

2013年度 修士論文

バスケットボール競技における
コーチングフィロソフィーの明確化

元リトアニア代表ヘッドコーチ アンタナス・シレイカ氏に着目して

早稲田大学 大学院スポーツ科学研究科

スポーツ科学専攻 エリートコーチングコース

5013A325-1

大野 篤史

研究指導教員： 土屋 純 教授

目次

I. 序論.....	3
II. 研究方法.....	7
i. 対象者.....	7
ii. 調査方法.....	8
1) 概要.....	8
2) 質問内容.....	9
3) 分析方法.....	9
III. 結果および考察.....	10
i. コーチングの基本理念.....	10
ii. バスケットボール競技において求められる能力.....	15
iii. コーチングをする際のポイント.....	18
1) 育成期間において行うべきコーチング.....	18
2) コーチングの順序.....	23
3) オフENSE・ディフェンスのコーチングのポイント.....	26
iv. ヨーロッパにおける国際競技力の向上要因.....	34
v. リトアニアのコーチングコンセプト.....	38
vi. 日本への提言.....	42
IV 結論.....	47
引用・参考文献.....	49
巻末資料.....	51

I. 序論

高い競技力を有したスポーツ選手は、自身が競技レベルを高める過程において、技術や戦術の習得、体力の向上、心理的能力の改善、科学的サポートといった経験を通し、それらに関する高度な知識を有している²⁷⁾。この点に関しては、コーチにおいても同様のことが言えるであろう。トップレベルのコーチたちは、チームを勝利に導く過程において、様々な経験を通し、それらに関する高度な「経験知」、「暗黙知」を有しており、それらは他のコーチにとって必要な知識として活用できる。しかし、これまでに「経験知」や「暗黙知」は公表されることが少なく、コーチ育成の観点からこうした知識の共有化が重要な課題となっている²⁷⁾。

そこで早稲田大学は、国際大会で活躍したプレーヤーやコーチが、科学的な知識や研究方法を習得し、競技経験およびコーチ経験から蓄積してきた「経験知」や「暗黙知」を広く発信できる能力を育てることを目的として2013年にエリートコーチングコースをスタートさせた²⁸⁾。このように、今日の日本におけるスポーツ界では、トップレベルのコーチが持つ「経験知」や「暗黙知」を「形式知」にすることが求められている。

このコーチが持つ「経験知」は、コーチングフィロソフィー^{注1)}を構築するうえで不可欠となる²⁹⁾。NCAA選手権で7連覇を成し遂げたUCLAのヘッドコーチを務めたウドゥン²⁴⁾は、コーチングにおいて「自分自身の哲学を持つ必要がある」としている。また第18回オリンピック競技大会（東京）においてバスケットボール競技日本男子代表監督を務めた吉井³²⁾は、コーチングフィロソフィーを確立することは、指導上において起こりえる諸問題を解決する為に必要であり、コーチングフィロソフィーを持つべく努力することは、成功的な指導において不可欠であるとしている。さらに、インディアナ大学のコーチを務めたナイトラ⁸⁾は「コーチ自身が堅実なフィロソフィーを持つことは、成功のための土台といえる」としている。このことから、バスケットボール競技の指導においてコーチングフィロソフィーを持つことは重要であると言えるだろう。

コーチングフィロソフィーの構築について、コロラド州立大のヘッドコーチを務めたバン⁷⁾は、「他

者のコーチングフィロソフィーから貴重なヒントやアイデアを見つけることができる」とし、「そこから得た知識を自分のコーチングフィロソフィーをより良くするという観点でその取捨選択を行うことが大事」だと述べている。また、ノーザン州立大学のヘッドコーチを務めたメイヤー¹¹⁾によれば、コーチは他者のコーチングフィロソフィーを全て採用すべきではないとしながらも、他者のコーチングフィロソフィーを適応する必要性を訴えている。さらに、天理大学の二杉²⁰⁾は、コーチは自分自身のポリシーを確立する為に、理想的なロールモデルを見つけ参考にしていくことが重要だとしている。このようにコーチングフィロソフィーは、経験に基づいて築きあげていくことが重要となるが、それとともに他者のコーチングフィロソフィーから学び、コーチとしての知識を増やすことも同様に重要であるといえる。

ここで、近年のバスケットボール競技の概況を遡ると、1992年に開催された第25回オリンピック競技大会（バルセロナ）よりNBAプレーヤーが出場するようになり、それ以降のオリンピック競技大会はアメリカの独壇場であった。しかし、2004年の第28回オリンピック競技大会（アテネ）において、リトアニアがNBAプレーヤーで構成されたアメリカ代表に初勝利し、この大会ではアルゼンチンが優勝した。これ以降、オリンピック競技大会においてアメリカは苦戦を強いられている。このように近年、アメリカと他国との力の差は確実に縮まってきているといえる。しかし、これまでにアメリカのトップレベルのコーチが持つコーチングフィロソフィーについて検討された文献は多数出版されているが^{1) 4) 5) 7) 8) 23) 24) 25) 30) 31) 32) 33)}アメリカ人以外のコーチが持つコーチングフィロソフィーについて提示されたものは見当たらない。アメリカと他国との競技力の差が縮まってきている今日において、アメリカ人以外のトップレベルのコーチが持つ「暗黙知」のままのコーチングフィロソフィーもまた、「形式知」にする必要があるといえよう。

バスケットボール競技のコーチングフィロソフィーに関する研究に目を向けると、バスケットボール競技のチームづくりに必要とされている要素や要因の正当性、妥当性について検討した後藤ら²⁾は、明確なコーチングフィロソフィーを確立することはチームづくりの構成要素のひとつとして極めて重要であることを明らかにしている。また、日米のコーチングフィロソフィーを比較し、その類似

点と相違点について分析した山下²⁹⁾は、日本人コーチのコーチングフィロソフィーは、著述表現が貧困であることを指摘し、アメリカ人コーチの方がバスケットボール競技に対する考え方が深く、表現にも重量感があるとしている。しかし、いずれの研究もアメリカ人以外のトップレベルのコーチは対象になっていない。一方、アメリカ人以外のトップレベルのコーチが持つ「暗黙知」のままのコーチングフィロソフィーを明らかにした貴重な研究として、35年間の自身のコーチ経験から培ったコーチングフィロソフィーを述べた森下¹³⁾の研究をあげることができる。森下は、コーチングにおいて、スポーツの技術・戦術の原理追求だけに走らず「コーチの哲学」を自分自身のものにし内面化することが重要であるとしている。しかしながら、この研究の他にアメリカ人以外のトップレベルのコーチが持つコーチングフィロソフィーを明らかにした研究は見当たらず、この分野の研究は十分であるとは言い難い。

さて、バスケットボール競技におけるアメリカ人以外のトップレベルのコーチの一人として、アンタナス・シレイカ氏をあげることができる。アンタナス・シレイカ氏は、リトアニア代表ヘッドコーチとして2003年の欧州選手権でリトアニア共和国独立後初の優勝を果たし、さらに、第28回オリンピック競技大会（アテネ）でNBA選手が出場したアメリカ代表に初めて勝利した。このように、アンタナス・シレイカ氏はコーチとして、優秀な成績を納めており、彼のコーチングフィロソフィーを明らかにすることは日本のコーチ育成のための重要な一資料になるといえよう。

そこで本研究では、アンタナス・シレイカ氏に着目し、彼の長年の経験で培ったコーチングフィロソフィーを明らかにすることを目的とし、今後の日本のコーチ育成の一助につながる資料を作成することとした。

注1)：コーチングフィロソフィーの用語におけるフィロソフィー（哲学）の辞書的定義を紐解くと、
「①世界・人生などの根本原理を追求する学問。②各人の経験に基づく世界観や人生観。また物事を統一的に把握する理念」（松村明(2012)大辞泉、第2版、小学館：東京, p. 2468）とあり、この定義のうちで着目するところは「②各人の経験に基づく世界観や人生観。また物事を統一的に把握する理

念」であって、このことがコーチングフィロソフィーを定義する際に鍵となると考えられる。後藤は、「コーチングフィロソフィーは、様々な経験から得られた独自の考え方であり、自己の最善を尽くす姿勢が反映されるもの」（後藤正規・杉山洋二・陸川章・小山孟志(2010)バスケットボール競技のチームづくりにおける構成要素の検討. 東海大学紀要 体育学部(40)：23-35)としている。また、山下は、コーチングフィロソフィーとは「コーチが持つコーチングの考え方・信念・原則」（山下和彦(2003)日米バスケットボールコーチのコーチ哲学について. 福岡大学科学研究 33 (1/2)：15-25)としている。以上に示した定義をふまえバスケットボール競技におけるコーチのコーチングフィロソフィーを検討する本研究では「コーチングフィロソフィー」を、「自身の経験で得た知識・信念に基づいた、指導する際の根本的な考え方」と定義し、論を展開していくこととする。

Ⅱ. 研究方法

i. 対象者

元リトアニア代表ヘッドコーチで現在、日本のトップリーグである NATIONAL BASKETBALL LEAGUE (NBL) に所属するリンク栃木ブレックスヘッドコーチであるアンタナス・シレイカ氏（以下、「シレイカ氏」と略す）を対象者とした。彼はリトアニア代表監督として、2003 年の欧州選手権で優勝を果たし、さらに、第 28 回オリンピック競技大会（アテネ）で NBA 選手が出場したアメリカ代表に初めて勝利するなど国際大会での実績も豊富であり、海外のプロチームでのコーチ歴も長いことから、アメリカ人以外のトップレベルのコーチとして本研究の対象者とした。以下にシレイカ氏の略歴を記す。尚、以下の内容は本人へのインタビューによって得られたものである。

Antanas Sireika （アンタナス・シレイカ）略歴

1956 年 5 月 11 日生まれ

シレイカ氏はリトアニアのショレイに近いバジリオナイ出身で、バスケットボールのキャリアの大半をバジリオナイで過ごした。リトアニアのトップリーグである Lietuvos krepšinio lyga（以下「LKL」と略す）に所属する BC ショレイでプレーした後、同チームのプレーヤー兼任コーチとなり 1994 年にプレーヤーを引退。引退後同チームの専任コーチに就任したシレイカ氏は、就任後間もなく低迷していたチームを LKL で 3 位にまで引き上げた。2002 年、シレイカ氏は故郷ショレイを離れ、LKL に所属する BC ジャルギリスのヘッドコーチに就任。チームは LKL のタイトルを 2003 年から 3 年連続で獲得した。

