

岩手全中に参加して

東月寒中学校 女子バスケットボール部 高柳 裕一

・第45回全国中学校バスケットボール大会に参加しました。今までのことを振り返っての報告を書かせていただきます。生意気なことも書いているかもしれませんがご容赦いただければと思います。

【はじめに】

女子を指導して6年がたちました。女子の指導に、はじめは気が進まなかったのですが、現高3の生徒を教えるから印象が変わりました。廃部寸前の部に入部してきた子が12名。ミニバスをやっている子が一人もいなく、「3年間で1勝できるかできないかだけどいいの？」と生徒に話し、廃部寸前の女子バスケット部がスタートしました。今思えば、この子たちがみんなやめていたら今はないので、きつい練習に耐えて頑張ってくれたことに感謝しなければいけません。そもそもは、ミニバス経験のない女子は無理だろうと思っていたのもあって、生徒がやめたくなるような練習ばかりしました。徹底して走らせ、体を鍛えていく。これに弱音を吐くことなくついてきた子たちは、いつの間にかミニバス経験者がいないのにもかかわらず、ミニバス経験者がいるチームに勝てるようになってきました。

2年たち、ミニバス経験者の新入生を加え、チーム力はさらにあがりました。中体連では結果は残せませんでしたでしたが、感動的なゲームをすることができました。さらに2年、全道の新人大会で2位に入ることができました。160cm台が一人もいない中でよく頑張ったと思います。小さくても必死に走って頑張れば勝てることがわかりました。残念ながら、この年は札幌地区で敗退し全国の切符をつかむことができませんでしたでしたが、良い経験ができました。また、全国大会のプレ大会に参加させていただき、全国のバスケットを直接感じることもできたのも大きな財産となりました。特に九州の二島のバスケットが素晴らしく、今回の全国出場につながる良い経験と勉強ができました。

【取り組んでいる練習】

なぜ、勝てるようになったのか。それは、とにかく「ディフェンス」の練習をしたからだだと思います。全道の新人大会で小さくても勝てたのは、当たることを嫌がらず、攻めるディフェンスをしたからこそ勝利ができたと思っています。また、ミニバス経験のない子たちでも徹底して守ることを意識して頑張ったから勝てました。勝つためには、『ディフェンス』『1on1』『走力』だと思います。全国大会でも、ドリブルで相手を引き離すスピードを見せてくれたうちの選手はみていて自分のチームながらすごいなと思いました。フットワークから始まり、スライドやモンキーなどで徹底して脚を鍛えることを何度も繰り返しています。それに加えて走る力をつけるための8分間走とシャトルラン、ブレイクの練習など、どこのチームもやっていることばかりです。でも、それにかかる時間はほかのチームよりも多いと思っています。それが『相手をしっかり守って相手より速く走って点を取る…堅守速攻』といううちのスタイルにつながっています。その他の練習は『1on1』がメインです。ディフェンスの脚を持つ者と1対1で勝負をすることが試合で勝

つためには必要です。この差が全道での勝利につながったのではないかと感じています。

【外部コーチとの連携】

外部コーチの宮川さんの存在なくして本校のチームは語れません。外部コーチと言っても、服装や態度など生徒指導にならないような方が失礼ながら指導している場面をよく見かけます。バスケの指導も大事ですが、生徒をしっかりと育てることも非常に重要なことだと思っています。その点に関してしっかりと理解して指導してくれています。また、お互いの信頼関係もしっかり築けており、私が何を指導しようと、絶対に間違っていることは言わないと話してくれたことがあります。また、全道優勝の時にベストコーチ賞を受賞した際「俺一人でやっているのではないから…」とそっと私にベストコーチ賞の盾を手渡してくれました。こういった関係を築くことができ、外部コーチとの連携がうまくできました。これは非常に重要であり、今後の参考になればと思います。

