

2023年度
U12ブロックDC

保護者講習会資料

JBAユース育成部会

あなたにとって、
バスケットボールを通じて
子どもが成長したなあと感じたとき
良かったなあと感じたとき
どのようなときでしょうか

1. 子ども達にバスケットボール活動を通じて何を得て欲しいか

子どもの問い

「サッカーをやったことで一番よかったことは何ですか？」

イニエスタ（サッカー・バルセロナ→ヴィッセル神戸で活躍したサッカー選手）

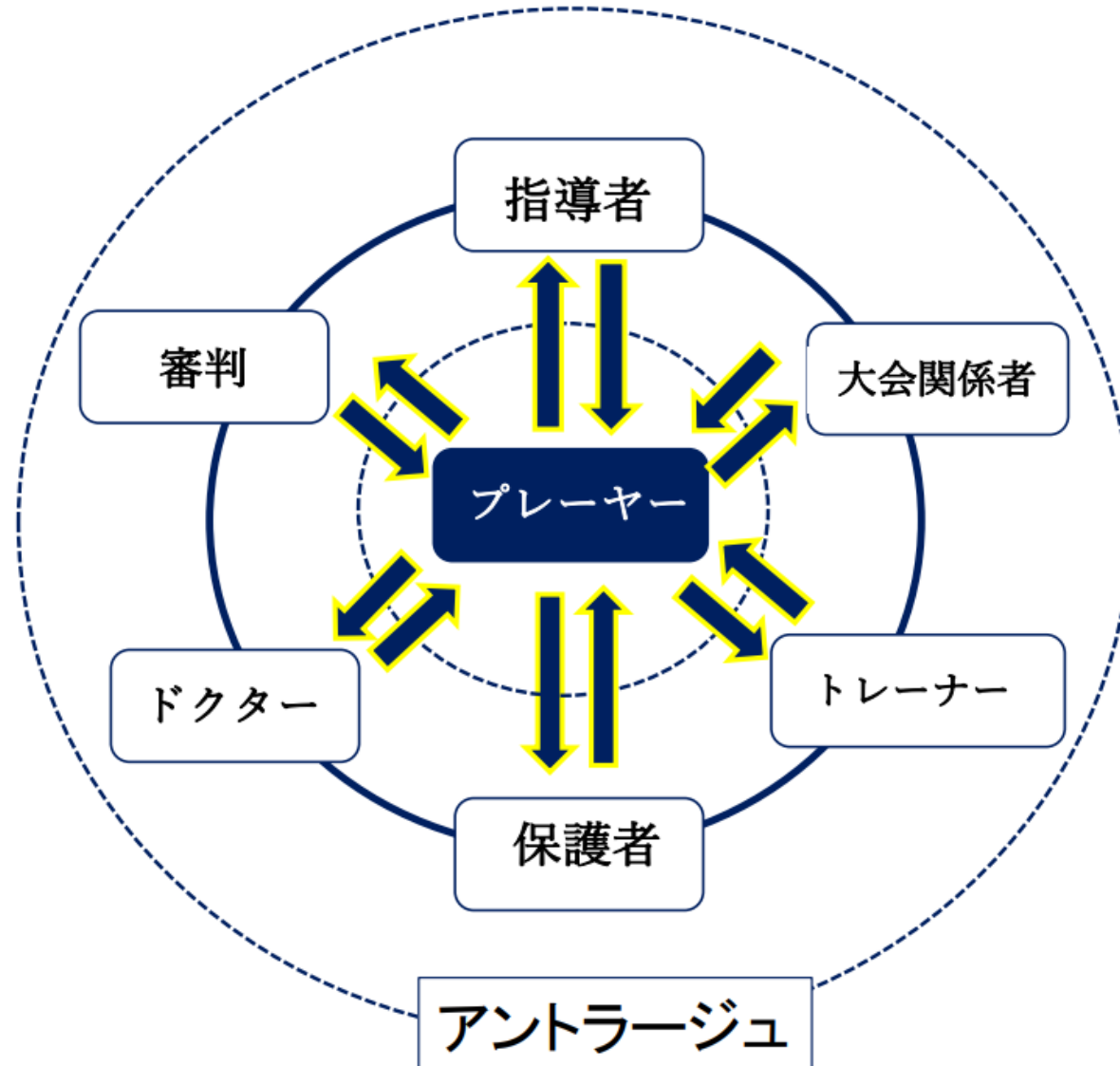