一方、リトアニア代表チームでは、1996 年にアシスタントコーチに就任し、2001 年にはヘッドコーチに昇格。シレイカ氏のコーチのもと、2003 年にリトアニア代表チームは FIBA ヨーロッパ（欧州選手権）において 1991 年の独立以来初となる金メダルを獲得している。さらに、2004 年の第 28 回オリンピック競技大会（アテネ）では 4 位入賞を果たし、同大会で NBA 選手を擁するアメリカに初め

て勝利したチームになった。その後、2005 年に代表ヘッドコーチを退任した。

代表チーム退任後の 2006 年、低迷していたユニックス・カザン（ロシア）のヘッドコーチに就任。3 人のリトアニア人選手（ラフリノビッチ兄弟、ストンバーガス）を擁し、チームはユレブカップ（現ユーロカップ）でセミファイナルまで進出した。またユニックス・カザンはロシアリーグで 2 位の成績を残しロシアのバスケットボール競技界を驚かせた。

その後、2012 年にリンク栃木ブレックスのヘッドコーチに就任し、現在に至る。

彼が獲得した主なタイトルは次のようなものである。

2000 年 第 27 回オリンピック競技大会（シドニー） 銅メダル

2003 年 欧州選手権 金メダル

2003 年 LKL チャンピオン

2004 年 第 28 回オリンピック競技大会（アテネ） 4 位

2004 年 LKL チャンピオン

2005 年 LKL チャンピオン

2005 年 ボルテックリーグ（バルト 3 国）チャンピオン

ii. 調査方法

1) 概要

本研究はシレイカ氏の「暗黙知」のままのコーチングフィロソフィーを明らかにすることが目的であることから、「数値化し難いデータを扱う」ことになる。すなわち、対象者の視点や、経験で作られた世界観、世界と対象者の関係、対象者にとっての物事の意味などを探ることから³⁾、本研究では質的調査を行った。

対象者には研究の目的と概要を説明し、会話を IC レコーダーに録音する了承を得た。インタビューする内容については事前に質問や流れを決め、インタビューの経過、内容次第で質問や順番を変え

る半構造化インタビューを採用しデータ収集を行った。なお、インタビューは2日間に分けて行い、インタビュー時間は2日合わせて約5時間であった。また、場所はシレイカ氏の自宅であった。

2) 質問内容

あらかじめ用意した質問内容は以下の通りである。

- 1、バスケットボール競技の競技特性
- 2、競技力を構成する要素（技術、メンタル）
- 3、技術面、精神面のコーチングを始めるうえで1番重要視していること
- 4、指導内容・方法（技術、メンタル）
- 5、各技術の習得時期
- 6、オフェンス・ディフェンスをコーチングするうえで一番大切にしていること

3) 分析方法

本研究での分析方法は SCAT 法 (Steps for Coding and Theorization) を用いた。この分析法は大谷²²⁾ (2007) によって提唱された質的データの分析法であり、マトリクスの中にセグメント化したデータを記述し、それぞれに、「データの中の着目すべき語句」、「それを言いかえる為のデータ外の語句」、「それを説明する為の語句」、「そこから浮き上がるテーマ・構成概念」の順にコードを考案し、付けていく4ステップコーディングを行い、そのテーマや構成概念を紡いでストーリーラインを記述して、そこから理論を記述する分析方法である。この分析方法の特徴として、一つだけのケースやアンケートの自由記述欄などの比較的小さな質的分析にも有効であることが挙げられる。

Ⅲ. 研究の結果および考察

インタビュー開始直後よりシレイカ氏から自身のコーチングフィロソフィーに関する事柄を話したいという提案があり、それを語ってもらった後に半構造化インタビューを行った。インタビューのすべての内容は参考資料として、巻末資料に付した。インタビューにより得られた回答内容を SCAT 法によって分析した結果、(1) コーチングの基本理念、(2) バスケットボール競技において求められる能力、(3) コーチングする際のポイント、(4) ヨーロッパにおける国際競技力の向上要因、(5) リトアニアのコーチングコンセプト、(6) 日本への提言、の 6 つにカテゴリーに分類された。なお、シレイカ氏の発言についてはゴシック体で記述してある。以下、それぞれのカテゴリーにおいてのシレイカ氏の発話データをたどりながら考察を行う。

i. コーチングにおける基本理念

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 1 シレイカ氏のコーチングにおける基本理念

テキスト	＜1＞テキスト中の注目すべき語句	＜2＞テキスト中の語句の言い換え	＜3＞左を説明するようなテキスト 外的概念	＜4＞テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
シレイカ氏のコーチングにおける基本理念				
1 番大事にしている事は選手が考えて学んでいくということ。コーチは毎日の練習で選手に説明し教える必要はない。その中で選手が教わっている事を理解して、選手が考えながらプレイするという事を強調してコーチングをしている。自分で考えてものにしなれないと言いつけている。他のスポーツでは常に全力で走って、跳んで、投げてというスポーツがあるかもしれないが、バスケットボールは状況が常に変わるスポーツなので、同時にプレイを選択しなければならぬ。なぜそれを求められているかを選手が随時に考えなければならぬので練習でも考えるスピード、理解するスピードを求めてコーチングを行っている。	選手が考えて学んでいくということ。選手が考えながらプレイするという事を強調してコーチングをしている。バスケットボールは状況が常に変わるスポーツなので、同時にプレイを選択しなければならぬ。なぜそれを求められているかを選手が随時に考えなければならぬので練習でも考えるスピード、理解するスピードを求めてコーチングを行っている。	選手の思考能力向上、判断力、先を読み、情報処理能力、選手主体	選手の情報処理速度を高める重要性(条件)、コーチング実践上のポイント(総合)	考えながらプレイすることを強調して行う。情報処理能力を高める コーチング。
もう1つはバスケットボールに対して忠誠心を持つ事。バスケットボールをどれだけ好きになっているか。そのバスケットボールとちゃんと向き合っているかということ。この必要性を選手に教えたいと思っている。選手に少しだけでも上達してほしいと思ひ私は指導する。選手はバスケットボールにしっかりと向かい合って上達するために吸収する意欲が必要だということを教えている。しかし忠誠心がなければ指導する側もされる側も全く無意味なものになってしまふ。	バスケットボールに対して忠誠心を持つ事。バスケットボールとちゃんと向き合っているかということ。この必要性を選手に教えたいと思っている。選手に少しでも上達してほしいと思ひ私は指導する。忠誠心がなければ指導する側もされる側も全く無意味なものになってしまふ。	ロイヤリティ、コーチと選手が一緒にチャレンジ、真摯に取り組む、選手主体	コーチングへの直接的影響としての「忠誠心」(影響)、指導の動機(原因)	選手との信頼関係。コーチも選手もバスケットボール競技に真摯に取り組む。コーチングの原点
ミスなしには学べない。ミスは恥ずかしい事ではない。正しくやろうと努力した結果がミスであれば、それは恥ずかしいことではない。未来は必ずこういう風に良くなると言う言葉をつけてコーチングを行っている。	ミスなしには学べない。ミスは恥ずかしい事ではない。正しくやろうと努力した結果がミスであれば、それは恥ずかしいことではない。未来は必ずこういう風に良くなると言う言葉をつけてコーチングを行っている。	学習の流れ、将来への一歩、コーチングにおける声かけ、言葉かけ	挑戦することの意義(条件)、意図した形になる(結果)、失敗の肯定(影響)	成功のイメージづけ。コーチングの在り方
コーチはまず子供たちに教える為に子供たちの頭の中にイメージでできるようなコーチングをしななければならない。コーチはこのような場面は自分からこう言うイメージを選手に伝える。その先に自分のイメージを高めたい。そうすれば将来想像を超えるベターなプレイが生まれるかもしれない。	コーチはまず子供たちに教える為に子供たちの頭の中にイメージでできるようなコーチングをしななければならない。コーチはこのような場面は自分からこう言うイメージを選手に伝える。その先に自分のイメージを高めたい。そうすれば将来想像を超えるベターなプレイが生まれるかもしれない。	コーチングの在り方、将来性、イメージの超越の可能性	想像力を植え付ける(条件)、規格外なプレイ誕生の期待(結果)	自分のイメージを超えるようなプレイを望む。イメージの伝達

ここでは、コーチやコーチングをうけるプレーヤーがどのような心構えをもってバスケットボール競技に取り組まなければならないかが言及されている。特にこのカテゴリーにおいて重要なシレイカ氏の回答内容を以下にあげ考察する。

シレイカ氏

「バスケットボール競技に対して Loyalty(忠誠心)を持つこと。バスケットボール競技をどれだけ好きになっているか。そのバスケットボール競技とちゃんと向き合っているかということ。この必要性をプレーヤーに教えたいと思っている。プレーヤーに少しでも上達してほしいと思い私はコーチングする。プレーヤーはバスケットボール競技にしっかりと向き合って上達するために吸収する意欲が必要なことを教えている。しかし、忠誠心がなければコーチングする側もされる側も全く無意味なものになってしまう」

まず、コーチングを行うにあたり大切にしているシレイカ氏の考えは、コーチとプレーヤー、プレーヤー同士、さらに、バスケットボール競技に対して「忠誠心」を持つことだと推察できる。コーチとプレーヤーが互いに「忠誠心」を持つことで両者の間に信頼関係を築くことが可能となるであろう。コーチングを行ううえで、コーチからの一方通行なコーチングではなく、プレーヤーとの信頼関係を築きあげてコーチングを行うことが競技の上達には必要不可欠なこととなる。このことは、スポーツ心理学の理論をコーチングに活用したラサール大のジアニーニ⁴⁾も、「コーチの言うことをどのように聞き、理解するかは、チームがどのようにプレーするかに大きな影響力を持っている。そして、プレーヤーが考えていることをコーチがどれだけ十分に聞き、理解しようとするかは、プレーヤーとコーチの関係の質の大部分を決める」としている。信頼関係を構築できなければ、優れたプレーヤー、優れたコーチがいようとも、上達は困難になるであろう。コーチングを行ううえで、コーチがプレーヤーとの信頼関係を構築するには、コーチ自身がバスケットボール競技における知識を真摯に学び、取り組むとともに、プレーヤーをよく観察し、積極的にコミュニケーションを図ることが重要になると考える。また、プレーヤー同士の信頼関係の構築もチームスポーツを行うにあたって非常に重要で

