

2025年度

第1回 U15 北海道クラブバスケットボール選手権大会要項(案)

1. 主催 一般財団法人 北海道バスケットボール協会
2. 主管 一般財団法人 北海道バスケットボール協会
3. 協力 札幌地区バスケットボール協会
4. 期日 2025年7月26日(土)～27日(日)
5. 開催地 当別町総合体育館
6. 実施要項
 - (1) 種別 男子・女子
 - (2) 試合形式 トーナメント方式(3位決定戦は行わない)
※参加チーム数によって変更あり、できるだけ試合数を増やす方針。
 - (3) 申込み 2025年6月16日(月)～23日(月)までに TeamJBA にて申込む。
 - (4) 参加資格
 - ①本年度 TeamJBA に『チーム区分：クラブ』として加盟登録済みのチームおよび選手(U15 および中学生)で編成されたチームであること。
※ただし、北海道中学校体育大会開催基準に当てはまる地域クラブのうち、中体連(地区予選を含む)に参加したチームを除く。
 - ②チーム・選手は、2025年5月31日までに JBA への登録がされていること。
※ただし、中体連(地区予選を含む)にエントリーしたのちに移籍を行った場合、その選手はこの大会に出場することはできない。
 - ③ベンチで指揮を執るコーチは JBA 公認 E 級コーチ以上を保有していること。
※大会1日目に受付においてコーチライセンスのチェックを行う。また、毎試合ホルダーは首から掲げること。
 - ④チーム責任者は、年齢が2025年4月1日時点で20歳以上の者で、チームを代表して対外的な窓口となり、参加にかかる手続き等ができること。また、チームに帯同し、チームの最終責任者として活動できる者であること。
 - ⑤チーム責任者・選手は健康であり、選手は大会参加について保護者の同意を得ること。
 - ⑥チーム・選手は傷害保険(スポーツ安全傷害保険)に必ず加入していること。
 - ⑦JBA 審判ライセンス C 級以上の審判を大会期間中帯同できること。
 - (5) チーム構成
 - 1 チームの大会エントリーは、スタッフは4名以内(コーチ、アシスタントコーチ、引率責任者、マネージャー、トレーナー等)、**選手は5名以上 25 名以内**とする。
※トレーナーは別途申請が必要。
 - (6) 参加料 1チーム 30,000円 ※抽選終了後に出場辞退する場合の返金は行わない
※参加チーム数、会場によって変動する場合がある。

(7) 申込み方法

TeamJBA のチーム／イベント一覧から「クラブバスケットボール選手権大会」を選んで申込みをする。

注) 申込み期間内であれば変更できるが、それ以降は変更できないので注意して入力のこと。スタッフで ID を持っていない場合、ID を取得してチームスタッフに登録してから申込みこと (ID の取得には登録料はかからない)。申込み後、コンビニで参加料を支払うこと。この際に TeamJBA のシステム利用料として 300 円かかるが、各チームで負担すること。

注) 参加料を 6 月 23 日 (月) までに支払わないチームは無効とする。

(8) 組み合わせ

北海道バスケットボール協会の責任抽選とする。※抽選結果は道協会 HP にて公開
(組み合わせは**6月27日(金)**に公開する)

(9) 競技規則

①最新の公益財団法人日本バスケットボール協会競技規則による。

※ただし、1クォーター8分とする。

②JBA によるマンツーマンディフェンスの基準規則に則る。

(10) 表彰

①チーム表彰 男子・女子各3位まで表彰する。

②個人表彰 各種個人表彰を行う。

(11) 代表者会議

代表者会議は WEB 会議形式で行う。詳細は各チームに提示する。

※7月15日(火)18:30~【予定】

(12) その他

- ・欠場チームは速やかに北海道バスケットボール協会に報告すること。
- ・申込後の背番号の変更は認めない。エントリー変更については、やむを得ない事情がある場合は所定の用紙に必要事項を記入し、2025年7月25日(金)12:00までに下に示した北海道バスケットボール協会の E-Mail アドレスにメールしてください。その際、変更届と TeamJBA マイチーム／チームメンバー詳細／メンバー表出力「所属属競技者一覧表」(会員登録システム・チーム責任者マナーページから「チーム加入選手一覧(PDF出力)」(交代選手は必ず登録一覧表に記載されていること)と一緒に添付すること。電話や FAX による変更は認めない。