「選手として成長できただけでなく、人として成長できたこと」

ライフスキル：社会人基礎力

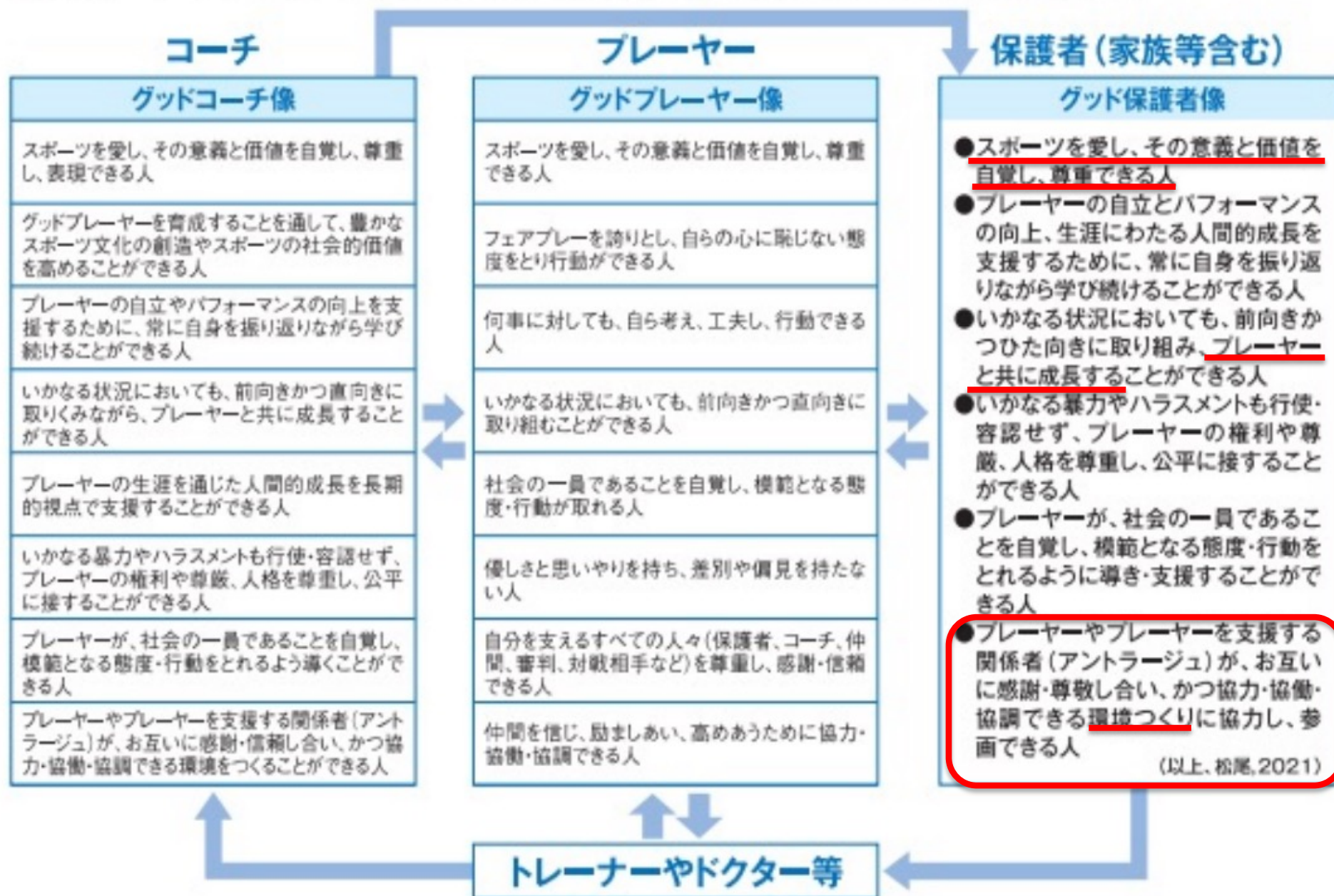
経済産業省

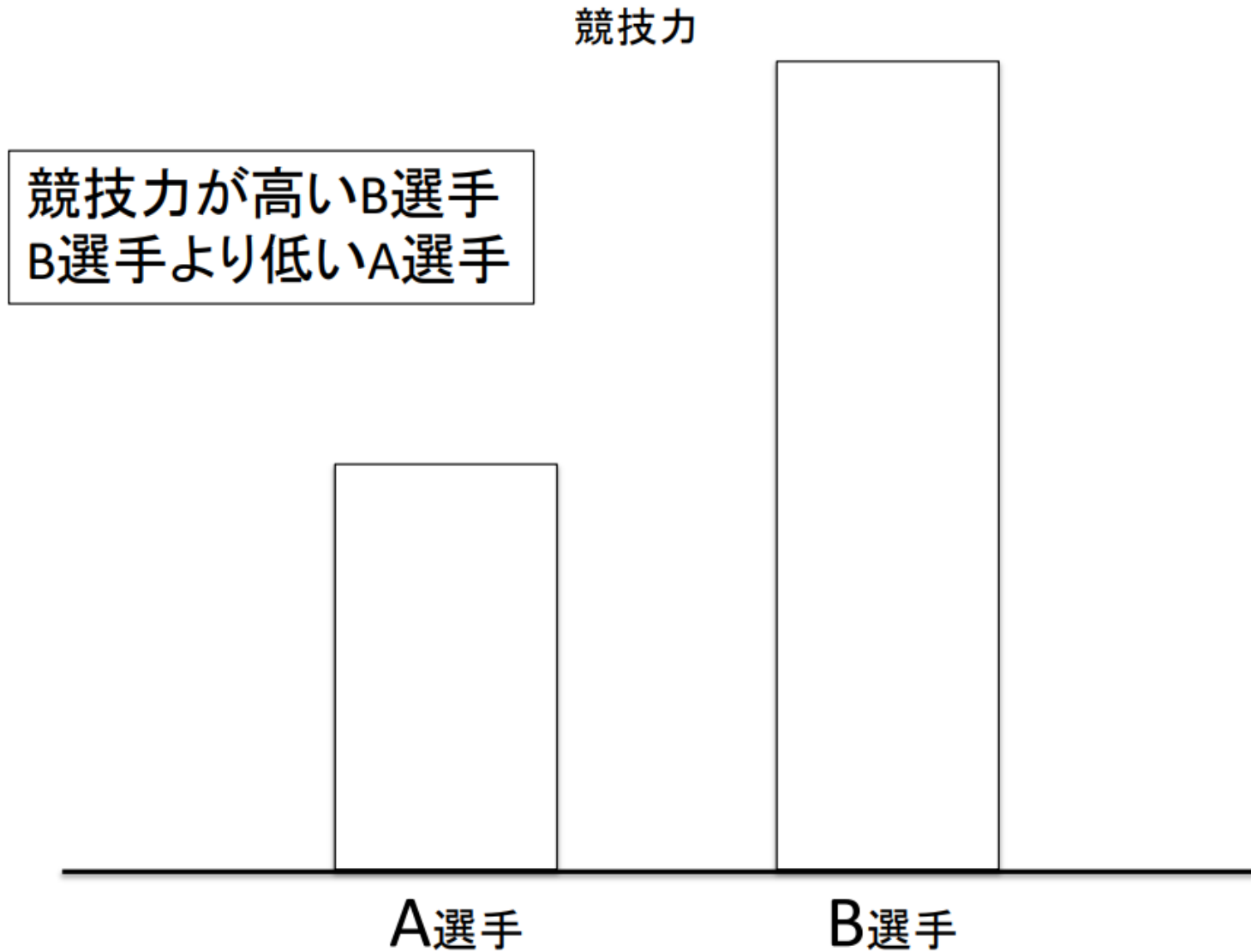
ライフスキルとバスケットボール

主体性	1) 自分で頑張れること
働きかけ力	2) 仲間と一緒に頑張れること
課題発見力	3) 何をやればいいのか自分で見つけられること
計画力	4) いつまでに何をやればいいのか計画を立てること
創造力	5) 新しいやり方を見つけれられること