ある。日本プロ野球において9連覇を成し遂げた川上⁶⁾によれば、個々の選手の技術をつなぎあわせるだけでは勝てず、お互いの精神的結合、つまり連帯感が信頼感にまで高まったとき、はじめてチームの力が整う。いくら能力が高いプレーヤーが集まろうとも、個々が自己満足を満たすためにプレーを行っているようでは、チームとしてのレベルはあがることはなく、チームとして良い結果をだすことは困難となるであろう。プレーヤー同士が信頼しあい、まとまってプレーすることでプレーヤー自身のパフォーマンスだけではなくチームとしても良い結果を残すことができる。コーチは、このことをプレーヤーに理解させる必要があり、協働的にプレーさせることがチームスポーツを指導するコーチにとって重要となるであろう。

さらに、コーチがバスケットボール競技というスポーツの素晴らしさをプレーヤーに享受することで、プレーヤーがバスケットボール競技に真摯に向き合っていけるであろう。このことが、シレイカ氏が言及したバスケットボール競技に対する「忠誠心」にあたると推察される。

「プレーヤーが考えて学んでいくということ。コーチは毎日の練習でプレーヤーに説明し、教えなければならない。その中でプレーヤーが教わっていることを理解して、プレーヤーが考えながらプレーすること」
ということを強調してコーチングをしている。プレーヤーが自ら考えてものにしなければならないと言いつつ続けている。他のスポーツでは常に全力で走って、跳んで、投げてというスポーツがあるかもしれないが、バスケットボール競技は状況が常に変わるスポーツなので、瞬時にプレーを選択しなければならない。なぜそれを求められているかをプレーヤーが瞬時に考えなければならないので、練習でも考えるスピード、理解するスピードを求めてコーチングを行っている」

「プレーヤーには、ミスなしには学べない、ミスは恥ずかしいことではない、正しくやろうと努力した結果がミスであれば、それは恥ずかしいことではない、未来は必ずこういう風に良くなるという言葉をつけてコーチングを行っている。」

前述した3つの「忠誠心」を基盤とするシレイカ氏のコーチングの根本的な考え方は、プレイヤーが自ら考え、プレーを選択していけるよう促していくことである。さらに、プレイヤーがプレーを選択するスピードや、求められていることを理解するスピードを向上させられるようコーチングを行っていくことである。また、シレイカ氏は、このようなプレイヤーとの関わりのなかで起こりうるミスに対して、将来的にプレイヤーがどのように良くなることができ、そのことがプレイヤー自身にどのような助けになるかを明確に説明することで、プレイヤーが良いイメージを作り出し練習に取り組めるよう配慮している。日本においても、プレイヤーに対してミスを恐れないでプレーするようにコーチングすることはよく耳にするが、そのミスが将来的にどのような問題点になるということを説明しているコーチは多くないであろう。ミスを指摘するだけでは決して問題を解決することはできない。コーチがプレイヤーに対して、将来的にどのようなプレーをすることができ、または、どのようなプレイヤーになれるということを意識させることで、プレイヤーはイメージする力を習得でき、想像力豊かで自ら判断できるプレイヤーを育成できると推察される。また、これらのコーチングを行う際の根本的な考えは、上述した3つの「忠誠心」をコーチとプレイヤーが共有することで、スムーズにプレイヤーに伝わるのではないだろうか。以上がシレイカ氏の経験で得た知識・信念に基づいたコーチングフィロソフィーと考える。

これらの基本理念を土台としたシレイカ氏のコーチングフィロソフィーは図1のとおりである。

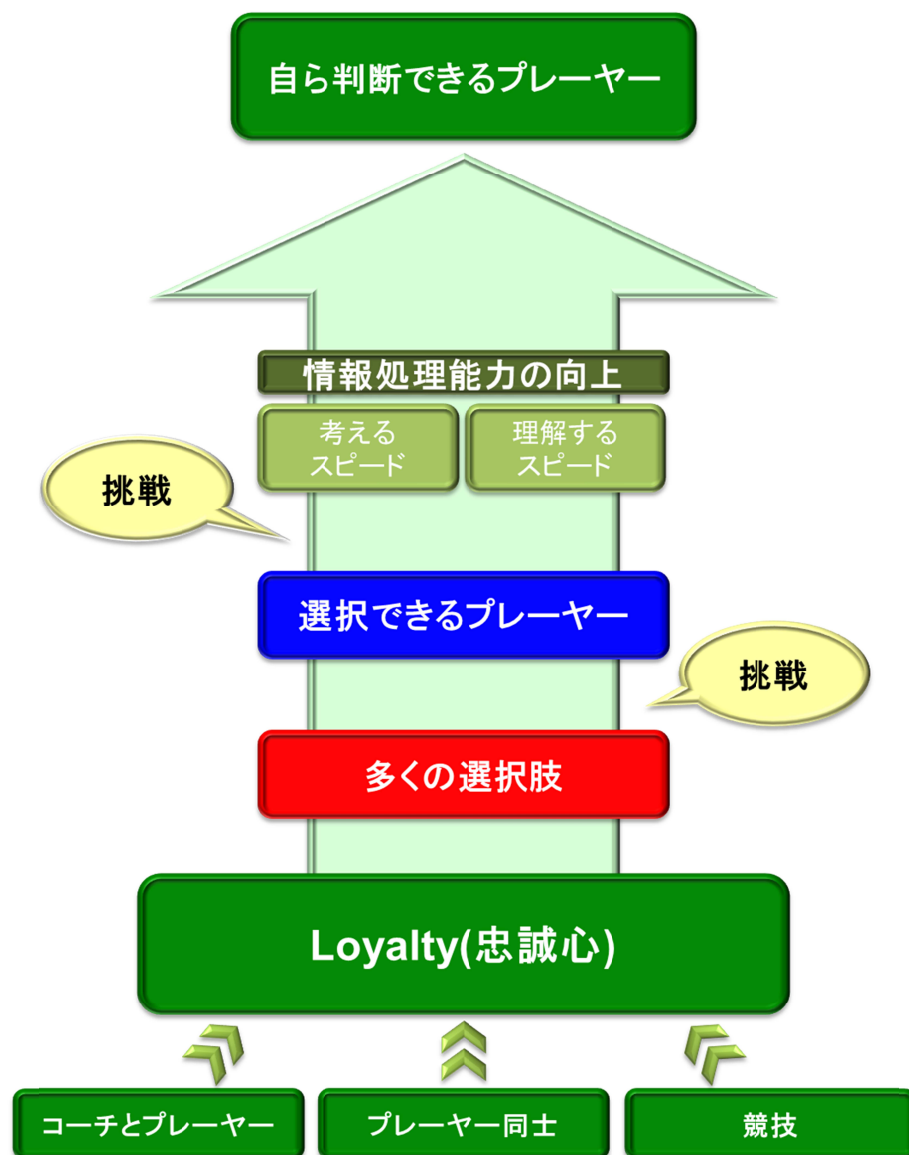


図 1: シレイカ氏のコーチングフィロソフィー

ii. バスケットボール競技において求められる能力

ここでは、コーチングフィロソフィーの中のコーチングコンセプトについて説明する。このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 2 バスケットボール競技において求められる能力

テキスト	〈1〉テキスト中の注目すべき語句	〈2〉テキスト中の語句の言い換え	〈3〉左を説明するようなテキスト 外的概念	〈4〉テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
バスケットボール競技において求められる能力				
バスケットボールが出来れば他のスポーツも順応できると考えている。なぜなら競技者は速くなくてはならないし、上半身の筋力、下半身の筋力、下半身の筋力が必要であり、最も重要なのは頭も良くないスポーツである。子供達にはよく頭でバスケットボールをやりなさい、スピードやパワーだけを求めるのではなく、状況がどんな変わる競技なので、頭で考えてバスケットボールをしなければならぬと教えている。	バスケットボールが出来れば他のスポーツも順応できる。競技者は速くなくてはならないし、上半身の筋力、下半身の筋力が必要であり、最も重要なのは頭も良くないスポーツである。最も重要なのは頭も良くないスポーツ。	他のスポーツへの転用、多様性、対応力に優れている	運動能力だけではなく状況判断の重要性(条件)	運動能力だけではなく最も重要な考える能力
特性の1つとして、1つの長所があるだけではできないスポーツ。例えば220センチの身長があっても全く動けないとか、頭を使わずにはできないし、色々な要素を求められるスポーツだと考えている。	1つの長所があるだけではできないスポーツ。頭を使わずにはできないし、色々な要素を求められるスポーツだと考えている。	多様性	身体条件だけではなく多様な能力の必要性(条件)	身体的特徴だけではなく、多様な能力の必要性
3つのおおきくある。技術というより動きの中でまずスピードとジャンプが求められる。このスピードとジャンプする力を最大限発揮できるのは考えるスピードと理解をするスピードが必要。その瞬間に起きることだけを考えるのではなく1手先、2手先を考え、イメージでできることが重要。(イメージと理解力、情報処理能力)	スピードとジャンプする力を最大限発揮できるのは考えるスピードと理解をするスピードが必要。その瞬間に起きることだけを考えるのではなく1手先、2手先を考え、イメージでできることが重要。	情報処理能力、先を読む力、想像力、逆算思考	情報処理能力の速さ(条件)、イメージでできる思考力(条件)	イメージでできる思考と情報処理能力の高さの必要性

ここでは、シレイカ氏が考えるバスケットボール競技において求められる能力について言及している。特にこのカテゴリーにおいて重要なシレイカ氏の回答内容を以下にあげ考察する。