※必要書類の郵送は行いません。メールに添付されたものや HP から各自ダウンロードしたものを使用してください。

※送付先メールアドレス：hbataikai@yahoo.co.jp 件名に U15、チーム名を入れること。

(例)【変更届】U15・札幌地区・チーム名

- ・提出書類に記載されたデータは、主催者が大会運営のため大会プログラムや大会公式サイトなどに使用するほか、大会報道を目的として報道機関に提供することがある。その他、個人情報および肖像権の取扱いについては (一財) 北海道バスケットボール協会個人情報規定による。
- ・MMC は JBA 公認(E 級コーチ以上)を保有するチームスタッフが担当する。
- ・TO は出場チームが担当する。
- ・大会運営に向けて、各チームから1名以上の運営スタッフを選出すること。
- ・1試合におけるベンチ入り選手は 15 名以内とする。試合ごとにメンバーの入れ替えを可とするが、本部と対戦相手にメンバー表を提出すること。

Basketball for Life (B4L)

日本をバスケットボールで
元気にするための選手育成指針



概要



「Basketball for Life (B4L) ～日本をバスケットボールで元気にするための選手育成指針～」は、日本バスケットボール協会 (JBA) の「^{※1}バスケットボールで日本を元気にします」という理念を基に、指導者が^{※2}一貫 (共通) した指導指針に基づいて日々の選手育成を行うことによって、選手たちの可能性を最大限に引き出すための一助としてバスケットボール指導者、スポーツ科学者や内外のスポーツ指導教本を元に作成されました。

「Life」には「生涯・生活・健康・心身」の意味があります。「Basketball for Life (B4L)」の目的は、人々が「生涯を通じて ('for life') のバスケットボール」を楽しめる環境を作る、そして、「生活・健康・心身のための ('for life') 」バスケットボールを実現することです。

「生涯を通じて（‘for life’）のバスケットボール」

バスケットボールは、子供にとっての遊びから、プロフェッショナル競技として、また、年齢を問はずレクリエーションとして様々なレベルで行われます。また、幼少期からバスケットボールを始める子供もいれば、中高生になってバスケットボールを始める選手もいるように、始めるタイミングも様々です。指導者が共通した指導指針を基に選手にあった指導を行うことによって、年齢や技術力に応じた途切れのない(Seamless:Keyword)選手育成を行えます。B4Lは人々が生涯を通じてバスケットボールを楽しめる環境の創造を目指します。

「Lifeのため（‘for life’）のバスケットボール」

「Lifeのためのバスケットボール」とは、生涯を通じてバスケットボールを楽しむためにはもちろん、生涯を通じて健全な生活を営むために不可欠な健康な心身をバスケットボールを通じて育むことです。近年、生活環境の変化により、生活習慣病などは年齢を問わず社会問題になっています。また、運動能力と学習能力の関係明らかになっています。B4Lはバスケットボールをきっかけに、人々がより健康になることお手伝いすること目指します。

指導者へのガイドとして

選手個々の身体的特徴や成長度、そして利用できる施設や器具などの環境によって指導方法が異なるように、選手、チームそれぞれに適したトレーニング方法は異なります。したがって、B4Lは絶対的な指導方法を示すものではありません。指導指針として、指導のガイド、あるいはお手本として利用していただきたいと思います。また、B4Lは定期的に更新され、定期更新では補いきれない頻度の最新情報はJBAのHPに随時更新します。

使いやすい

指導方針を利用しやすいようにするために、用語の説明は巻末の用語集にまとめ、指針に関連する諸理論や情報は本文とは別に枠に囲みにまとめています。また、エクササイズやドリルは画像や動画にリンクしています。

「Basketball for Life (B4L)」のポイント



それぞれの選手の成長段階と技術レベルに応じた課題を提供するために、「Basketball for Life (B4L)」は:①長期選手(競技者)育成(Long-Term Athlete Development: LTAD)モデルと、②バスケットボールの技術習熟度をもとに選手育成を行います。

LTAD (Long Term Athlete Development : 長期選手育成) モデル

LTAD (Long-Term Athlete Development: 長期選手育成) モデルは、様々な国々とスポーツにおける選手育成のモデルに採用されており、スポーツの種類を問わず選手の潜在能力を最大限にするための選手の成長度にあつた選手育成方法を示しています。

スポーツ特化 (Sports Specialization) と日本人選手の可能性

LTADにおいて、バスケットボールは遅い特化 (Late Specialization)、早期導入 (Early Engagement) のスポーツとされています。

つまり、エリート選手になるためには、早期 (6~8歳) にバスケットボール始めてボールを扱う能力や状況認知判断能力を養い始めるべきですが、早期にバスケットボールに特化するべきではなく、遅く特化した方が良いということです。バスケットボールへの特化の時期は男子で15歳、女子で14歳くらいとされていて、それまでは他のスポーツを含め様々な運動を試すべきだとされています。