発信力	6) 仲間に考えを伝えること
傾聴力	7) 仲間の話を聞くこと
柔軟性	8) 自分と違う意見でも聞くことができること
状況把握力	9) 周囲がどんな雰囲気になっているかを察すること
礼儀	10) 挨拶できること
規律性	11) 時間や約束を守れること
ストレスコントロール力	12) いやなことがあっても感情コントロールができること



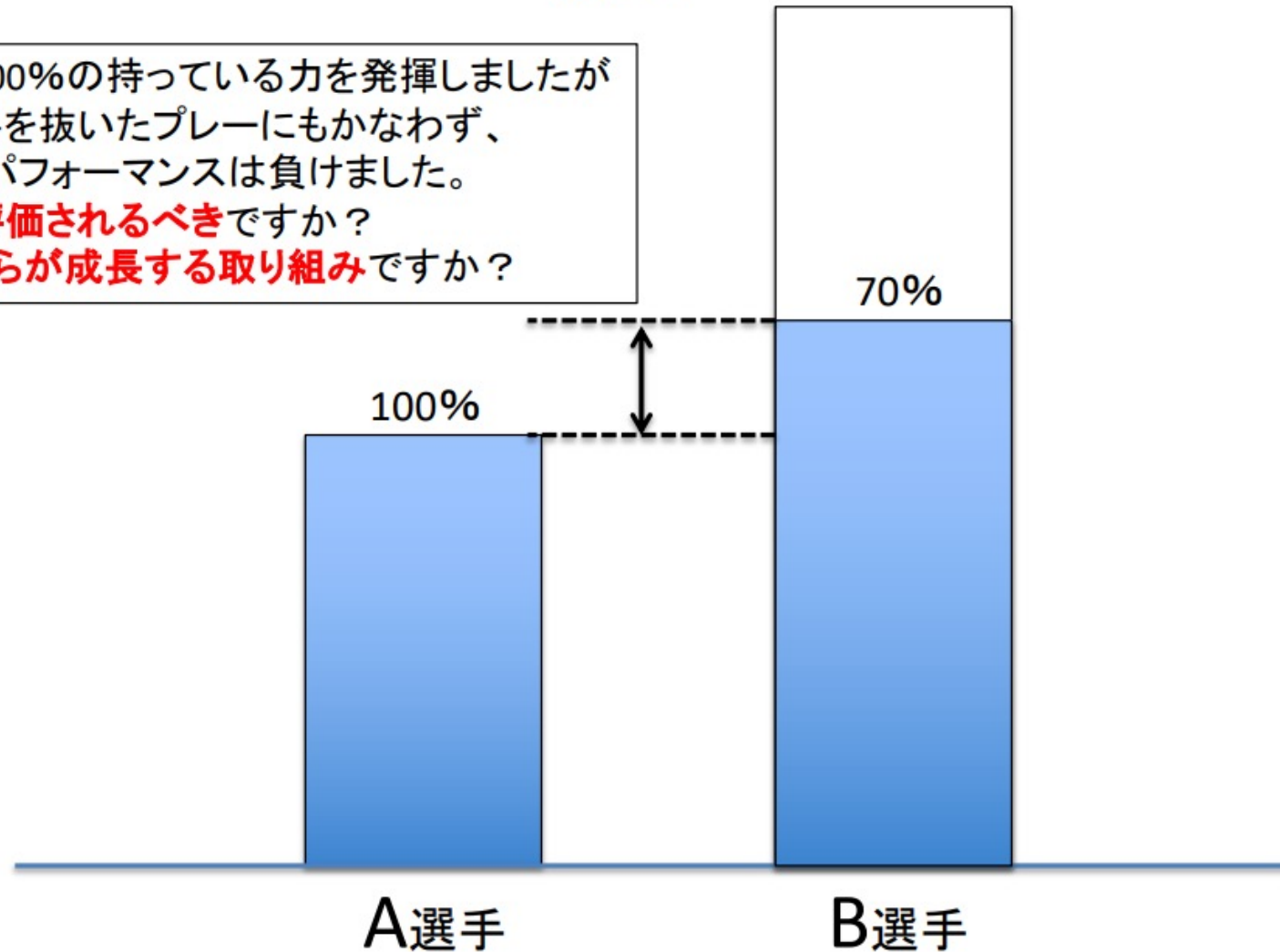
■「プレーヤーズセンタード」ポジティブスパイラル[好循環 連鎖的な高まり] (松尾, 2021)