シレイカ氏

「バスケットボール競技が出来れば他のスポーツにも順応できると考えている。なぜなら競技者は速くなくてはならないし、上半身の筋力、下半身の筋力が必要であり、最も重要なのは頭も良くなければ行えないスポーツである。子供達にはよく「頭でバスケットボール競技をやりなさい、スピードやパワーだけを求めるのではなく、状況がどんどん変わる競技なので、頭で考えてバスケットボール競技をしなければならぬ」と教えている。特性の1つとして、1つの長所があるだけではできないスポーツ。例えば220cmの身長があっても全く動けないとか、頭を使わずにはできないし、色々な要素を求められるスポーツだと考えている。技術というより動きの中でまずスピードとジャンプが求められる。このスピードとジャンプする力を最大限にバスケットボール競技で十分に発揮させるには、考えるスピードと理解をするスピードが必要。その瞬間に起きていることだけを考えるのではなく1手先、2手先を考え、イメージできることが重要」

以上のことから、彼がバスケットボール競技において運動能力や身体的条件だけに限らず多様な能力が求められると考えていることがわかる。バスケットボール競技の特性の1つである攻防の切り替えの速さのなかでプレーの選択肢を増やすには状況判断が必要であり、そのためには、様々な情報をいち早く理解し処理する能力が必要となる。運動能力や身体的条件は生まれ持った要素が大きく影響するが、情報処理能力は日々の練習の中でも身に付けられる能力であると考えられる。この点に関してスポーツビジョン研究会の真下⁹⁾は、見方は競技レベルによって高度化されていき、状況に応じてどのように対応すべきか頭の中でパターン化されるため、状況判断のスピードが速くなるだけでなく、正確な対応ができるようになるとし、情報処理能力が競技レベルに応じて向上することを認めている。したがって、攻防の速さのなかでプレーの選択肢を増やすには、一手先、二手先をイメージす

る訓練をする必要があると考えられる。

Ⅲ. コーチングをする際のポイント

ここまで、シレイカ氏のコーチングにおける基本理念とシレイカ氏が考えるバスケットボール競技において求められる能力を示してきた。ここでは、シレイカ氏が考える育成年代において行うべきコーチング、コーチングの順序、オフェンス・ディフェンスのコーチングのポイントにわけて論を展開していくこととする。

1) 育成期間において行うべきコーチング

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

シレイカ氏

「スキル面のコーチングを行う上で1番大事にしているのは、コーディネーション。シュート、ドリブル、パスを左右対称で行えるようにコーチングすること。利き腕だけでなく反対の手も利き腕と変わらず使いこなせるようになることが重要である。このことはプロになってから練習するのではなくジュニア期から練習しなければならない」

「もう1つはアジリティー。スローな動きでシュート、ドリブル、パスを行っても試合では使えない。速く、強く行うことが必要である。ジュニア期はまず利き腕で強く早く行えるよう練習し、成功体験を与えてから反対の手を練習することがベターと考えているが、出来ないからといってスローな動きをコーチングせず、できなくてもスピードの感覚を先に刷り込むことが必要である。なぜならスローな動きが体に染み付いてしまい、この悪い癖がなかなか改善できないことが多々ある。後でスピードを変えるのは難しい(特にシュート)スローで完璧なシュートフォームで打てるがクイックで打てないというのは良くない。だったらクイックでいいフォームで打てるようになっていくのがベターだと思う。向上できる、できないを年齢で区切るというのは考えていない。有能な選手でもシュートフォームなどを変える必要があるかもしれないし、キャリアが続く限り全てのスキルの向上を目指さなければならない」

シレイカ氏がスキル面で重要視していることは2つあり、1つはバスケットボール競技における基本動作であるドリブル、パス、シュートを「左右対称」で行えるようにすることである。また、この基本動作の習得を育成期間に行うことが望ましいとしている。この理由に育成期間の身体の発達があげられ、シレイカ氏は14歳までを育成期間としている。この時期に習得した技術はなかなか消えることはない。マイネル¹²⁾によれば、9歳から11、12歳が新しい運動技能を習得するには適切であり、そこでは自覚、積極さ、勇気がよく訓練される。また、日本のサッカー競技における育成期間の一貫指導の重要性を研究した西¹⁹⁾は、この時期は運動学習のためには最高の年代としており、基本の必要性を理解させ反復練習を行うことにより、将来大きく成長できるとしている。さらに、この時期に高度なテクニックを身に付けることも可能で、一度習得したスキルは大人になってもずっと身に付き

ているとしている。加えて、真下⁹⁾は、神経回路は12歳までにほぼ100%形成されることから、この時期に感覚的なトレーニングをするのが最も効果的であるとしている。また、この時期にできあがった神経回路は年を経ても消えにくく、しばらく使わなくとも、反復練習を行うことにより再起動することができるとしている。これらのことから発育・発達 of 時期に応じたトレーニングを行ううえで、この期間に左右対称というコーディネーション能力を高めるトレーニングを行うことは非常に有効であるといえる（図2、図3）。

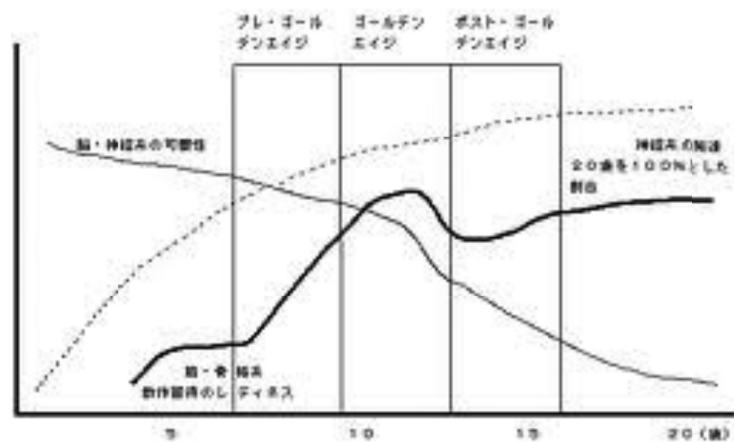


図2：発育・発達からみたゴールデンエイジの概念

(小野剛(1998)クリエイティブサッカー・コーチング. 大修館書店：東京, p. 19,)



図 3：育成期間の全体像

（日本サッカー協会 HP）

2 つめは「スピードの感覚」である。シレイカ氏は「スピードの感覚」を重要視する理由として、スローな動きは試合では到底使用することが出来ないことと、身に付いてしまったスローな動きを改善することが困難なことをあげており、スピードの感覚を最初に刷り込まなければならないとしている。このことについてナイト⁸⁾は、練習で身についた習慣はゲームでの習慣になるとし、習慣は急には変えられないとしている。シレイカ氏は、このコーディネーション能力とスピードの感覚のどちらも育成段階において高めておく必要があるとしている。

また、コーチングにおいて成功体験を与えることを重要視しており、成功体験を与えることでプレーヤーに自信を植え付けることができるとしている。プレーヤーに成功体験を与える為には、コーチングの方法を工夫することが重要となるであろう。シレイカ氏のコーチングの場合では、左右対称にコーチングする必要性を説いているが、まずは利き腕でドリブル、パス、シュートの基本動作を習得させ、成功体験を与えてから、反対の手でも習得できるようにコーチングを行っている。この点に関してジアニーニ⁴⁾は、過去の成功ほど未来を予測できるものはないとし、自信を最も高めるのは、その課題における過去の成功であるとしている。このようにシレイカ氏は、育成期間におけるドリブル、

パス、シュートといった基本動作の習得を強調しており、これらの基本動作をキャリアが続く限り向上させていかなければならないとしている。

次に、これからバスケットボール競技を始めるプレーヤーに対するコーチングの流れについて以下のように言及している。

2) コーチングの順序

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 4 コーチングの順序

テキスト	〈1〉テキスト中の注目すべき語句	〈2〉テキスト中の語句の言い換え	〈3〉左を説明するようなテキスト 外の概念	〈4〉テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
コーチングの順序 私の考えでは、バスケットボールを初めて最初2年間はドリブルの仕方、シュート(レイアップ含め)やボールのキャッチなどボールとのコミュニケーションを教える。2年後に1対1のデフェンスで必要な要素を教える。(デフェンスのポジション、マークマンとの間合い、ディレクション方向付け、手の位置、低いスタンス、スネーク、ボールにちよっかいを出し続ける、相手が心地よくプレーできないようにすることなどを教えてから2対2のオフボールスリーンシュチュエーションとP&Rを教える。スクリーンのコンセプト(どうやってオープンの人を作り出す)かを教える。この時にデフェンスはスクリーンのどこを通過してきたかをしっかりと見ることが強調し、スクリーナーはデフェンスにしっかりとスクリーンをすることを強調する。	最初2年間はドリブルの仕方、シュート(レイアップ含め)やボールのキャッチなどボールとのコミュニケーションを教える。2年後に1対1のデフェンスで必要な要素を教える。2対2のオフボールスリーンシュチュエーションとP&Rを教える。スクリーンのコンセプト(どうやってオープンの人を作り出す)かを教える。	技術の習得方法、上達への段階、流れを見る、感覚を植え付ける、基本的な概念	指導の段階(条件)	段階的なコーチングの重視

シレイカ氏

**「私の考えでは、バスケットボール競技を初めて最初 2 年間はドリブルの仕方、シュート、レイアップ
含め、ボールのキャッチなどボールとのコミュニケーションを教える。2 年後に 1 対 1 のディフェンスで必
要な要素を教える。ディフェンスのポジション、マークマンとの間合い、ディレクション(方向付け―筆者
注)、手の位置、低いスタンス、スネーク(ディフェンスにおける手の使い方―筆者注)、相手が心地よくプ
レーできないようにすることなどを教えてから 2 対 2 のオフボールスクリーンシチュエーションとピック・ア
ンド・ロール^{注 2)}(以下 P&R と略す。)を教える。スクリーンプレー^{注 3)}のコンセプト(どうやってノーマークの
人を作り出す―筆者注)を教える。この時にディフェンスはスクリーンのどこを通過してきたかをしっかりと見
ることを強調し、スクリーナーはディフェンスにしっかりスクリーンプレーをすることを強調する」**