遅い特化のスポーツにおける早期特化は選手の発達にマイナスの影響を及ぼすとされています。例えば、スポーツのシーズン制があり、一人の選手が複数のスポーツ行うことができるアメリカでは、近年、^{※3}早期特化 (Early Specialization) の傾向が強まっており、早期特化によるケガのリスク、バーンアウトなどの弊害が報告されています。また、NBAの選手に行われた調査では、高校の時にバスケットボール以外のスポーツもしていた選手がそうでなかった選手に比べて大きなケガが少なく、選手生命も長いと報告を含めて、複数のスポーツを行うことの利点が報告されています。

日本では幼少期から早期特化し1つのスポーツのみを行うのが一般的で、複数のスポーツを同時に行うことは稀です。この現状とLTADがバスケットボールは遅い特化、早期導入のスポーツであり、実際にアメリカで見られる遅い特化のスポーツにおける、早期特化の弊害を鑑みると、日本のバスケットボールでは幼少期の選手に他のスポーツを試したり (スポーツサンプリング)、他のスポーツで習得できるような様々な運動を体験させる機会を与えたりする必要があります。これにより、選手たちがバスケットボールに限らず、長期的にアスリートとしての可能性を最大限に発揮できる環境を作ることができます。



成長段階に合わせたトレーニング

成長段階の判断

B4Lでは各選手の成長段階をより正確に判断するために「骨年齢」を利用します。LTADを含め、一般的に成長度を判断するには生まれてからの年齢である「暦年齢」が使われていますが、成長度には早熟や晩熟のように個人差や人種による違いがあります。また、同じ学年や年齢でも、4月生まれと3月生まれ、あるいは1月生まれと12月生まれの間には1年近くの年齢差があります。したがって、暦年齢では個々の成長度の正確に判断できないことがあるからです。「骨年齢」は選手の身長を定期的に測定しグラフに記すことによって調べることができます。

