バスケットボール初心者を中心としたチームへの指導に関する研究
～BSC バスケットボールスクールを例に～

森下　恵理香　（競技スポーツ学科　コーチングコース）
指導教員　佐々木　直基

キーワード：BSC バスケットボールスクール　技術指導　練習メニュー

１.緒言

バスケットボールにおいて、ジュニア期の指導充実の重要性は認識されてはいるものの、全国レベルの一貫指導の検討成果は得られていないのが現状である。その中で、1992 年に発足した神奈川県生涯スポーツ振興会議スポーツ科学研究会は、一貫した指導カリキュラム開発のためのプロジェクトチームを編成し、バスケットボールについて主にジュニア期プレーヤーの発育・発達にあった具体的なカリキュラムを検討し、1994 年に「かながわバスケットボール指導教本―ミニからの一貫指導マニュアル―」として、その研究成果を発表している。

実際にスポーツ指導を行う際は、子ども一人一人の技能レベルをしっかり見て学年別やレベル別の練習メニューを考え、取り入れていかなければいけないと考える。また、スポーツ少年団のように、初心者であっても自由に参加することができる集団では、必然的に技能レベルの個人差が大きくなるため、個々の技術向上を図る上で特に重要視されるのではないか。

そこで、本研究では本学の BSC バスケットボールスクールにおいて、スクールリーダーが抱える問題、特に技術指導に着目し、今後のスクールでの指導において、“指導者の育成”につながる基礎的資料を得ることを目的とした。

２.研究方法

【調査対象】

BSCバスケットボールスクールリーダー15 名。

【調査方法】

アンケート調査・実践指導

【調査内容】

対象者 に、子どもたちへの技術指導においの難点、またその改善点をそれぞれの考えで自由記述してもらった。それを基に考案した練習メニューで、実際に指導を行ってもらう。

３.結果および考察

本研究では、**球技種目で一貫指導の先進的なサッカーの指導カリキュラムとバスケットボールにおける一貫指導の基本的な考え方を概観し、技術指導における改善を行う際の資料とした。これらを基に、アンケート調査で明らかとなったスクールでの技術指導においての難点の改善に伴い、練習メニューの考案を行った。**また、現段階では基礎技術の習得を重視し、1 日の練習メニューを組み立てた。これを段階的な練習を行っていく際の基準とし、練習メニューを低学年・高学年ともに各レベルに分け、リーダーがメニューを組み立てるための資料を作成した。

４.まとめ

今後のスクールでは、リーダーの技術指導における指導方法の改善が求められる。指導する際は、基本技術を正しく理解し、練習の目的を把握した上で目標を明確にした練習を行うことが大切である。スクールに取り入れることは、低学年・高学年ともに段階的な練習メニューを行い、個々の技術力向上やチーム力向上を図ることである。また、実際に指導を行っていく中で、リーダーの育成を図る。

引用・参考文献

1）神奈川県生涯スポーツ振興会議スポーツ科学研究会（1994）かながわバスケットボール指導教本
―ミニからの一貫指導マニュアル―
2）鈴木一行（2002）日本バスケとボール協会バスケットボール指導教本　大修館書店