

バスケットボール10カ条

バスケットボールは、世界213カ国で競技されている人気の高いスポーツです。日本でも子供からシニアまで男女共に多くの人々がプレイしています。

しかし、其の競技人口の割に競技レベルは世界に遅れを取っています。一般的に日本人は背が低いから仕方がないと言われますが、それだけが原因では有りません。日ごろの指導の在り方にも原因が有ります。

スポーツ少年団、中学、高校とそれぞれ勝つ事ばかりに目を奪われて、発育、発達段階に応じた一貫指導が欠落しています。練習のやり過ぎや無理な体の使い方により、スポーツ障害に悩む子供や燃え尽きてしまう子供たちがいます。

バスケットボールは他の競技とは異なり、試合中でも選手に直接話しかけて良い等、コーチの采配が勝敗に大きな影響を与えます。その為、指導者自身も気がつかないうちに「口うるさい指導者」に成ってしまい、講習会で学んだことをつい忘れてしまうのです。

また、バスケットボールの魅力に取りつかれた親御さんは、時として指導者以上に勝敗にこだわり、子供達の健全な成長を阻害してしまう事も有ります。

こうしたバスケットボールの現状を指導者ばかりでなく、保護者もプレイヤーも、観客も一体となって考え、改善していく事が大切であろうと考えます。

それぞれの立場で、魅力あるバスケットボールの環境づくりをする為の指針を、10カ条にまとめました。

是非魅力あるバスケットボールの環境づくりをお願い致します。

榎本 日出夫

プレイヤーの為の10カ条

- 1：ルールを理解し、ルールに則ってプレイして下さい。判定に従いましょう。
- 2：気持ちをコントロールして下さい。審判や仲間や相手チームに悪口を言わないようにしましょう。
- 3：貴方自身の為、そして貴方のチームの為に全力を尽くして下さい。
- 4：味方ばかりでなく相手チームの応援団からも称賛される様な素晴らしいプレイを試合で披露して下さい。
- 5：ハッスルプレイとラフプレイは違います。敵味方に関係なく、脅かしたり不公平な態度は禁物です。
- 6：コーチ、審判、オフィシャル、チームメイト、相手チームと協力して下さい。彼らの協力なしでは試合はできません。
- 7：両親やコーチの為ではなく、バスケットボールの本当の楽しさの為にプレイして下さい。
- 8：負けた時の心構えが大切です。次の試合に向けて負けた原因を取り除く為の手立てを考えて下さい。
- 9：一流選手としてやっていけるのは、選抜された一握りのプレイヤーだけです。学習活動もスポーツと同じくらい一生懸命にやって下さい。
- 10：特別な事の前に当たり前のことを自然に行えるようにしましょう。例えば、会場を綺麗に使用し、ゴミなどを持ちかえる事もその一つです。

観客の為の10カ条

- 1 : スポーツは楽しむ為に有ります。周囲の人々と一緒に成ってスポーツを存分に楽しんでください。
- 2 : プレイヤーやチームをしっかりと応援して下さい。プレイヤーは応援で輝きます。
- 3 : 審判の判定は公平で最善の判断で有ったと受け入れて下さい。
- 4 : ルールを守り、審判の判定を受け入れる様にプレイヤーを励まして下さい。
- 5 : コーチ、審判、オフィシャル、そして相手チームやその応援団にも敬意を示して下さい。
- 6 : 敵味方に関係なく良いプレイには惜しみない拍手を送ってください。
- 7 : 試合に熱中するあまり暴力的になったり、暴言を吐いたりしないよう応援に注意をして下さい。
- 8 : 試合会場にゴミを残さない様に持ち帰って下さい。設備は丁寧に扱って下さい。
- 9 : プレイヤーやチームへの支援をこれからもお願いします。そうすればさらにゲームを楽しむ事が出来ます。
- 10 : 御友達を沢山誘って下さい。バスケットボールは世界で最も人気のあるスポーツです。

指導者の為の10カ条

- 1 : プレイヤーは常に違和感と不安の中に居ます。結果ではなく何かにトライした事をほめて下さい。
- 2 : 出来る様になるには、時間がかかります。優先順位をつけ、発育、発達段階に応じた指導をして下さい。
- 3 : 貴方が昔、学んだ技術が正しいとは限りません。向上心を忘れずに謙虚な姿勢で指導して下さい。
- 4 : 審判の判定にクレームをつけるのではなく、全ての審判員のレベルアップに貢献して下さい。
- 5 : 貴方が試合をするのではなく、試合をするのはプレイヤーです。試合は日ごろの成果を確かめる場です。
- 6 : 敗北はすべてあなたの責任です。プレイヤーのせいでは有りません。冷静に次の課題を見つけてください。
- 7 : 頭も体も鍛えるには時間がかかります。子供の将来に向けて適切な判断力とマナーを教えてください。
- 8 : 保護者との連携がチームづくりには欠かせません。特に金銭トラブルには注意して下さい。
- 9 : 体罰、言葉による暴力をなくしましょう。指導者同士で注意し合う様にして下さい。
- 10 : 安全第一。正しい身体の使い方を指導して下さい。もし怪我や事故が発生したら冷静に対処して下さい。

保護者の為の10カ条

- 1：貴方のお子さんが自分で興味を膨らませワクワクしながら活動に参加できるように励まして下さい。
- 2：子供達がルールに則って楽しくプレイできるように励まして下さい。
- 3：まじめに努力し続ける事が、目先の勝利よりも大切です。成功には近道はありません。その事を教えてください。
- 4：お子さんの能力が高まり、活動を楽しむ事が一番大切です。勝利にこだわり過ぎてはいけません。
- 5：子供は大人の鏡です。子供達のお手本に成る様、どちらのチームでも素晴らしいプレイには拍手を送りましょう。
- 6：自分の子供やその仲間に対しては、けして批判はしないで思いやって下さい。
- 7：審判の判定がより公平になるよう、その判定が最善で有ったと受け入れて下さい。判定は覆りません。
- 8：皆さんの日頃の振る舞い、態度が子供達のマナーに影響を与えます。良いお手本を示して下さい。
- 9：体罰、言葉による暴力を排除しましょう。その為の努力を惜しまないでください。
- 10：指導者、支援者、他の保護者を敬い、助け合いましょう。チームは子供を預るところでは有りません。