競技力

A選手は100%の持っている力を発揮しましたが
B選手の手を抜いたプレーにも関わらず、
試合でのパフォーマンスは負けました。
どちらが評価されるべきですか？
また、どちらが成長する取り組みですか？



全力を尽くせば、成功である

ジョン・ウドゥン UCLAヘッドコーチ

成功とは, なり得る最高の自分になるために
ベストを尽くしたと自覚し, 満足することによって
得られる心の平和のことだ



具体的な目標設定 + 全力で取り組む

将来の夢

本田 圭佑

ぼくは大人になったら、世界一のサッカー選手になりたいと言うよりなる。世界一になるには、世界一練習しないとダメだ。だから、今、ぼくはガンバツている。今はヘタだけれどガンバツて必ず世界一になる。

そして、世界一になったら、大金持ちになって親孝行する。

Wカップで有名になって、ぼくは外国から呼ばれてヨーロッパのセリエAに入団します。そしてレギュラーになって10番で活躍します。一年間の給料は40億円はほしいです。プーマとけいやくしてスパイクやジャンバーを作り、世界中の人が、このぼくが作ったスパイクやジャンバーを買って行ってくれることを夢みている。

一方、世界中のみんなが注目し、世界中で一番さわぐ4年に一度のWカップに出場します。セリエAで活躍しているぼくは、日本に帰りミーティングをし10番をもらってチームの看板です。ブラジルと決勝戦をし2対1でブラジルを破りたいです。この得点も兄と力を合わせ、世界の強ゴウをうまくかわし、いいパスをだし合って得点を入れることが、ぼくの夢です。

なりえる最高の自分になるための目標設定

大谷翔平 (高1当時) が書いたオープンウィンドウ64

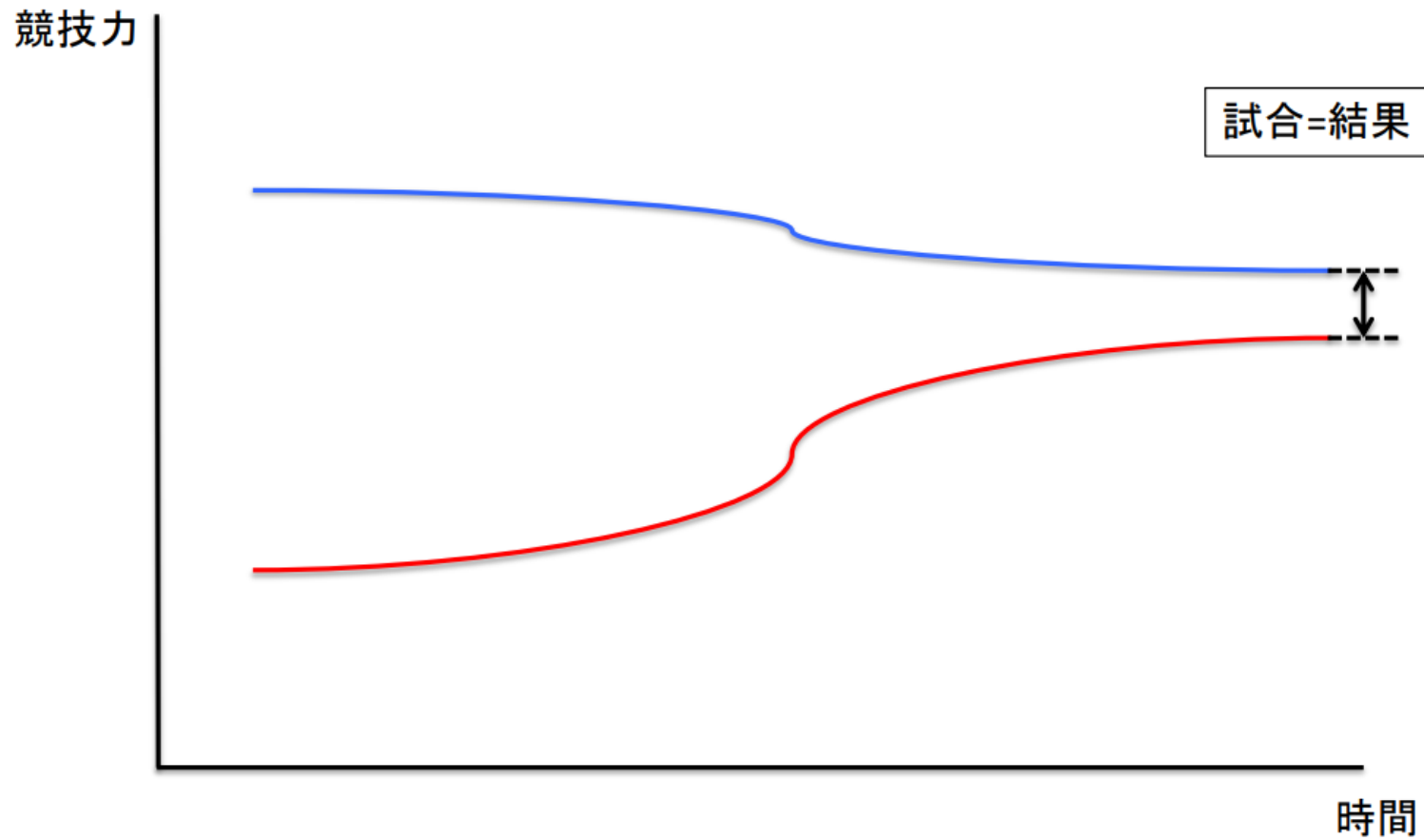
体のケア	サプリメントをのむ	FSQ90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールを叩く	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事夜7杯朝3杯	下肢の強化	体を開かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的を持つ	一喜一憂しない	頭は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	霧田気に流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード160km	体幹強化	スピード160km	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋そうじ	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダークレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に扱う	運	審判さんへの態度	遅く落差のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに投げるコントロール	奥行きをイメージ