骨年齢の調べ方と成長度の分類

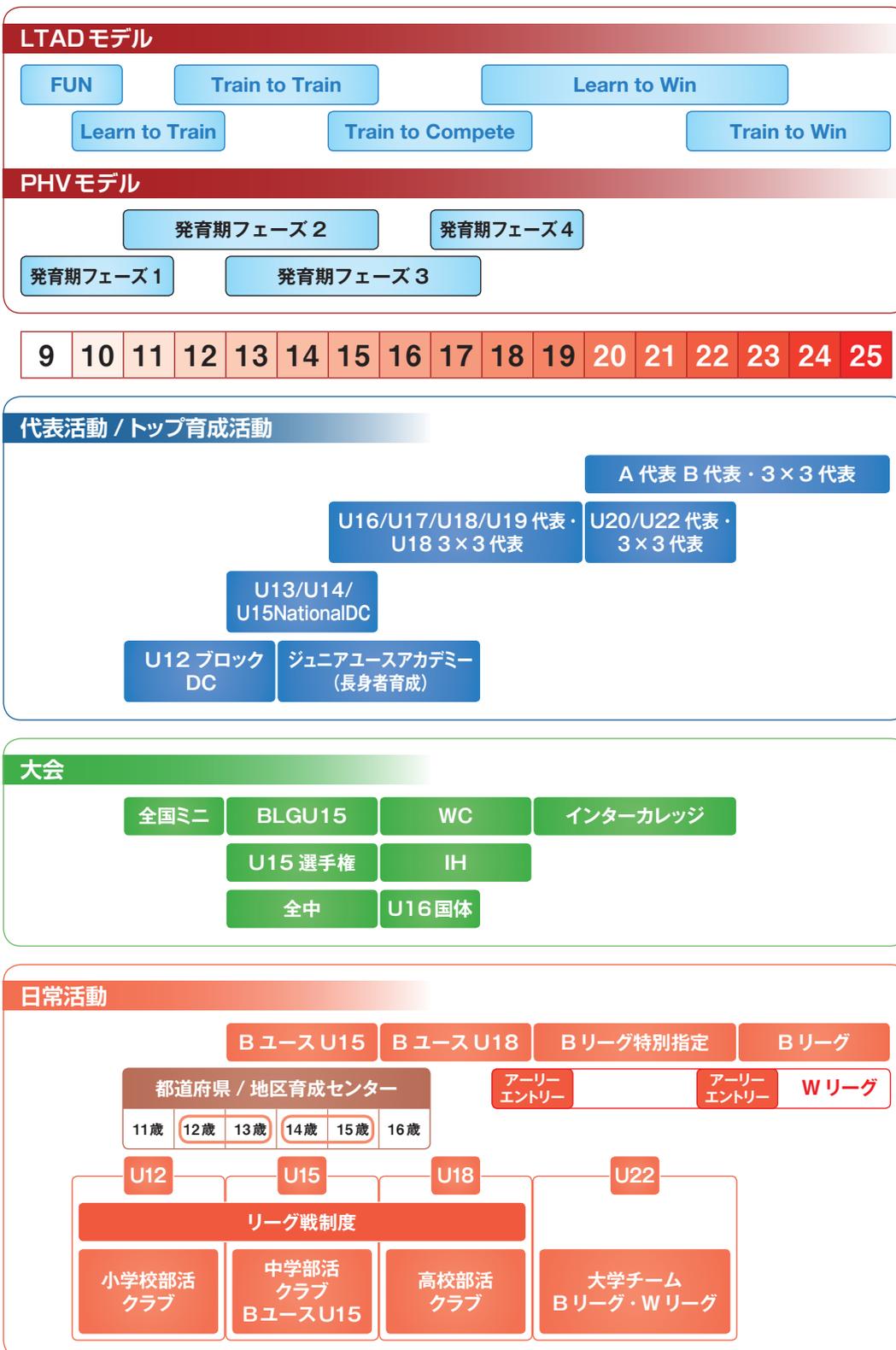
日本人の成長度に関してはこちら

- 中学校部活動における バスケットボール指導の手引き
- 中学生を取りまく身体的特徴と部活動の関係

バスケットボールの技術習熟度

選手にとって難しすぎず優しすぎない課題に取り組むことによって、選手のバスケットボール技術を効率的、また効果的に向上し、さらに難しい課題取り組む姿勢を育てることができます。したがって、指導者は選手それぞれの技術習熟度を判断し、練習内容の難易度を調整し、適切な練習を、適切なタイミングで、適切な量提供できるようにします。

LTAD/PHVモデルと代表活動・ 日常活動の関係



指導者・保護者を含めた大人が 育成世代の選手たちを どう育てるかの指針を共有する

1.目的・目標

▶ 敬意と品格を教える

育成年代の環境を整えていくことは、将来的な日本バスケットボールの根幹であり、出発点となります。頂点のレベルを長期的に高く保ちたいければ、それを支える幅広い土台が必要です。子どもたちの人格を健全に発達させるためには、指導者だけでなく、保護者、親の役割もとても重要です。その拠り所となるものがバスケットボール界にも必要であり、指導者・保護者が共有できる資料の作成に取り組むことになりました。こうした資料のなかから言葉に出会い、考え方に触れて、保護者や指導者の方が考えるきっかけになってもらえればと思っています。

まず子どもたちが知るべき大事なことはリスペクトです。相手に敬意を持つこと、人としての品格というものを、スポーツを通じて教えていくことを目指します。子どもが指導者や大人に対して暴言を吐く、あるいは相手チームや審判に対して粗暴な振る舞いをするのは良くないことです。敬意と品格を子どもたちに教えていくためにも、保護者の方がそれを理解しなければいけません。

▶ 育成世代における勝利とは？

試合では勝つことがあれば負けることもあります。必ず優劣がつきますが、育成年代では試合に勝つことだけを目的にするべきではないと考えます。試合結果に関係なく、品位のある戦い方をし、全力を尽くすことが大事です。自分自身の最高のパフォーマンスを出し切ることは、簡単なようで難しいことです。そうした目的をしっかりとやりきることこそが一つの成功なのだという意識をしましょう。いつでも全力でやりきれぬ選手は、非常に素晴らしい姿勢の持ち主であり、その姿勢は必ず将来に役立ってきます。目標を高く持つことは大切ですが、誰もがプロになれるわけではありません。目先の結果だけを追いかけることなく、一人ひとりの子どもたちが大人になったときに、選手として、人間として成熟するためには長期的な視野で、それぞれの年代に応じたトレーニングを行うことが重要です。

競い合うことへの理解も不可欠です。競い合うというのは何か？ どんなストレスや状況にも負けずに、自分の力を発揮できるようにすることです。自分に打ち勝ったその先に、対戦相手との戦いがあります。ベストを尽くした結果として、勝利はもたらされるものです。



2. 育成世代で大切なこと

▶ スポーツを通じて人生の歩み方を学ぶことができる

バスケットボール、スポーツを通じて、ライフスキルを学ぶことができます。ライフスキルとは、チームで約束した時間を守る、挨拶をしっかりする、人の話を聞いてコミュニケーションをとる、自分から発信する……といった人生に必要な取り組みのことです。もちろん、バスケットボールの技術、戦術、体力を学ぶこともでき、競争を学ぶこともできます。試合では勝つ喜びを得ることもできる反面、負けたときの悔しさや、挫折感を味わうこともあるでしょう。挫折や失敗からいかにして立ち直るか。また、負けをどのようにとらえるか。社会に出てから必要なことを、スポーツを通じて疑似体験できるのは、貴重な経験になります。