以上のことから、シレイカ氏のコーチングの展開が分かる。上達への第一段階として 2 年間の基本動作の徹底があり、シレイカ氏はこの時期に必要なこととして「ボールとのコミュニケーション」をあげている。「ボールとのコミュニケーション」とは、バスケットボール競技における基本動作の感覚の習得を指すと推察される。基本動作の感覚が土台として固まれば、それ以降の技術の習得がスムーズに進むであろう。シレイカ氏は、この基本動作を習得させた後、1 対 1 で必要なディフェンスの要素を教えることをコーチングの第二段階としている。このことは、シレイカ氏が 1 対 1 に強いプレイヤーの育成を重要視していることを意味している。それでは、なぜオフェンス、ディフェンスとも 1 対 1 に強い選手の育成が必要なのであろうか。1 対 1 に強いプレイヤーの育成により、どこにも穴のないチームを作れることが考えられる。例えば、チームがオフェンスにおいて 1 対 1 の不得意なプレイヤーをかかえていれば、そのプレイヤーをマークしているディフェンダーは他のプレイヤーへのヘルプディフェンスが容易になり、味方のプレイヤーはプレーしにくい不利な状況が生じる。また、チームがディフェンスにおいて 1 対 1 の不得意なプレイヤーをかかえていれば、他のディフェンダーがそのディフェンダーへのヘルプディフェンスが必要となり、オフェンスプレイヤーがプレーしやすい状況になる。これらのことを理解したプレイヤーが協動的にプレーし、機能することができれば、

チーム力をあげることができるであろう。したがって、コーチはプレーヤーに 1 対 1 の強化の重要性を理解させ、取り組ませる必要性がある。

第三段階では、オフボールスクリーンと P&R の 2 対 2 をコーチングする。この 2 つのプレーをコーチングすることにより、シレイカ氏がバスケットボール競技において求められる能力で言及した様々な情報をいち早く理解し処理する能力を養うことが可能になるであろう。オフボールスクリーン、P&R では多様な状況が生じ、その中で状況に応じたプレーを選択し実行するには瞬時の情報処理能力が求められる。そのような多様な状況を育成期間における練習から数多く経験することで様々な局面をイメージでき状況判断に優れたプレーヤーを育成することが可能になると考える。しかし、日本において 14 歳以下のカテゴリーでオフボールスクリーンを用いるチームはみられるものの P&R を使用しているチームは少なく、様々な局面で瞬時に状況判断できるプレーヤーが少ないように感じられる。日本においても、育成期間から P&R を導入し、プレーヤーに自ら考える力を持たせ、瞬時に状況判断ができるプレーヤーを育成していく必要があると考える。

3) オフェンス・ディフェンスのコーチングのポイント

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 5 オフenseのコーチングポイント

テキスト	＜1＞テキスト中の注目すべき語句	＜2＞テキスト中の語句の言い換え	＜3＞左を説明するようなテキスト 外の概念	＜4＞テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
オフenseのポイント				
2つ重要視している。ファーストブレイクとP&R。激しく強いディフェンスがなければファーストブレイクは出ない。ディフェンスとディフェンスは切り替えることはできない。個々のディフェンススキルやトラッキング(攻防の切り替え)がなければファーストブレイクは生まれない。激しいチームディフェンスからファーストブレイクをどんどん出したいと考えている。	ファーストブレイクとP&R。	ディフェンスとオフenseのつながり、積極的なディフェンスと積極的なオフense、速いペースの嗜好	積極的な攻防の必要性(条件)、攻防の相互関係(条件)、積極的なブレイクの嗜好(特性)	積極的なディフェンスと積極的なオフenseから生まれるファーストブレイク。
次にP&R。P&Rはキング オブ バスケボールと自分は呼んでいる位重要な要素でもある。この間のヨーロッパ選手権でも一回のオフenseで2回から3回、もしくは2、3ポゼッションの中にP&Rが登場している。P&Rが上手くできる、もしくは上手く守れるかが勝敗の鍵を握っている。	P&R。P&Rはキング オブ バスケボール。P&Rが上手くできる、もしくは上手く守れるかが勝敗の鍵を握っている。	現代のバスケットボールオフenseの必須、コーチの信じる道	現代バスケットボールの主流(結果)、コーチが信じている道(特性)	P&Rはキング オブ バスケボール。現代バスケットボールの主流。
オフenseに関してはディフェンスが何をしているかを見ながらプレーすることを強調し、オフenseの方が先に動き始められることで有利なのでいいスクリーンをかけてアドバンテージをとることが絶対条件だと教える。自分のディフェンスがどうしているかスクリーナーのディフェンスはどうなっているかをしっかり見てからプレーをし、2対2で攻めきること、タイミング、呼吸の合わせ方、何百通りもブレイクがあるかもしれないが、全て教えるつもりで、全てを体験させるつもりでとことん2対2を行うことが重要。バスケットボールを初めて2年後からこの様なプレーを教えることで早く考えられるようになり、ディフェンスを見ながらプレーするなどの駆け引きも覚えられれる。	オフenseに関してはディフェンスが何をしているかを見ながらプレーすること。自分のディフェンスがどうしているかスクリーナーのディフェンスはどうなっているかをしっかり見てからプレーをし、2対2で攻めきること、タイミング、呼吸の合わせ方、何百通りもブレイクがあるかもしれないが、全て教えるつもりで、全てを体験させるつもりでとことん2対2を行うことが重要。バスケットボールを初めて2年後からこの様なプレーを教えることで早く考えられるようになり、ディフェンスを見ながらプレーするなどの駆け引きも覚えられれる。	状況確認の重要性、コーチングの概念、上達への段階、ブレイクの多様性、選択肢の教授	ディフェンスへの対応力(条件)、多くの選択肢を指導(特性)、体験する事の重要性(結果)	オフenseとディフェンスの相互関係の中でのブレイクの選択
オフenseはディフェンスを見てプレーするといったが、P&Rの中で絶対条件として追求していかなければならないのは、スクリーナーが途中でセッティングして止まらずスクリーンを使う人の方にはかけないことを強調する。1度からず抜けられても止まっているのではなく掛けにいぐ。スクリーンを使う方はセッティングしてないのに動き出さないことを強調している。このように徐々に精度を上げていく。	スクリーンを使う人の方にはかけないことを強調。スクリーンを使う方はセッティングしてないのに動き出さないことを強調。	スクリーンの基本概念	ディフェンスへの対応力(条件)、精度をあげる方法(原因)	オフenseを行ううえでのポイント

表 6 ディフェンスのポイント

テキスト	＜1＞テキスト中の注目すべき語句	＜2＞テキスト中の語句の言い換え	＜3＞左を説明するようなテキスト 外の概念	＜4＞テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
ディフェンスのポイント				
個人のスピード向上が重要と考えている。相手にやられない、抜かせないという気持ちを持つ事も織り交ぜながらコーチングしている。もう一つは恐れないう事。例えばスイッチしてミスマッチになってスマールがビックマンをついてもポイントから押し出す気持ちパワーを持ち、逆にビックマンがガードにマッチしてもスピードで負けない気持ちと対応できるデフェンススキルをもつ。	個人のスピード向上が重要。やらねない、抜かせないという気持ちを持つ事。スイッチしてミスマッチになってもポイントから押し出す気持ちパワーを持ち、逆にビックマンがガードにマッチしてもスピードで負けない気持ちと対応できるデフェンススキルをもつ。	ディフェンスの責務、向上する為の必須事項、身体的不利の打破	ディフェンスをする上での必須事項(条件)	ディフェンスのポイント
ディフェンスはスイッチを教えず、腕を掴んでも自分のマークマンを持って守るように教えてこむ。すこいスクリナーがきても足の間を通してでも、鍵穴位の狭い隙間でも自分で突き破って自分のマークマンを守るといメンタリティーをつけることが重要。スイッチは後々チームディフェンスで教える。	ディフェンスはスイッチを教えず、腕を掴んでも自分のマークマンを責任を持って守るように教えてこむ。腕を掴んでも自分のマークマンを責任持って守るといメンタリティーを責任持って守るように教えること。	ディフェンスの基本概念、ディフェンスの責務、執念、マリーシア	ディフェンスをする上での心構え(条件)、ディフェンスの基本となる執念(条件)	ディフェンスを行うメンタリティー
DEFで頭を使うということはマッチアップする相手をよく知ること。利き手はどちらか、得意なプレーは何かを瞬時に見極めながらプレーすること。その選手がどういった場所で、どういった状況でボールをもらったか(もらおうとしているか)を理解して、得意なものから抑えていく。特に自分のバスケットはスイッチの多いバスケットなので、瞬時の判断が必要。サイズも変わることがあるので守り方も理解していないといけない。	DEFで頭を使うということはマッチアップする相手をよく知ること。利き手はどちらか、得意なプレーは何かを瞬時に見極めながらプレーすること。利き手はどちらか、得意なプレーは何かを瞬時に見極めながらプレーすること。	ディフェンスを高めディフェンスを行う。	ディフェンスをする上での心構え(条件)、ディフェンスの基本となる執念(条件)	ディフェンスのポイント
次に少しづつレベルを上がったところでディフェンスはP&Rの中で大きく分けて3つのやり方(ハードジョブ&ファイトオーバー、スクイーズ&アンダー、スイッチ)を教え、オフフェンスはディフェンスがどの守り方をしているか見てプレーをすることを強調する。	3つのやり方(ハードジョブ&ファイトオーバー、スクイーズ&アンダー、スイッチ)を教え、オフフェンスはディフェンスがどの守り方をしているか見てプレーをすることを強調する。	情報処理能力を高めディフェンスを行う。	コーチングの段階、P&Rのディフェンス方法(条件)	コーチングの段階