■ : 第一の目標
 ■ : ■達成に必要なこと×8
■ : 各々の■に必要なこと×8

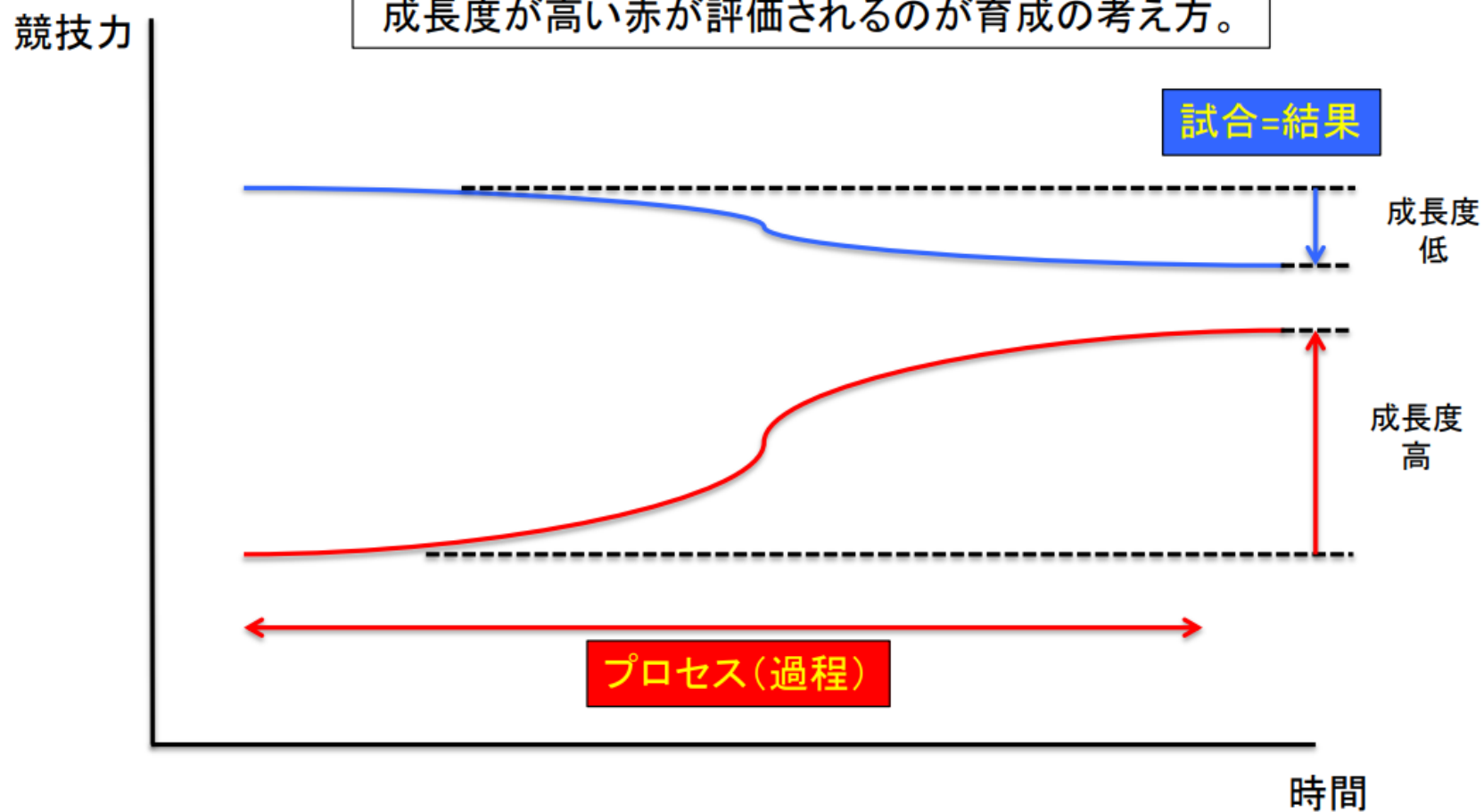
(3年間で16枚書いた中の、最初の1枚)
 原田隆史氏・提供

どちらが評価されるべき？

青チームが試合で勝ちました。
赤チームは成長度が大きく、青チームは逆に力を落としました。
どちらが評価されますか？



結果で評価されるのは青。
年代が上がると結果で評価されることが多い。
しかし育成年代の評価はプロセスを評価するべきで
成長度が高い赤が評価されるのが育成の考え方。



何を褒めるのか？

- ・ 400人の5年生を2つのグループに分ける。

易しいIQテストの後に「結果＝知性」または「課程＝努力」を褒める

【結果（知性）を褒めた】

67%が易しいテスト

次に選択するテスト

イライラする

早く諦める

非常に難しいテストを
解かせると

マイナス20%

最初と同じ程の易しい
テストを解かせると

【課程（努力）を褒めた】

92%が難しいテスト

一所懸命、楽しむ

長く取り組む

プラス30%

「努力＝過程」を褒めることが有効

適切なタイミングで褒める

- ・ノミは体長の150倍もの跳躍力があるといわれています。
