、どちらかという、大きな選手がいる時の方がどのチームも少ない筈です。また、センタープレーヤーばかりのチームと、ガードプレーヤーだけのチームで戦った場合、小さなチームのほうが必ず勝ちます。前述通りの結果です。

ですから、大きな選手がガードプレーヤーと遜色のないプレーを身に付けさせることを、ミニバスの時から指導して育成するべきです。

ガードのプレーを習得していければ、センターのプレーは簡単に見に付けることができますが、この逆は皆無とは言えませんが、大変な労力が必要とされます。

今大会でのガードプレーヤーのオフェンス技術の課題も見つかりました。

- ・スピードのコントロール →・ドリブルしながら、勢いに任せてのパス
- ・ダブルチームに対するムービングレシーブ →・バウンズパスの必要性
- ・クロスオーバーのドリブルチェンジするときの後方へ左右の突き出しとチェンジの幅を大きくする
- ・ドリブルペネトレーション時のステップの変化、ボールプロテクションとフェイク

以上ウインターカップでの報告をさせて頂きましたが、まとまりない報告となり、また意を尽くせず理解しがたいところもあろうかと思ひます。ご不明な点は直接上島まで連絡願ひます。

最後に、道内の殆どのチームが今回の山の手高と同じように、小さなチームが圧倒的に多いと思われまが、指導者の知恵と工夫次第では、チームはどの様にでも導いていくことができます。

過去にはバスケットボール経験のない指導者が全国優勝したチームが何チームもあります。

今でこそ実績のある選手が毎年加入しておりますが、チームを見だした頃は、当然リクルートもしていない時期でした。

チームを見て3年目のインターハイ全道予選で、運良く初出場、初優勝することができま

した。この頃の指導は私自身指導のノウハウなど殆ど持ち合わせておりません。当然のことながら、札幌で最低のチームでしたから、1年目は勝つことに抵抗を感じているチームでしたので、練習試合や札幌地区の大会で1勝も挙げることはできませんでした。また、入学してきて最初は他の部活に入部し、途中からバスケット部に入ってきた選手達で全国大会に出場したこともありました。

当時、学校に於ける練習状況も、週に3度しか体育館を使用することができません。しかもハーフコートのみ使用に限られておりました。(日曜日の午後のみフルコートを使用)その時の練習内容といえば、コートが使えない時は屋外か廊下で走ることが主体、コート使用時は殆ど1対1のみの練習、コートが使えない分ファンダメンタルは今以上に細かく指導していたし、今以上に走力のあるチームであったと思います。

今でこそ、月曜日の練習休み以外はフルコートを使用でき、環境的に恵まれています、当時の方が勉強もしていたし、練習内容はかなり工夫していたと思います。

諸々の条件や、環境が整っていないことを理由に諦めたり、嘆いたりするのはなく、条件も環境も、努力と創意工夫次第で克服できます。

次年度のチームはさらに小さくなる可能性があります。今、新たな方策を考えて1からスタートしたところです。

私の理想のチーム、“やらせるのではなく選手がやりたくなるチーム”を目指し、今年も大きな強いチームに挑戦します。

HBA（北海道バスケットボール協会）指導者育成専門委員会