勝ち続ける、成功し続けることは、必ずしも良いことばかりではありません。立ち上がることを学ぶためにも、失敗をうまく経験することはとても大切なことです。大きすぎる挫折はトラウマになってしまう恐れもありますが、適切な失敗はしたほうがいいのです。「負けてもいい」という言葉を聞くと、手を抜いてもいいと考えてしまう恐れもあります。前述したように全力を尽くすというプロセスは大前提で一番大事なことです。全力を尽くしたその結果として、勝ち負けがあることは忘れないでください。

他にもバスケットボールを通じて学べることはたくさんあります。たとえば、目標を決めて、それにチーム一丸となって向かっていくことの大切さ。チームの大切さやインテグリティを学ぶこともできるでしょう。そして、倒れた選手に手を差し伸べるといったフェアプレー精神も身につけていくことができます。



▶ 指導者としてではなく教師として考える

指導者は育成年代では、監督としてではなく、教師のように選手たちと接したほうが良いでしょう。保護者として、親として、教えていく立場であり、育むことも大事です。時間がかかっても、忍耐強く子どもを見守っていくことが大切なのです。指導者が勝ちたいから、こういうやり方をするという大人主体の考え方ではいけません。そうかといって、すべて子どもの言うことを聞いていたのでは教育になりません。双方のコミュニケーションによって、築き上げていくことが大切です。

3.暴力・暴言の根絶

▶ 抑止力の強化

日本には昔から体罰があり、「愛のムチ」という言葉も存在しますが、暴力は犯罪だという意識を持たなければいけません。JBAでは暴力・暴言の根絶に取り組んでいて、インテグリティ委員会は、抑止力としてオン・コートでの振る舞いに対して、粗暴な暴言、暴力があった場合、テクニカルファウルを指導者に与え、そうした振る舞いをしないように罰則をつくっています。

オフ・コートの場面、日常の指導の場面では、保護者の存在がとても重要です。保護者が指導者の監査役になることで、暴言や暴力の抑止力になればと思います。それでも改善しない場合は、チームを変えて、もっと良い環境で取り組むという選択肢を持つことも一つの方法でしょう。

それと同時に、保護者による暴言・暴力も子どもたちのスポーツ現場にはあってはならないということは言うまでもありません。

4.保護者教育

▶ エリート選手に必要なこと

誰もが最初はバスケットボールが楽しいから始めたはず。しかし、より良い選手になっていくことを目指すと、厳しさを乗り越える必要が出てきます。こうした状況でもバスケットボールを楽しむ気持ちを忘れないように導いていくことが大切です。体力を鍛え、技術を鍛え、戦術を学ぶ。そうして競技力を高め、エリート選手へと成長していきます。そのなかでもっとも大事なことは安全に取り組むこと。精神的に追い込みすぎない。スポーツ障害を引き起こさない。バーンアウトさせない。育成年代では、指導者、保護者がこうしたところの注意を払わなければいけません。

保護者には子どもをバーンアウトやスポーツ障害から守る役割があります。指導者と選手の関係が上下関係になっていると、選手がどこかケガをしていたとしても、言い出せない状況が生まれます。こうしたとき、親は子どもの声に耳を傾け、指導者にそれを伝えることができる存在でいてほしいと思います。大事な大会があったとしても、ケガをしていたら無理をするべきではありません。無理をした結果、競技を離れなければならないほどの大怪我をしてしまうという例があります。PHVのこともしっかり考え、子どもの安全を守りましょう。

▶ ステージママ・パパは子を潰す

育成段階における親子の問題が、その後の選手のキャリアに非常に重要な影響を及ぼすことがあります。コーチや親に言われてやらされるのではなく、主体性を持って自ら取り組む、自ら創造していく力をつけるためには、自分で考える場面が必要です。子どもの主体性を育てるには、オーバーコーチングはNGです。親も子どもの行くところ、行くところについていって監視、指示をする、「ヘリコプターペアレンツ」ではいけません。また、「ブルドーザーペアレンツ」という言葉もあります。これはブルドーザーのように道を整備してしまい、子どもに安全な道を歩かせる親という意味です。転ぶ心配のない道だけを歩いていたなら、自分で考えることができない選手が育ってしまいます。自分で考えながら山道乗り越えていく選手のほうが遅く成長します。日本は教えすぎたり、整えすぎたりということが多くと言われています。失敗や挫折があっても、それを乗り越えられる選手に育つよう、過干渉は避けるべきです。どんな社会性を身につけるか、どう人生と向き合っていくか、子どもが生きていくための基盤に一番影響を及ぼすのは親です。それを理解した上で子どもと接するようにしてください。