表 7 ディフェンスのコーチングポイント

テキスト	＜1＞テキスト中の注目すべき語句	＜2＞テキスト中の語句の言い換え	＜3＞左を説明するようなテキスト 外の概念	＜4＞テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
ディフェンスのポイント				
最近の主流ではどんなディフェンスをミックスさせて戦うことが主流になってきている。マンツーマンからゾーンだったり、プレスやオールスウィッチ、でフェンスシステムも1つや2つではなく何通りも持っていて戦っている。この多様なディフェンスに対応できるよう頭を使うことはもちろん先程言ったどのようなマークマンでも対応できるスピード、パワー、気持치가重要になる。	ミックスさせて戦うことが主流。マンツーマンからゾーン。プレスやオールスウィッチ。ディフェンスシステムも1つや2つではなく何通りも持っていて戦っている。この多様なディフェンスに対応できるよう頭を使うこと。どのようなマークマンでも対応できるスピード、パワー、気持치가重要。	現在の多数派、対応力	現代バスケットボールの主流(結果)、対応力の重要性(条件)	多様なディフェンスに対応するために育成期間が必要
追加質問 シレイカさんはマンツーマンとゾーンディフェンスのどちらが好きですか				
ゾーンの方が好きだが、チームに浸透させるのに時間がかかりすぎると、シュート練習を割くまでやりにくく使っている。特にカッターが生まれる時のコミュニケーションやローテーションのルールが必要で、今はそれよりも時間を割きたいことが多く、完成はしていない。	ゾーンの方が好きだが、チームに浸透させるのに時間がかかりすぎると、シュート練習を割くまでやりにくく使っている。マンツーマンを多く使っている。	瞬時の状況判断が必要になるディフェンス	コミュニケーション(条件)	シレイカ氏の嗜好
追加質問 他にディフェンスで重要だと考えていることは何ですか				
動き始めに声を掛け合えるようにする。特にスクリーンはディフェンスからの声でオフフェンスを考えれば有効的なディフェンスになる。声といえはハドルも重要で味方のミスを非難するのでなく、体を触るだけでもいいので、次に前向きにプレーできるように切り替える時間をつくる。	動き始めに声を掛け合えるようにする。特にスクリーンはディフェンスからの声でオフフェンスを考えれば有効的なディフェンスを考えれば有効的なディフェンスになる。	チームを作る上で重要、信頼関係の構築	信頼関係の構築(手段)	試合、練習いずれも声を掛け合う必要性

シレイカ氏

「2 つ重要視している。ファストブレイク^{※ 4)}とオンボールスクリーン(P&R)。激しく強いディフェンスがなければファストブレイクは出ないのでオフェンスとディフェンスは切り離すことはできない。個々のディフェンススキルやトランジション(攻防の切り替え)がなければファストブレイクは生まれない。激しいチームディフェンスからファストブレイクをどんどん出したいと考えている。次に P&R。P&R はキング・オブ・バスケットボールと自分は呼んでいる位、重要な要素でもある。この間のヨーロッパ選手権でも一回のオフェンスで 2 回から 3 回、もしくは 2,3 ポゼッションの中に P&R が登場している。P&R が上手くできる、もしくは上手く守れるかが勝敗の鍵を握っている。オフェンスに関してはディフェンスが何をしているかを見ながらプレーすることを強調する。また、オフェンスの方が先に動き始めることで有利になるのでいいスクリーンをかけてアドバンテージをとることが絶対条件だと教える。自分のディフェンスがどうしているか、スクリーナーのディフェンスはどうなっているかをしっかり見てプレーをし、2 対 2 で攻めきることを強調していく。タイミング、呼吸の合わせ方、何百、何千通りもプレーがあるかもしれないが、全て教えるつもりで、全てを体験させるつもりでとことん 2 対 2 を行うことが重要」

以上のことから、シレイカ氏がオフェンスにおいてファストブレイクと P&R を重要視していることがわかる。ファストブレイクは激しいディフェンスを行うことによって生まれることから、積極的なディフェンスを行う必要があるとしている。次に、シレイカ氏は P&R を今日のバスケットボール競技におけるオフェンスの主流として捉えており、P&R を「キング・オブ・バスケットボール」と称するほど重要視している。また、シレイカ氏は P&R で使用するスキルの獲得は必須であるとし、P&R のコーチング場面では、状況判断を中心にコーチングをする必要性を述べている。ディフェンスの状況、または味方プレーヤーの状況など様々な状況を瞬時に判断し、最善の選択肢をプレーヤーが決定できるようコーチングしていく必要がある。さらに、シレイカ氏はスクリーナーがディフェンスよりも先に動きだし、ボールを保持しているプレーヤーが有利にオフェンスを展開できる状況をつくることを強調している。

バスケットボール競技は瞬時に状況が切り替わるスポーツであり、様々な選択肢が必要になってくるため、その都度、対応していく必要がある。シレイカ氏は、何百通り、何千通りとある対応策の全てをプレーヤーに経験させるよう努力し、コーチはその全てをコーチングする気持ちを持って取り組むことが重要であるとしている。情報処理能力の向上には非常に時間がかかるため、育成期間の早い時期から P&R で使用する様々なスキルをコーチングする必要がある。プレーヤーが数多くの対応策を理解し、情報処理能力が向上すれば瞬時に最善の選択ができ、プレーの精度があがると考えられる。

「ディフェンスはスイッチ[※]を教えず、腕を掴んでも自分のマークマンを責任持って守るように教えこむ。すごいスクリーナーがきても、足の間を通してでも、鍵穴位の狭い隙間でも自分で突き破って自分のマークマンを守るというメンタリティーをつけることが重要。ディフェンスで頭を使うということはマッチアップする相手をよく知ること。利き手はどちらか、得意なプレーは何かを瞬時に見極めながらプレーすること。そのプレーヤーがどういった場所で、どういった状況でボールをもらったか、また、もらおうとしているかを理解して、得意なものから抑えていく。特に自分のバスケットはスイッチの多いバスケットなので、瞬時の判断が必要。サイズも変わることがあるので守り方も理解していないといけない。次に少しずつレベルが上がったところでディフェンスは P&R の中で大きく分けて3つのやり方(ハードショウ&ファイトオーバー、スクイーズ&アンダー、スイッチ)を教え、オフェンスはディフェンスがどの守り方をしているか見てプレーをすることを強調する。また、声も重要視していて、動き始めに声を掛け合えるようにコーチングする。特にスクリーンはディフェンスからの声でオフェンスを考えさせれば有効的なディフェンスになる。声といえばハドルも重要で味方のミス为非難するのではなく、体を触るだけでもいいので、次に前向きにプレーできるように切り替える時間をつくることもできる」

以上のことから、シレイカ氏のディフェンスのコーチングでは、ディフェンススキルの前に絶対にやられないというメンタリティーを植え付けることを基盤としていることが理解できる。この基盤のうえに、オフェンススキルのコーチングのなかでも重要視していた様々な状況の変化に対応できる判

断力を備えることを位置づけている。ここでの「判断力」とはディフェンスがオフェンスプレイヤーの利き手、得意なプレー、ボールをもらった場所、ボールをもらった状況を判断することであり、このことによりオフェンスが得意なプレー、またはオフェンスが行いたいであろうプレーを抑えることが可能となる。

また、シレイカ氏が好んで使用するディフェンスはスイッチが多いものである。スイッチを多用すると身長差が生まれやすくオフェンスが有利な状況が生まれやすいため、瞬時の状況判断が大変重要になる。ディフェンスプレイヤー全員が状況判断に優れ、絶対にやられないというメンタリティーを持っていれば、ボールを決してノーマークにすることなく有効なディフェンスとなるであろう。次にシレイカ氏はP&Rに対するディフェンスとして、ハードショウ&ファイトオーバー、スクイーズ&アンダー、スイッチの3つをあげている。P&Rに対するディフェンスをコーチングしながらオフェンスにもディフェンスが3つの選択肢のどれを使いディフェンスしているのかを判断するようコーチングを行い、オフェンス・ディフェンスプレイヤーどちらにも状況判断を徹底する。双方がよりよい状況判断を行えるようになれば、オフェンス・ディフェンスともにレベルアップでき、シレイカ氏はその相乗効果をねらいコーチングを行っている」と推察される。

また、P&Rのディフェンスでは、スクリーナーのディフェンスが事前に声でスクリーンがセットされることを味方に知らせることで味方がより早くスクリーンに対処でき、オフェンスのアドバンテージをなくす可能性が生まれるとしている。さらに、シレイカ氏はバスケットボール競技における「声」について、チームメイト同士で声をかけあい、コミュニケーションを多くとることで共通理解ができ、チーム全員で結束し、前向きにプレーを行っていけるとしている。この点に関してジアニーニ⁴⁾は、プレイヤー同士が誠実に誓いの言葉を口にするには、お互いのプレイヤーに対する深い思いやりにつながることから、チームにとって最も大切なこととして位置づけている。このように、シレイカ氏はディフェンス局面のみならずゲームを通してコミュニケーションをとることを重要視しているといえよう。

「最近の主流ではどんどんディフェンスをミックスさせて戦うことが主流になってきている。マンツーマンディフェンスからゾーンディフェンスへの頻繁なスイッチングや、プレスやオールスイッチ、ディフェンスシステムも1つや2つではなく何通りも持って戦っている。この多様なディフェンスに対応できるようになるには先程言ったように、頭を使うことはもちろん、どのようなマークマンでも対応できるスピード、パワー、気持ちが必要になる。私は本当のところ、ゾーンの方が好きだが、チームに浸透させるのに時間がかかりすぎるので、シュート練習を割くまでやりたくないため現在は頻度としてマンツーマンを多く使っている。頻度は多くないがゾーンディフェンスも使っているが、ゾーンディフェンスは、特に Cutter が生まれる時のコミュニケーションやローテーションのルールが必要で、今はそれよりも時間を割きたいことが多く、現在のチームでは完成していない」

シレイカ氏によれば、今日のバスケットボール競技におけるディフェンスの主流は、様々なディフェンスを使い分け、マンツーマンディフェンス、ゾーンディフェンスのシステムを何通りも使用するディフェンス戦術である。このディフェンスのシステムが変わる戦術を習得するためには、瞬時の状況判断が必要になる。また、どのようなオフェンスプレーヤーにも対応できるようアジリティーや絶対に抑えるというメンタリティーが重要となる。