- ・そのノミを小さなビンに入れてフタをします。
- ・ノミはこれまで通り飛び跳ねるとフタにぶつかります。
- ・繰り返している内に、フタがなくなっても、そのノミはビンの高さ以上は飛び上がらなくなるそうです。

↓

過去の体験や自分の思い込みが自分の行動を止めてしまう（学習性無力感）

続きとして、

- ・他の普通に飛んでるノミの中に入れてやると、また元のように飛べるノミになる！

↓

誰と一緒に時間を過ごすかがとても大事

文句をいったり、言い訳したり、人のせいばかりしている人たちと一緒にいたら、自分も自然にそうなりがち。そういった人たちの中でパワーを発揮することは大変。

↓

お互いによい影響を与えあえれば、大きく伸び伸びと成長できる！

どんどん前向きに捉える人たちと一緒にいたら、成長のスピードは高まります。

環境ポジティブな環境が重要

男女の成長の違い

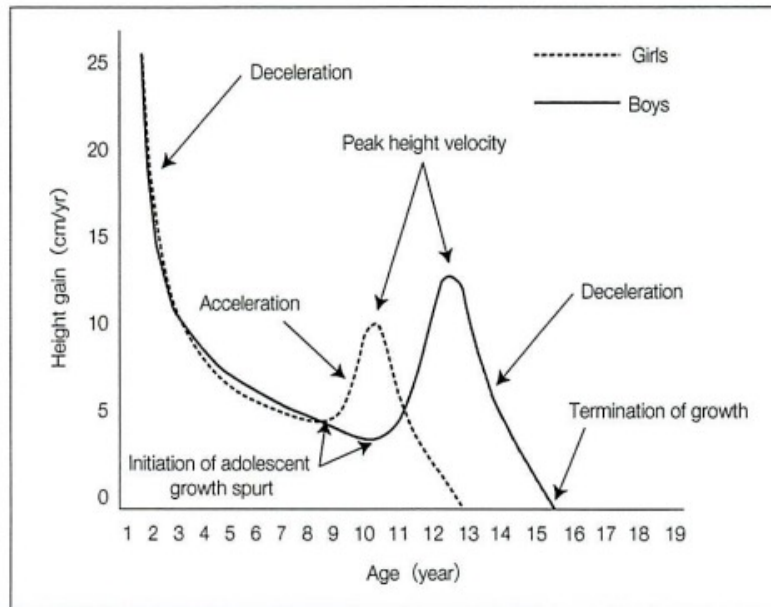


図3 男女による身長増加のタイミングの違い (Garethら, 2004)

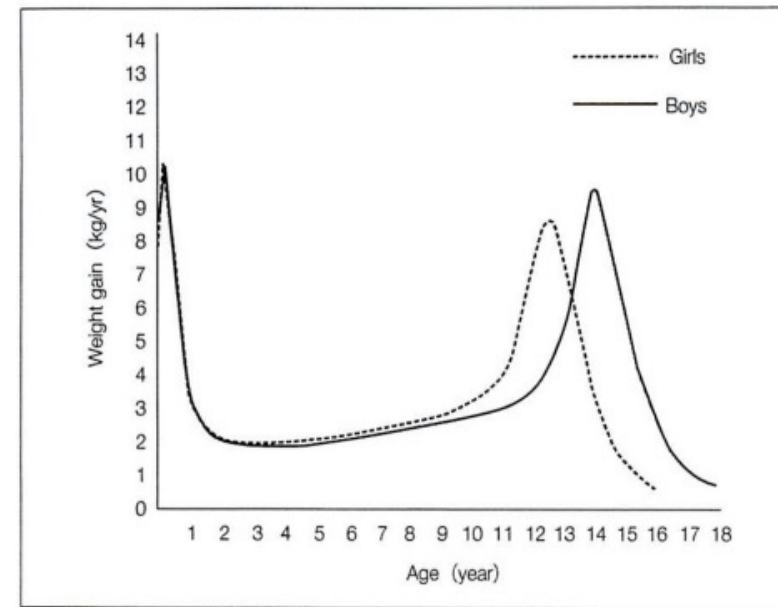


図4 男女による体重増加のタイミングの違い (Garethら, 2004)