▶ 自己責任を学ばせる

プロの選手にとって大切なことは、自分で自分をコントロールして、自分を高めていくことです。それを徹底しないと通用しない世界に行くことを考えたら、育成年代からその習慣をつけていくことが必要です。ご飯を食べること。休みをとること。こうしたことは言われなくても自分でしっかりできるようにしておくべきです。保護者としては「自己責任」というキーワードを頭に置きながら、どこまで関わるべきか考えましょう。栄養は子どものやる気にもつながります。エネルギー不足になると、試合でも練習でも十分なパフォーマンスができなかったり、集中力が欠けてケガにつながる危険もあります。栄養と休養は身長伸びにもつながる部分なので、しっかり栄養と休養をとって、良い状態で練習に臨むように心がけましょう。

▶ SNS対応

現在は多くの子どもがSNSを利用しています。実際、SNSで相手チームへの誹謗中傷、他のチームのことを悪く書くということが起こっているとされています。自チームでも、自分の子どもの出場時間への不満をSNSで発信したり、他の子どもや指導者への批判が出たりしているケースもあるようです。無意識にこうした発信をすることは自分にマイナスになって返ってくる人が多いので注意が必要です。保護者は書き込む前に冷静になって、批判などは控えるようにしましょう。自分がそうした発信をしていたら、子どもに注意を促すこともできません。子どもにもSNSの怖さをしっかり教えていきましょう。

▶ コーチの問題行動について

チームにはヘッドコーチがいてアシスタントコーチがいる場合があれば、コーチとは別に代表者がいる場合とない場合があります。コーチに問題があると保護者が感じたとき、誰にどのように相談するかということは、問題が起こる前にチームで決めておくようにしましょう。たとえば中学部活などでは、いきなり校長先生や教頭先生のもとへいくのではなく、まずはチーム内で解決することが重要です。保護者同士のネットワーク、チームの関係者、監督、顧問の先生など、どういう手順で解決するかを事前に共有しておきましょう。

5.勝利至上主義と育成至上主義

▶ 勝利は求めるが、勝利だけを求めない

勝利至上主義とは何をおいても勝利を求めること。一方、育成至上主義とはとにかく育成第一に考えることです。指導者が勝利至上主義に走るのは育成として危険なことです。たとえばミニバスや中学生では、選手が未熟であるため、ゾンプレスなど、戦術を駆使すれば勝てるというケースもあります。しかし、それに偏ってしまうと、その年代で本当に学ばなければいけない、1対1の個の力を育てるという部分が抜け落ちてしまいます。選手の能力を伸ばしていくためには、勝利至上主義ではいけません。とはいえ、「育成ありきだから勝たなくてもいい」という育成至上主義もバランスが悪いコーチングになってしまうかもしれません。勝つことを意識しなければ、勝利への工夫や執着心が育ちません。試合をやる以上は勝利を目指す。ここを基本にしながらも、プレーヤーに出場機会を与え、みんなでどん欲に勝利を目指していきます。勝利は求めても、勝利だけは求めない。育成年代では、勝利至上主義と育成至上主義の間くらいのバランスを考えて取り組むことが大事でしょう。



6. 一貫通貫

▶ 日本バスケットボールが目指すべき方向性

年代に応じた適切な指導や取り組みを、全国の指導者が理解して、それを実践することによって、将来より大きな成果を得ることが必要だと考えています。日本バスケットボールが目指すべき方向性として、しっかりコミュニケーションをとっていく。共通理解をつくることで、全国47都道府県のどこから出たきた選手でもおおよその基本は理解しているという状況を目指しています。走りながらのプレーを学んでおく。ハーフコートでのバスケットボールも学んでおく…というように、次の世代にいったときに要求されたことに対応できるような適切な準備をしておくことが大切です。選手は年代が上がるごとに学ぶことが増えていきます。10段階あるうちの1～2は小学生で学び、1と2もありつつ3と4は中学生、5～8は高校生で学び、9・10はプロで学ぶというように、適切な年代で必要なことを学ぶというのが、一貫通貫の考え方です。

一貫通貫でとくに大事にしているのはシュート力を高めようということ。そしてコンタクトに強くなるということです。コンタクトも小学生では、大人のような激しいコンタクトは求めません。強度は弱くてもいいので、バスケットボールは体が当たる競技なのだということをしつづつ教えていく。基礎技術、基礎プレーへの共通理解を生んでいくことが一貫通貫です。早いランジション、果敢に攻め続け、動き回れる選手という、ジャパンプレイを表現していく。これをみんなで実践していくために、技術も体力もメンタルも同時に育てていきます。