さらに、多様なディフェンスシステムを理解するためには練習時間が多く必要になる。したがって、プロになってからではなく、育成期間から多様なディフェンスシステムを習得できるようコーチングしていかなければならないと考える。

それでは、シレイカ氏がこれらのコーチング方法をどのように確立していったのかを歴史的背景から考察していく。

iv. ヨーロッパにおける国際競技力の向上要因

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 8 ヨーロッパにおける国際競技力の向上要因

テキスト	〈1〉テキスト中の注目すべき語句	〈2〉テキスト中の語句の言い換え	〈3〉左を説明するようなテクスト外の概念	〈4〉テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
ヨーロッパにおける国際競技力の向上要因				
私が感じている歴史的背景には、メンタル面(サイコロジイ)がすごく影響している。優勝してチャンピオンシップをとったチーム(国)はそれをキープするのが難しい(追われる立場)のが差が縮まった1つ。ヨーロッパの民族意識はトップのチームを倒そうというメンタリティーを持っている。アメリカ人相手でも戦えるという自信をヨーロッパ全体に植え付けてくれた。	メンタル面(サイコロジイ)がすごく影響している。ヨーロッパの民族意識はトップのチームを倒そうというメンタリティーを持っている。アメリカ人相手でも戦えるという自信をヨーロッパ全体に植え付けてくれた。	心理、下克上、国の威信、精神力、Identity(拠り所、自分の支え)、誇りを持つ、自尊心	Identity(拠り所、自分の支え)(背景)、ヨーロッパ出身プレイヤーの世界的躍進(影響)	トップチームを倒そうとするメンタル面、国に対する誇り、アメリカ人相手でも戦えるという自信、
2つめの要因としてはメディアの発達が挙げられる。写真でしかNBA選手を見れず世界のバスケットボールの知識が共有できなかったのがメディアの発達によって映像で見える事が出てきた。NBAに入団したヨーロッパの選手がどれだけ活躍できているかなど色々な情報を集められるようになった事でヨーロッパの中で(特に子供達)興味、関心を持つようになりバスケットボールスクールにどんどん入るようになったことが差が縮まった要因と考えている。	メディアの発達。子供たちが興味、関心を持つ様になりバスケットボールスクールにどんどん入った。	global(国際化)、子供たちの憧れ、子供たちの希望、子供たちの夢、attention	子供たちの将来(影響)	情報量の増加、メディアの発達による子供たちの興味・関心の向上
子供達の関心・興味が高まっている中で、身近なヨーロッパ出身の選手がNBAで活躍している姿を目の当たりにして、NBAは夢の世界ではなく自分達でもできるという考えを持つ様になり、親御さん達も子ども達もお金をだしてバスケットボールスクールに入れる文化が根付いていった。	NBAは夢の世界ではなく自分達でもできるという考えを持つ。親御さん達も子ども達もお金をだしてバスケットボールスクールに入れる文化が根付いていった。	現実化、将来への投資、文化の定着	競技の浸透(結果)、職業として考える(変化)	スクールに入る文化の定着、実現可能な夢への投資(NBA)
1つ例に挙げるとユー・チの出身地のジャレイは人口3万人にも関わらずバスケットボールだけに特化したスクールが10個もある。そのような文化ができたおかげでどんな国もバスケットボールレベルが上がっていった。	人口3万人にも関わらずバスケットボールだけに特化したスクールが10個もある。そのような文化ができたおかげで国のバスケットボールレベルが上がっていった。	文化の定着、普及、レベル向上、需要の増大	競技の浸透(結果)、競技力向上(変化)	文化の定着による競技力向上、育成期間の増加による競技力の向上
リトアニアでいうと、サボニス選手がNBAでの成功を国を挙げて盛り上げた。人々は大きなポトルを見れば、サボニス用のポトルだと言い、大きい車を見れば、サボニス用の車だと言ったり、日常会話にサボニスが話題になる世の中になっていった。	リトアニアでいうと、サボニス選手がNBAでの成功を国を挙げて盛り上げた。	成功者、近頃の憧れ、国の威信、ナショナリズム	身近な成功者で憧れ(影響)	近頃の成功者への憧れ、成功者によるナショナリズムの発揚
しかし、リトアニアは人口が少ない国なので、数少ない競技者のなかで、有能な選手を発掘するためには、子供の(アテンション)競技が非常に重要になってくる。子供達の教育に力を入れていかないと国のレベルは上がっていかない。(アテンション、興味、関心、注目)	数少ない競技者のなかで、有能な選手を発掘するためには、子供の競技が非常に重要になってくる。	育成の強化、タレント発掘、子供の教育の重要性	強化の第1歩(条件)	人口が少ないというハンディキャップの克服、競技力向上の為に子供の教育

前述したとおり、アメリカ代表として NBA 選手が出場した 1992 年の第 25 回オリンピック競技大会（バルセロナ）以降のオリンピック競技大会はアメリカの独壇場であったが、2004 年の第 28 回オリンピック競技大会（アテネ）において、ついにリトアニアがアメリカ代表に勝利した。この大会以降、オリンピック競技大会においてアメリカはヨーロッパのチームに苦戦を強いられている。このように近年、アメリカとヨーロッパの国々との力の差は確実に縮まってきている。この背景にある、ヨーロッパのバスケットボール競技において競技力が向上した要因について言及されている。特にこのカテゴリーにおいて重要なシレイカ氏の回答内容を以下にあげ考察する。

シレイカ氏

「私が感じている歴史的背景には、メンタル面（サイコロジー）がすごく影響している。優勝してチャンピオンシップをとったチーム（国）は追われる立場をキープすることは難しく、このことが差を縮めた要因の 1 つ。ヨーロッパの民族意識はトップのチームを追っかけてどうやったら勝てるのか、どうやって倒そうかというメンタリティーを持っていることが 1992 年のアメリカの独壇場から差が縮まった要因と考えている。そのようなメンタリティーの中でヨーロッパが少しずつ力をつけて、NBA の中にもデトリフ・シュレンプ、トニー・クーコッチ、ブラデ・ディバッツ、トラジェン・ペトロヴィッチが活躍し、アメリカ人相手でも戦えるという自信をヨーロッパ全体に植え付けてくれたことも要因と考えている」

「2 つめの要因としてはメディアの発達が挙げられる。写真でしか NBA プレーヤーを見られず世界のバスケットボール競技の知識が共有できなかったのが、メディアの発達によって映像で見ることが出来る様になり、NBA に入団したヨーロッパのプレーヤーがどれだけ活躍できているかなど色々な情報を集められるようになった」

以上のことから、オリンピック競技大会に NBA プレーヤーが出場するようになり、アメリカの独壇場になったことをヨーロッパの人々は悲観的に考えてはおらず、トップのチームを倒そうという民族

意識が高まっていったことがうかがえる。また、メディアの発達により、当時アメリカ人が中心となって活躍していた世界的に有名なリーグである NBA において、ヨーロッパ出身のプレーヤーが活躍する映像をヨーロッパでも見られるようになったことで、アメリカ人相手でも戦えるという自信をヨーロッパのプレーヤーや国民が持てるようになったことが分かる。このようにバスケットボール競技において技術の進歩だけを望むのではなく、国に対するアイデンティティや国の威信をかけ戦うというメンタリティーを高めることも世界との差を埋める為には必要不可欠な要素になると考えられる。また、オリンピック競技大会に NBA プレーヤーが出場したことがきっかけとなり、リトアニアのバスケットボール競技のレベルが向上したについて以下のように言及している。

シレイカ氏

「子ども達の興味・関心が高まっている中で、身近なヨーロッパ出身のプレーヤーが NBA で活躍している姿を目の当たりにして、NBA は夢の世界ではなく自分達でもできるという考えを持つ様になり、親御さん達もどんどんお金をだしてバスケットボールスクールに入れる文化が根付いていった。1 つ例に挙げると、私の出身地のシャレイは人口3万人にも関わらずバスケットボール競技だけに特化したスクールが 10 個もある。そのような文化ができたおかげでどんどん国のバスケットボールレベルが上がっていった」

前述したとおり、メディアが発達し、情報量が増加したことにより、子ども達のバスケットボール競技に対する興味・関心が高まり、さらに、NBA は夢の世界ではなく自分たちも NBA プレーヤーになれるという考えを持つようになったことが分かる。興味・関心が高まった影響によりバスケットボール競技を行う環境面が充実し、このことが競技の浸透を促し、バスケットボールスクールに通うという文化が生まれたのであろう。また、若年層におけるバスケットボール競技の定着により育成期間が増加したことがさらなる競技力向上へとつながったと推察される。