バスケの指導に関して言えば、道内ではトップクラスの宮川さんですので、生徒が上達するのが目に見えてわかります。ただし、こんな事言うのが正しいかはわかりませんが、難しい指導はほとんどしていません。本当に誰でもが知っている基礎を徹底して取り組んでいるだけです。選手が集まったから勝ったようなことを言う方もたくさんいましたが、そうではないと思っています。選手の能力を残念ながら発揮させていないチームがたくさんあるのも事実だと思います。それは、ミニバス経験のない選手を連れて練習試合に行ったときに強く感じました。今年の選手もはじめからできたわけではなく、毎日毎日の指導の積み重ねで少しずつ上達していったことを知ってほしいと思います。

【全市から全道へ】

このチームは、初めの頃は結果を残せていません。全国の切符を逃して次こそはと臨んだ新人戦。4回戦で新川中学校と当たり、1点差で負け。札幌ベスト16という結果でした。南北海道大会にも参加することができませんでした。新チームになってからは、「全国制覇」を目標に据えて取り組んでいたため、非常に悔しい思いをしました。ただ、そこで負けたことが、その後の原動力になったのも事実だったので、負けはしましたがチームは成長できた時期でもありました。旭川のチャレンジカップでも新川に負け、ずっと勝てないまま春を迎えます。札幌春季大会でようやく新川中学校に勝利し、札幌1位となりました。その後札幌中体連でも何とか勝つことができ、全道大会へ進むことになりました。

<全道大会>

新川戦以外は全員出場で失点が30点程度で、ディフェンスで勝利をしてきたことが証明されていると思います。全道大会出場の選手を自由に攻めさせないレベルのディフェンスによって速く走って簡単に点を取るチームスタイルを存分に発揮できたと思います。決勝は札幌地区から続けて新川中学校。何度も試合をしてきてお互い手の内をよく知っているのも、やはり楽なゲームにはなりません。3年生の『負けたくない』という気持ちの勝利だったのかと感じています。特に大原の動きと阿部のリバウンドが勝利をもたらしたと言っても過言ではなかったと思っています。

【全国大会】

全国大会へ向けてもっとも苦労したのは、「こんなにも事務処理が大変なのか」ということでした。練習もありますが、一人スポンサーでは全く処理しきれないほどの事務処理が山ほどあります。一人で全部やったら練習を見るのが不可能になるほどです。今後全国に出られる方には知っておいてほしいことです。

さて、全国は当たり前ですが素晴らしい場所でした。どの試合も非常におもしろく、こんな場所で試合ができるんだという感動と喜びを得ることができました。また、全国では女子のチームがこんなに大きいのかということも思い知らされました。170cmなんて当たり前でどこのチームにもいます。それよりもさらに大きく、道内では経験したことの無い体の強さを持つ選手がインサイドで頑張る姿を見て、「うちのチームでは正直おさえるのが厳しいかもしれない」と感じました。しかし、そこで弱気にならず、全国を視野に取り組んできたので、とにかく目の前の1戦1戦に全力を尽くすことを考え試合に臨みました。

初戦の長野三陽戦。やはり、全国の舞台というプレッシャーからか、非常に堅く、なかなかリードできない状況に。それでも、途中から持ち直し、初戦を勝利。2戦目は九州地区2位の沖縄北谷。非常に能力の高いガードとフォワードの選手に苦しめられました。2人に20点以上とられ、53点を失点してしまいました。これだけディフェンスの練習をしてきてもこれだけ得点できる能力のある選手がいることに驚かされました。そして、この試合で、平塚が後にわかるのですが剥離骨折をするアクシデント。チームにとっては痛すぎる結果になりましたが、予選リーグは2勝し1位通過することができました。新川中学校とともに予選1位通過をすることで、北海道のバスケットのレベルの高さを示せたのではと思っています。

決勝トーナメント抽選会。ものすごい厳重なチェックの元、抽選が始まりました。あんな抽選は経験したことがなく、正直ここまでするのかと驚きました。決勝トーナメントでは早いうちにはなるべく当たりたくなかった大型センターがいるチームがことごとく逆山に入り、夢のセンターコートへの道が見えてきたと感じました。