育成マインド

育成マインドの定義

「選手個々の成長過程を重視する考え方」

1. 課題を与えて気づかせるコーチング
2. 将来を見据えた勝敗を目指すプロセス、勝敗結果の捉え方
3. オーナーシップ(自分自身で責任を持つ・主体性)を育む

育成マインドの必要性

バスケットボールは互いの戦術を阻止し合うスポーツ →
選手のオーナーシップを育む

- 世界トップレベルのバスケットボールは、常に互いにやりたいことを阻止しあう攻防の連続である。
- 「戦術が阻止された後でも個で打開できる能力」「自身の判断で戦術を超えられる能力」がトップの選手に求められている。
- 指導者の指示を従順に遂行するだけの選手は、最高の選手と捉えられていない。

バスケットボールから人生を学ぶ → 将来を見据えて

- バスケットボールを通じて、選手は人生で役立つものを学べるように、指導者はサポートする必要がある。
- 主体性を持ち、仲間と共に課題の解決に向かって取り組み、自己実現を目指す、バスケットボールを通じて学べることを指導者は選手に気づいてもらえる様に働きかけたい。

育成マインドの普及で「日本を元気にする」

- これまでのコーチング概念を未来に向けて更に発展させ、育成年代の指導者全体がマインド(フィロソフィ・コーチング概念)を変化させていく必要がある。
- 育成マインドは、バスケットボールによる人材育成をよりよいものとし、将来的に「バスケットボールで日本を元気にする」というJBAの理念の実現に繋がると考えている。

1.課題を与えて気づかせるコーチング

<これまでのコーチングスタイル>

- 「できない子どもをできるようにしてあげる」= 指導者が課題を解決する。
⇒子どもは、解決するための根拠、プロセスがわからないまま課題の解決方法を学ぶ。
そのため、子どもたちは答えを待ち、課題を解決してもらうことに慣れていく。
⇒「課題を解決してもらうコーチングで育てて選手」は、**指導者に依存しやすい**。

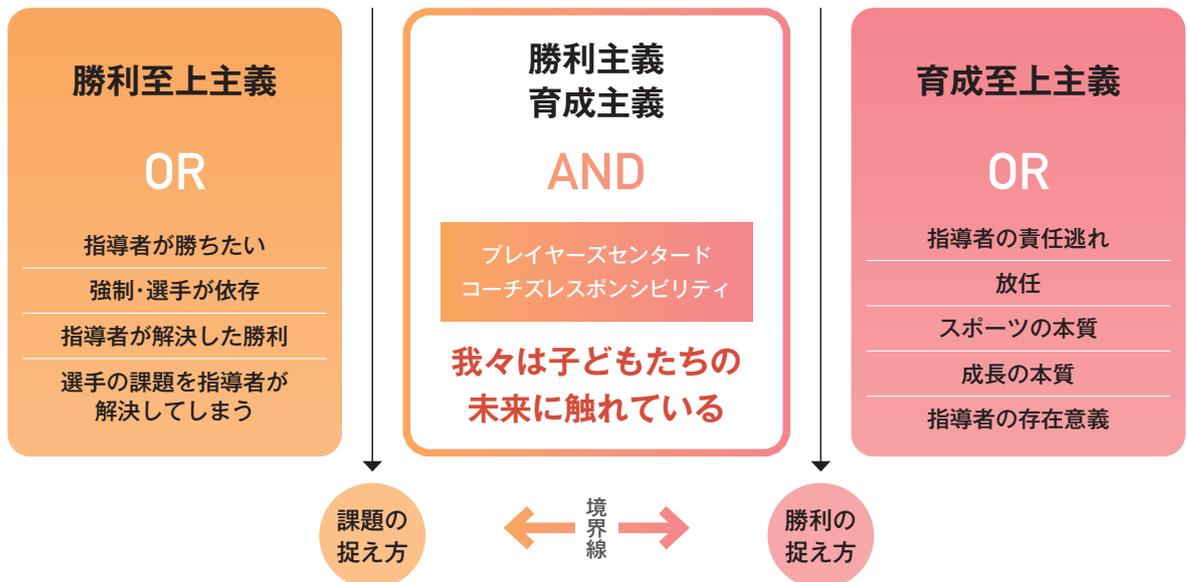


<これからのコーチングスタイル>

- 「課題を見つけること」=「できない子どもが気づくように大人はヒントを与える」
⇒子ども自身が課題に気づき解決することに対して、**大人は助言、支援的指導**をします。
⇒ティーチングポイントが大切であり、大人が示すか、子ども自身が気づくように助言をして上げることがよいでしょう。