身長

女子では10～11才の間でPHVA
男子では12～13才の間でPHVA

体重

女子は11才以降に急激に増加
男子は13才以降に急激に増加

女子が男子よりも**2年**早熟傾向にある

■早熟と晩熟

- ・成長には個人差が大きい
- ・早く成長する子と遅く成長する子がいる = 早熟・晩熟と呼ぶ
- ・小学校・中学校の選抜は早熟の選手が多い
 - 選ばれている選手の親 : 競技力が高い理由を理解しておく
 - 選ばれていない選手の親 : これからの機会を信じて努力を継続する

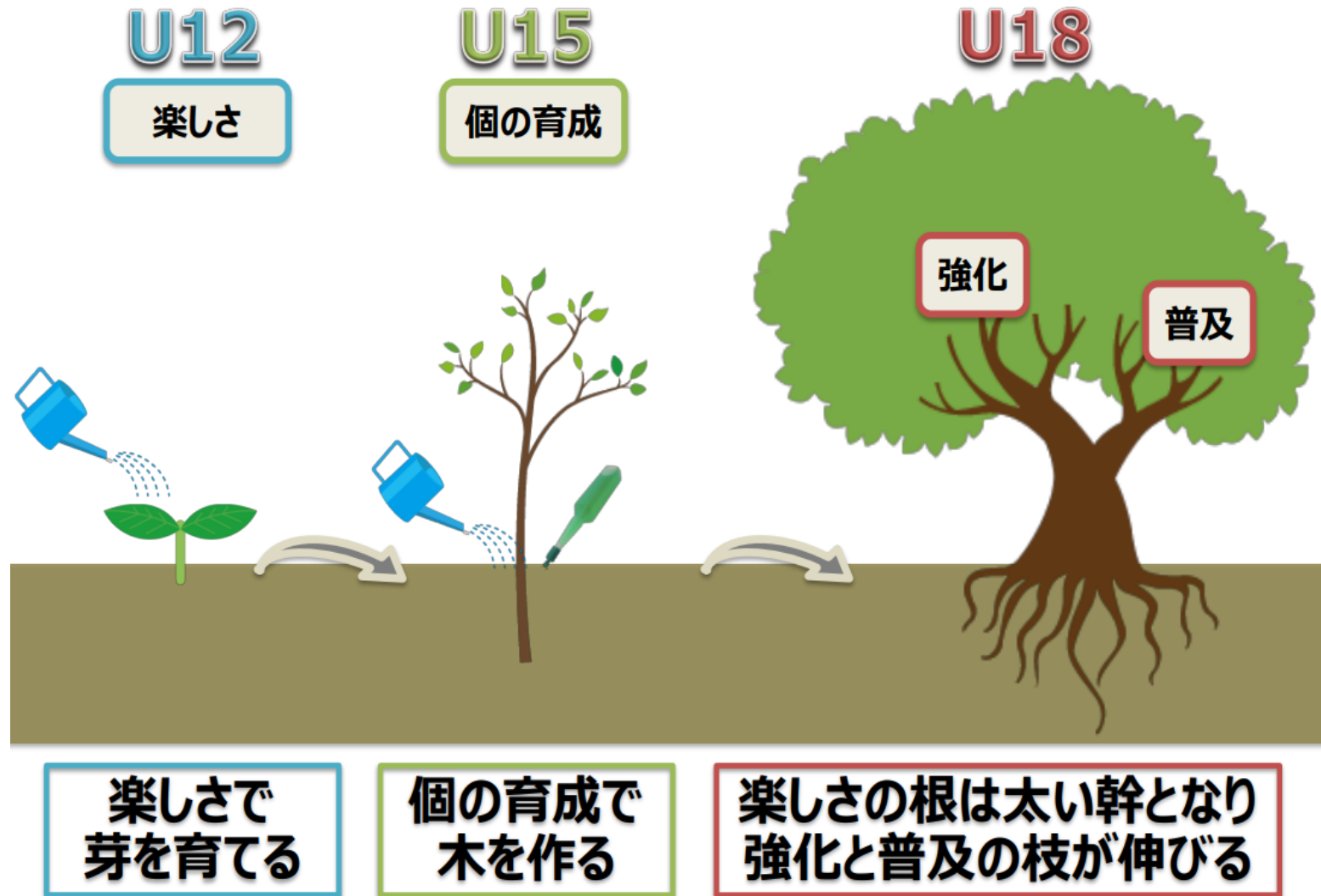
■将来を見据えて

・障害/バーンアウトを防止する

- やりすぎない 無理をさせない
- 過度な要求をしない

・色々な動作、運動を行った方が良い年代（マルチスポーツの推奨）

- スポーツ障害/バーンアウトの防止
- 脳への刺激、運動神経系の発達 **コーディネーション力**
- グリットとレンジ : バスケは複雑系スポーツ、様々なことをやった方がよいのでは？
- 様々な選択肢からの選択