決勝トーナメント1回戦。関東3位茨城大島中学校のU15にも選ばれているエースは、多少の身体接触をされたくらいではシュートをはずすことはありませんでした。毎試合30点以上一人でとる選手なのですが、キャプテン阿部のディフェンスが効き、18点に抑えることができました。平塚がけがの影響で出場できない状況で戦いましたが、やはりリズムの狂いなどが出てしまい、予想以上に苦戦したと感じました。54-39で勝利し、ベスト8を決めました。準決勝進出をかけた大一番。東海2位の愛知長良中学校。平塚をスタートで起用し、前半はリードして終えました。しかし、長良の驚異的な粘りもあり、3クォーター終了後は逆転を許します。しかし、大原の勝負強いシュートにも助けられそこから一進一退で、試合終了間際2点のビハインド。最後の最後で岡本がミドルポスト付近からのターンショットに成功し、同点で延長へ。延長一時7点リードをしたものの、ミ

スが出てしまい、追いつかれ、2点差のところまで相手のレイアップが決まり1点差。タイムアウト…と思ったところでファールの笛。先にタイムアウト請求してしまったので、相手フリースロー前にタイムアウトを取ることを余儀なくされてしまいました。これが悔やんでも悔やみきれないものとなってしまいました。フリースローを決められ同点。その後オフェンスミスが起き、逆速攻からのシュートを決められ残り2.5秒。ここで万事休すとなってしまいました。非常に悔しい負け方でしたが、たればを言わせてもらえば、平塚のけががなかったら…と思わざるを得ない結果でした。だからこそ、シックスマンの存在を大きくしておかねばならないんだということを学びました。この夏唯一の敗戦が、届きかかっていたベスト4と夢のセンターコートを逃したものとなってしまい、悔しかったのと泣きじゃくっている選手に勝たせてあげたかった気持ちがあふれ、道新の記者さんの取材時には耐えきれずに号泣してしまいました。

【今後に向けて】

バスケット面で言えば、有効だと感じたのは『フリースクリーン』です。女子はなかなか長いパスが飛ばないのでこれに対応する練習はしていないのではないかと思います。全道でも全国でも通用したのではないかと思います。ディフェンスではヘジテーションとボールマンへのワンスナップは非常に有効でした。走力に関しても、全国でも互角以上のものがあつたと思います。やはり、ディフェンスと1 on 1と走力が今後も重要なことだと感じています。足りなかつたとすれば執着心の強さかと思ひます。準決勝坂本ー山口の試合で、競つた場面でのルーズボールに真っ先に頭から飛び込んだのは180cmの坂本の奥山さんでした。そして、飛び込む選手の数々の多さ…これは北海道では見られないプレイだつたと思ひます。そして、強いインサイドのプレイができる選手とその選手をディフェンスできるスキルが必要です。どこのチームにもインサイドの上手な選手が必ずいて、その選手を守れないことには勝利はないと思ひます。また、どの選手も身体接触に非常に強いです。北海道ではファールになってしまうようなプレイも、ディフェンスの頑張りがあればファールとして取り上げられていないように感じました。だから、攻める選手が多少ディフェンスと接触しても、ぶれずにシュートを決めることができていました。このあたりの強化も重要なことだと感じました。

【最後に】

終わりになりますが、北海道のチームがセンターコートに立ち、優勝旗を持って帰ってくるのは、もはや夢ではないと感じます。今回の本校の経験が何かの役に立てば幸いだと思ひています。また、こういう結果が出せるようになったのも、北海道の指導者の方々の日々の取り組み、ジュニア連盟の活動があつたからこそと感じています。これからも一緒に全国の頂点目指して、皆様に頑張つていけたらと思ひています。ありがとうございました。また、中学校以外のカテゴリーの皆様の協力もあつて全国で通用する戦いができたと思ひます。練習ゲームを快く引き受けてくださった各高校の指導者の皆様に心からのお礼を申し上げます。直前にお世話になつた札大の皆様にもお礼申し上げます。