

# 第45回全国中学校バスケットボール大会を終えて

札幌市立札幌中学校 競 啓太

## 【0】はじめに

『咲き誇れ！ 北で夢見し 絆の華よ』をスローガンに『(公財)日本中学校体育連盟創立 60 周年記念大会・平成 27 年度全国中学校体育大会・第 45 回全国中学校バスケットボール大会』が岩手県一関市・奥州市において開催されました。私たち札幌中学校男子バスケットボール部は、7月の札幌地区大会、8月の北海道大会で準優勝となり、全国の晴れ舞台に立つことができました。選手と共に目指してきた舞台に立つことができ、大変うれしく思います。また、全国大会出場に至るまでにご支援・ご声援を頂いた皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。まだまだ未熟なコーチであり、僭越ではありますが、全中を経験して学んだことなどを書かせていただきたいと思います。

## 【1】チーム作りのために

札幌中学校区には4校の小学校がありますがミニバスは1チームしかなく、毎年1～2人しか経験者が加入しません。今からさかのぼること2年半、札幌中学校に4名同時に全国大会を経験した選手がやってきました。札幌中学校は全国大会はおろか、全道大会にも1度も出場したことがありません。そしてヘッドコーチは前年度に前任の方から引き継いだばかりの新米コーチです。「本当にこんな選手たちを預かってよいか」それが1番最初に思ったことでした。

幸いなことに札幌中学校には、前年度全国大会に出場したコーチ・和田圭吾先生がおり、たくさんのお話を学ぶことができました。練習の組み立て方や戦術、コンディショニングなど、様々なことを教えていただきました。

チーム作りを行う上で1番大切にしてきたことは、最終目標を設定し、それに向けた長期目標・短期目標を決めることです。チームの現状を見て、その時に必要なことを教えるのではなく、最終的にどんなチームにしたいのかを考え、そんなチームになるために必要なことを教えていくのです。定着までは時間がかかりますが、チームを作る上でプレが少ないと感じています。

新チームの始動から、チームの約束やシステムの練習に取り組みます。その中で不足しているファンダメンタルや、ルール浸透のための分解練習を見極めて行っています。そうすることで選手が“必要を感じる”気持ちが強くなることがわかりました。

## 【2】中体連までの道のり

選手たちの持っている力もあり、多くの試合で勝利を収めることができました。しかし、それがただ勝っているだけで何の成長にもつながっていなかったと気がついたのは南北海道大会でのことです。正直、苦しい展開になっても勝って天狗になっていたのかもしれませんが。南北海道大会の決勝は東海大四中との対戦。全市大会と同じカード。しかし、24点差と大敗。全市大会から差を縮めるところか、開いてしまう結果になりました。ディフェンスでもオフェンスでも切り札がなかったのです。苦しい展開がいつまで経っても乗り越えられない状況をコーチが作り出してしまっていたのです。年末年始に戦術の勉強をし、年明けはたくさんの方に力を借り、決戦大会を迎えました。手持ちのカードが数枚増えただけですが、決戦大会では東海大四中と4点差でした。「戦術・ベンチワークだけでも違うのか」と実感した瞬間であり、自分の未熟さ、不勉強さに悲しくなった瞬間であり、選手たちに対して申し訳ないことをしていたと思った瞬間でした。

北海道カップ（道外チームを招待し、全道上位チームと対戦する大会）への出場や、苫小牧遠征、旭川遠征、市内高校との練習試合を経験し、戦術の幅も広げて中体連を迎えることができましたが、なかなかピークをあげることができませんでした。「ゲームを続けていくことで徐々に上げていければ…」と思っていたものの焦りすら感じていました。特に決勝リーグに入ってから苦しい戦いが続きました。しかし、なんとか全道大会への切符を手にすることができました。

全道大会前はピークをあげる努力をしました。普段の練習よりもコンディショニングのメニューを増やしたり、シューティングを増やしたりしました。それでも、苦しい流れは変わりませんでした。しかし、苦しい戦いが続いたからこそ、全市・全道と集中力を切らすことなく戦い抜くことができたのかもしれない。どの試合も焦る様子はなく、要所を締めるプレーができました。

決勝の東海大四中戦は、前半を4点リードして折り返すも3Qで一気にやられ1年間1度も勝つことができずに全道大会を終えました。中学校のバスケット部としての経験の差もあったと思いますが、「全道優勝したい」という気持ちの強さであったり、「全国で勝ちたい」という気持ちの強さであったり、精神的な面で負けてしまっていたと感じたゲームでした。

### 【3】全国を肌で感じて

前年度、女子のコーチである和田先生は“全国で勝ち抜く具体的なイメージ”が大切だと話していました。香川全中に帯同させてもらったこと、北海道カップで本丸中・小岩第四中と対戦させていただいたことが、チームや私にイメージを与えてくれ、どうすれば勝てるのかを考える余裕を持つことができました。また、試合順もチームに味方し、予選の2チームをスカウティングしてから対戦することができました。そのおかげもあり、予選を無事に勝ち抜くことができました。

全国大会で感じたことはまだあります。それは、外国人選手やハーフの選手が増えてきていること。たくさんチームにいました。また、どのチームにもビッグマンはいますし、都府県によって戦術(形や仕掛け所)やリズムが微妙に違います。何よりあたりの強さが違いました。ファールだと思いプレーを止めてしまう場面、強引に切り込む勇気がなくなってしまう場面も多々ありました。そんな独特の雰囲気かにか早く感じとり、いつも通りのプレーをすることがとても重要だと感じました。

もう一つ。予選と決勝トーナメントは違う大会でした。各チームの気迫も戦術も前日とは全く違うものでした。「負けたら終わり」という感じがどの大会よりも強く、私も選手たちもプレッシャーをひしひしと感じていました。それに比べ東海大四中の戦いぶりは素晴らしいものでした。5人というハンディを抱えながら、まさに“全国バージョン”の東海大四中でした。白子戦も別府北部中戦も手に汗握る好ゲームでした。全国で勝つためにできることをたくさん学ぶことができたように思います。

### 【4】終わりに

今回、コーチとして初めて全国を経験させていただきました。選手と共にバスケットを学んでいる段階で行かせていただけたことを本当にうれしく思います。全国の舞台で多くのコーチを見て、勝つために必要なこと、指導者として必要なことが、わかってきた気がします。まだまだ未熟ではありますが、もう一度夢の舞台に立てることを目指し、努力していきます。

北海道バスケットボール協会および北海道ジュニアバスケットボール連盟の一員であることに幸せを感じていますし、そこにいる皆様のおかげで、このような貴重な経験をさせていただきました。この場を借りて、お礼申し上げます。ありがとうございました。今後もよろしくお願いいたします。