JBA理念

「バスケットで日本を元気にする」

JBA育成方針

- I. 子どもたちの人間力向上に寄与できるバスケットボール育成
- II. 全ての選手がレベルやニーズに応じて楽しめる環境作り

子どもたちの人間力向上に寄与できるバスケットボール育成

内面的成長
(心：精神)

外面的成長
(体：外見)



バランスが重要

1. 育成世代の活動は、教育的であること

「健全な青少年の育成」 は守らなければいけない

健全な選手育成に教育が必要

**健全：心身が正常に働き、健康であること
考え方や行動が偏らず調和がとれていること**

2. スポーツ（バスケ）から学べる勝利以上の大切な価値

正解を一方向的に教え込み、言われた通りの行動ができる様に洗脳することが必要なのではない ⇒ **主体性**

経験を通して自ら考え、的確な判断力と行動力を養うことで初めてモラルを身につけることができるという事が重要 ⇒ **規範意識**

よき人格に基づいて的確に考える力を養うには、よき精神と優れた思考力が不可欠

⇒ **社会的適応力**

(東洋館出版社 スポーツマンシップバイブルより)

3. スポーツで人間力向上を目指す

1) 「人間力なくして競技力向上なし」 (JOC)

試合までの過程において「努力」「忍耐」が求められるのがスポーツ

「選手が主体的に活動し、試合に勝とうとする過程を大切にして、得るものにより
人格は形成される」
(東洋館出版社 スポーツマンシップバイブルより)

2) スポーツは感情のコントロールが求められる場である

感情を適切にコントロールできることは、社会的にも重要。

「感情を発散させることはスポーツの良さでもあるがコントロールを学ぶことが
人格形成に繋がる」
(JFA発行 マスター・オブ・エモーションより)

3) 競技を通じて身につける人格的な総合力を「スポーツマンシップ」と呼ぶ

尊重: リスペクト フェアプレー精神

勇気: リスクを恐れず自ら責任を持って決断、行動、挑戦する勇気 ⇒ Try & Error

覚悟: 勝利を目指し、自ら全力を尽くして最後まで愉しむ覚悟

挫折の経験が成長を促す

(東洋館出版社 スポーツマンシップバイブルより)

全ての子どもが楽しめる環境の構築

社会病理をバスケットボール活動として考える

目標

暴言暴力ハラスメントをバスケットボール界の育成世代で根絶させる

現状

スポーツのみならず保育/介護の現場でも暴言暴力ハラスメントが存在する



子どもの小さな変化を見逃さない

子どもの沈黙には、理由がある

アタッチメント：愛着

■ 保護者の捉え方

- ・ 試合中や練習中の**暴力**に問題あると回答（全体の約10%）

⇒ 子どもは、**楽しんでいる、成長している** 約8%

- ・ 試合中や練習中の**暴言**に問題あると回答（全体の約30%）

⇒ 子どもは、**楽しんでいる、成長している** 約30%



保護者は、試合での勝利や技術の向上のために暴言暴力に耐えることを楽しさや成長と捉え、容認しているのではないかと考えられる。

<保護者>

- ・ 試合中に応援席からプレーに対して指示する保護者
⇒ **58.8 %** (よくある18.8%、たまにある40.0%)
- ・ チームメイト、コーチなどに対して
感情的な言葉や不適切な言葉を投げかける保護者
⇒ **22.4%** (いる7.2%、たまにいる15.2%)



保護者が、チームを潰している
保護者が、コーチを潰している
保護者が、子ども成長を止めている



保護者がバスケットボール環境に悪影響を与えている

近年の子どもたちの特徴と環境の変化

1. 対人関係や対社会関係能力が低下 **社会・他者との関り**
 - ・ 他者と関わろうとする感情が乏しい
 - ・ 気の合った仲間だけで社会を作り自分たち以外の社会に関心を示さない
2. 社会や他人に対して、きちんと認識や感覚を育てていない **利他の心**
 - ・ 他者の存在を大切なもの（意味のあるもの）と感じていない
 - ・ 人は、様々な他者（社会）の恩恵があって生きていると感じていない
3. 他者の存在は、自分の欲求を達成する際の障害と感じている **利己的感覚**
4. 価値観の多様性も認める社会、環境の変化への対応 **環境の変化**
 - ・ チームコンセプトと個々の意向の一致
 - ・ 多様な子どもたち（発達障がいのある児童：8.8%/1クラス）
 - ・ 少子化

様々な体験 や 心の交流 が必要

バスケットボール活動

- ・ 主体性を育む教育
- ・ スポーツマンシップ教育（リスペクト, フェアプレー精神）
- ・ インテグリティ教育（暴言暴力ハラスメントの根絶）



豊かな感情や社会規範を育む

全ての大人（アントラーズジュ）で

子どもたちの未来のために

最高のバスケットボール環境を

築きましょう！

ご清聴 ありがとうございます。

JBAユース育成部会

村上佳司

keishi@andrew-edu.ac.jp