- 「課題の解決を図ること」=「できるようになる」
⇒年代や習熟度に応じて子ども主体でできるように**大人は助言や支援をするコーチング**をしていきましょう。

- 「課題を見つけること」と「課題の解決を図ること」を分けて捉えましょう。
⇒「課題を見つけること=ティーチングポイントの認識」であり、全て大人が準備するのではなく子どもが発見したように感じられるように仕向ける(気づくように導く)こともコーチングテクニックです。
⇒「課題を与えて考えさせるコーチングで育ったプレーヤー」が将来的に質の高いプレーヤーになります。
⇒大人は「**課題の与え方**」が上手に、子どもは「**課題の解決方法**」を学ぶことになり、子どもに主体的に取り組む習慣が生まれてくると考えています。



2. 将来を見据えた勝敗を目指すプロセス、勝敗結果の捉え方

<背景>

- 子どもが勝負に没頭することは自然である。
(遊びには勝ち負けがあり、そこに夢中になることは楽しさの要素である)
- 大人の勝負のこだわりが、子どもたちの主体性を奪うことに繋がる。
(コーチの勝敗への関わり方は、選手の主体性の成長段階に応じる必要があるため)



- 子ども自身が勝利を目指し、勝利を目指すプロセスを通じて競争の価値を学び、体感することが重要であり、指導者は勝利を目指す過程や結果の捉え方を伝えるため助言・支援的指導をする。

- 勝利至上: 「大人が勝たせてあげる」といったコーチングは、世界の育成現場ではなくなっている。
- 育成至上: 勝負を度外視したり、指導者の責任を放棄することは、コーチングに値しない。
- グッドルーザー(敗者)の振る舞いを身につける。

選手の将来を見据えて指導する

—子どもを大きく育てるための勝敗の捉え方—

- 「勝利」と「成長」の天秤は、常に両方を求める方法を模索する。
- 「勝利」と「成長」の天秤がトレードオフ（どちらかを選択したら、他方を選択することができない）になった時には、育成年代の指導者は「勝利」以上に「成長」を追求する責任に比重を置くことを求めるべきである。
- 勝利に最も効果的な手段が、選手の将来にとって最適なものとは限らない。
- 選手の将来を見据えて、その時に学ばなければいけないものがある。
- 「学び」には、段階や順序がある。
- 選手の将来を犠牲にして、目先の勝利に必要なプレーを強要することは避けなければならない。

選手の将来を見据えて指導する

—ゲームは、子どもを大きく成長させる機会—

- その選手の将来のための「土台作り」をするのが育成年代の指導者の責任である。
- 試合は土台作りの手段の一つであり、試合の勝敗だけが全てではないことを知る。
- 選手にプレー機会を与える。
 - プレーの機会が、選手の成長にとって最も重要な機会である。
- トライ（挑戦）& エラー（失敗）を認める。
 - 勝つことだけを優先するとエラー（失敗）を恐れ、トライ（挑戦）が減少する。
- 競争することが大切。
 - 勝とうと「全力」で取り組むことで、選手はその過程において工夫し考察することを学ぶ。
 - 「全力」で取り組んだ結果、試合に負けたとしてもそれは失敗ではない。
- 負けた時はグッドルーザーの意味を知る機会であり、指導者や保護者などの大人のサポートが重要となる。
 - 相手を讃える。
 - 自らの成長する機会と捉える。

3.オーナーシップを持つ自立した選手の育成

- 指導者は、「どのように戦い」「どのようにして勝つか」といった課題を子ども(選手)から奪うべきではない。
 - 勝敗についての課題を設定することに自らも関わることで、選手は勝負に対するオーナーシップ(結果は、自分次第で変わるという考え方)を育むことができる。
 - 勝敗についての課題を設定することに自らも関わることで、指導者に依存することなく「自立した選手の確立」を目指すことが期待される。

指導者の指導行動の在り方例

【U12】

- バasketボールを始めた子どもたちには、指導を多くしてルール、技術を伝える。誤りは正して、正しい技術の習得を目指す。
- 指導行動は大きいですが、常に「Basketボールの楽しさ」を強調する。その過程において、子どもたちは、自身で判断する楽しさ、達成した楽しさ、成功した楽しさ等を感じられるように配慮した指導を行う。
- この年代はスポーツに取り組む最初の習慣が作られる時期で、この時期に「指導者が勝たせてくれる」「指導者の指示通りにプレーすればいい」といった思考とならないように注意したい。

【U15】

- 技術や基本プレーを学んだことで、自らの判断でプレーする習慣を養う年代である。
- 指導行動は、U12世代より小さくなり、選手自身が未熟な状態ではあるが、ゲームを通じて試行錯誤を繰り返し、自らの判断でプレーする習慣を学ぶ。

【U18】

- 応用的な戦術を指導するため、指導行動が大きくなる年代である。
- 選手自らが判断していく習慣が失われないように考慮しながら、戦術的な要素が加わっていく年代である。