v. リトアニアのコーチングコンセプト

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 9 リトアニアのコーチングコンセプト

テキスト	＜1＞テキスト中の注目すべき語句	＜2＞テキスト中の語句の言い換え	＜3＞左を説明するようなテキスト 外の概念	＜4＞テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
リトアニアのコーチングコンセプト				
リトアニアのコーチも昔は早くポジションを固定して、すぐ小さい時からナンバーゴールだったリオブジョンなどの戦術を重視して教えていたのですが、世界で戦えている選手はどういう所を沢山のコーチで話し合ったときに、大きい選手(サボニス)がパスが上手くアウトサイドも打てるだとか、ポイントガードの選手(マルチュリオニス)もオールポジションでプレイできるとか、世界で通用した彼らの共通点はポジションを固定せず指導を受け、色々なスキルを身に付け、色々なポジションを経験していたことだったので、リトアニアの国では早い時期にポジションを固定せず指導すること が将来的に国を救うことになると考えようになった。	リトアニアのコーチも昔は早くポジションを固定して、すぐ小さい時からナンバーゴールだったリオブジョンなどの戦術を重視して教えていた。共通点はポジションを固定せず指導を受け、色々なスキルを身に付け、色々なポジションを経験。	過去の過ち。指導法の変化。トッププレイヤーの共通点。様々な経験。	リトアニアの指導方法の変化(結果)、トッププレイヤーに共通する多様なスキルトレーニングの経験(結果)	戦術を重視していた過去の過ち。トッププレイヤーに共通するポジションを固定しない指導方法。
リトアニアでは子供の時はポジションを固定することなく色々なポジションを練習させることによって、将来インサイドプレイヤーになってもパスがうまく、アウトサイドシュートが打てるインサイドプレイヤーになることができる。1つの例を挙げるとサボニス選手は12歳の時にはすでに大きい選手だったか全てのポジションを練習し、学んだ事が彼のキャリアを支えた大きな要因だった。子供の時にポジションを固定してポイントガードだけやセンターだけといったポジションをきめてしまう指導は絶対にやっではない。	リトアニアでは子供の時はポジションを固定することなく色々なポジションを練習させる。子供の時にポジションを練習させる。子供の時にポジションを固定してポイントガードだけやセンターだけといったポジションをきめてしまう指導は絶対にやっではない。	ポジションにこだわらないスキル取得。全てのポジションを体験。指導の誤り。	日本におけるポジション特性の概念の撤廃(変化)。これまでの指導方法の過失(原因)	ポジションを固定せず指導した場合の優位点。
7、8歳から沢山の試合をしているが、戦術は全くどんな個人スキルで1対1中心のゲームをしている。その中で選手に色々なポジションを経験させて、コーチが選手の適性を見抜きながら徐々にこのポジションが合うんじゃないかというアドバイスを送っている。(しかし、スキルトレーニングは続けている。	7、8歳から沢山の試合をしているが、戦術は全くどんな個人スキルで1対1中心のゲームをしている。その中で選手に色々なポジションを経験させて、コーチが選手の適性を見抜きながら徐々にこのポジションが合うんじゃないかというアドバイスを送っている。(しかし、スキルトレーニングは続けている。	個人スキルの向上。個人スキルの重要視。	リトアニアの育成方法(特性)	個のスキル向上の重要性
14歳までポジションに関係なく色々なスキルトレーニングをやらすべき。14歳以降に始めた選手はシュートタッチやパスに対してどれだけのキャパシティがあるかだけ可能性があるか見極めることが大切。	14歳までポジションに関係なく色々なスキルトレーニングをやらすべき。14歳以降に始めた選手はシュートタッチやパスに対してどれだけのキャパシティがあるかだけ可能性があるか見極めることが大切。	ポジションにこだわらないスキルトレーニング。	日本におけるポジション特性の概念を撤廃したスキルトレーニングの重要性(条件)	ポジションにこだわらないスキルトレーニングの重要性
14歳までは楽しみ、この先のキャリア形成の上でバスケットボールを楽しむということが絶対に必要になるので、コーチは楽しさをどんなに教えるべきだし、そのような指導が必要になる。	14歳までは楽しみ、この先のキャリア形成の上でバスケットボールを楽しむということが絶対に必要になるので、コーチは楽しさをどんなに教えるべきだし、そのような指導が必要になる。	楽しむ必要性。バスケットボール享受。享受(受け入れて楽しむ事)	享受することの重要性(条件)	バスケットボールを楽しむ事の重要性
リトアニアでは沢山のスクールがあってスクール別の指導方針がある。(大きくは変わらない)このような方向性を毎年、夏に指導者だけのクリニックがある時に、知識の共有、考え方を話し合っている。	毎年、夏に指導者だけのクリニックがある時に、知識の共有、考え方を話し合っている。	指導の一貫性。指導者の向上心	方向性の確認(特性)	指導方法を共有、指導者同士による話し合いの重要性

アメリカ代表チームとして NBA プレーヤーがオリンピック競技大会に出場するようになり生じたアメリカとの差を埋めた要因として、アイデンティティや国の威信をかけて戦うメンタリティー、メディアの発達があげられた。さらに、シレイカ氏はその差を埋める為に行われた実際のコーチング方法について言及している。特にこのカテゴリーにおいて重要なシレイカ氏の回答内容を以下にあげ考察する。

シレイカ氏

「リトアニアのコーチも昔は早くポジションを固定して、すごく小さい時からナンバーコールのプレーや、オプションなどの戦術を重視して教えていたのだが、世界で戦えているプレーヤーはどういうプレーヤーかという所を沢山のコーチで話し合ったときに、身長が大きいプレーヤー(サボニス)がパスも上手く、アウトサイドも打てるだとか、ポイントガードのプレーヤー(マルチュリオニス)もオールポジションでプレーできるとか、世界で通用した彼らの共通点はポジションを固定せずコーチングを受け、色々なスキルを身に付け、色々なポジションを経験していたことだったので、リトアニアの国では早い時期にポジションを固定せずコーチングすることが将来的に国を救うことになるようになるようになった。リトアニアでは子供の時はポジションを固定することなく色々なポジションを練習させることによって、将来インサイドプレーヤーになってもパスがうまく、アウトサイドシュートが打てるインサイドプレーヤーになることができる。1つの例を挙げるとサボニス選手は12歳の時にはすでに身長が大きいプレーヤーだったが全てのポジションを練習し、学んだことが彼のキャリアを支えた大きな要因だった。子供の時にポジションを固定してポイントガードだけやセンターだけといったポジションをきめてしまうコーチングは絶対にやってはいけない」

以上のことから、リトアニアの指導方法は、1992年に開催された第25回オリンピック競技大会(バルセロナ)を契機として、戦術を重視したコーチング方法から個のスキル向上を重視するものへと変容したことが理解できる。この背景には当時、世界で活躍していたトッププレイヤーの共通点があっ

た。彼らは共通して体格、ポジションなどの特性に関係なく多様なスキルを有していた。この多様なスキルの習得を可能にしたのが、彼らが育成期間に受けたポジションを固定しないコーチングであった。このようなトッププレイヤーに共通する育成期間のコーチング方法にならって、リトアニアでは早期のポジション固定や戦術を重視した過去の誤ったコーチング方法を改め、現在のコーチング方法を確立していった。日本バスケットボール協会¹⁴⁾が、「育成年代における長身者は日々の活動における運動量が少ないことやポジションの早期の固定化など、日本における長身者の育成環境は必ずしも十分であるとは言えません」と指摘しているように、日本においても、育成期間にポジションを固定しないコーチング方法の重要性については十分に認識されているものの、このコーチング方法が実践されているとは言い難い。

シレイカ氏

「7,8 歳から沢山の試合をしているが、戦術はなくどんどん個人スキルで1対1中心のゲームをしている。その中でプレイヤーに色々なポジションを経験させて、コーチがプレイヤーの適性を見抜きながら徐々にこのポジションが合うじゃないかというアドバイスを送っている。しかし、スキルトレーニングは続けて行う。14 歳までポジションに関係なく色々なスキルトレーニングをやらすべき。14 歳以降に始めた選手は3年か4年はさせる必要がある。身長が高めのプレイヤーはシュートタッチやパスに対してどれだけのキャパシティーがあるかどれだけ可能性があるか見極めることが大切。14 歳までは楽しみ、この先のキャリア形成の上でバスケットボールを楽しむということが絶対に必要になるので、コーチは楽しさをどんどん教えるべきだし、そのようなコーチングが必要になる」

ここでの「個人スキル」とは、「1対1」におけるスキルのことを指し、シレイカ氏は1対1に強いプレイヤーを育成することを重要視していると推察される。1対1に強いプレイヤーを育てる為には、多様なスキルを習得することとともに、ポジションにこだわらないスキルトレーニングが必要となるだろう。また、シレイカ氏は14歳までを育成期間と考え、この時期にバスケットボール競技を

楽しませることが重要であるとしている。これは、育成期間のプレーヤーをバーンアウトさせないために必要なことであり、またその後のキャリア形成においても非常に重要になると考えられる。

シレイカ氏

「リトアニアでは沢山のスクールがあってスクール別のコーチングコンセプトがある(大きくは変わらない)。このような方向性を毎年、夏にコーチだけのクリニックがある時に、知識の共有、考え方を話し合っている」

以上のことから、コーチング方法を共有し、コーチ同士が知識を高め、プレーヤーを育成しなくてはならないことが分かる。日本バスケットボール協会¹⁴⁾は2002年に「バスケットボール一貫指導システム」を策定しており、このなかで、「ジャパンオリジナルバスケットボール」の構築と実践の必要性を訴えている。この「ジャパンオリジナルバスケットボール」とは、日本人の特性である走力、敏捷性、スピードを最大限活かした平面的、ハイペースかつ合理的なバスケットボールを意味する。しかしながら、「ジャパンオリジナルバスケットボール」に関する知識を日本のコーチが共有できているとは言い難い。実際に、日本バスケットボール協会のコーチライセンスの概要では、多様なニーズに対応できるコーチを一貫したシステムにより養成し、その指導力の向上をはかることを謳っており¹⁷⁾、コーチライセンスの講習会が開催されているが、シレイカ氏が言及しているような知識の共有やコーチング方法を論議するような場とはなっていないようである。

vi. 日本への提言

このカテゴリーに至る分析結果は次頁の表に示す通りである。

表 10 日本への提言

テクスト	①テクスト中の注目すべき語句	②テクスト中の語句の言い換え	③左を説明するようはテクスト 外の概念	④テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)
日本への提言				
しかし、リトアニアは人口が少ない国なので、数少ない競技者のなかで、有能な選手を発掘するためには、子供の競技が非常に重要になってくる。日本も子供達の教育に力を入れていかないと国のレベルは上がっていかない。(アテンション、興味、関心、注目)	有能な選手を発掘するためには、子供の競技が非常に重要になってくる。日本も子供達の教育に力を入れていかないと国のレベルは上がらない。	育成の強化、タレント発掘、子供の教育の重要性	強化の第1歩(条件)	育成の重要性
日本の屋外には野球場やサッカー場が沢山あるけれどバスケットボールコートが少ない。リトアニアや他の国では屋外のコートで放課後に20人位集まってプレイ出来る環境がある。そういう環境を日本にも常備する必要がある。	バスケットボールコートが少ない。そういう環境を日本にも常備する必要がある。	環境の重要性、日本の環境整備	強化の為の環境整備(条件)	育成方法
リトアニアはサボニスのように長身の選手が活躍して子供の興味・関心が高まったが、日本では長身のスター選手がまだ生まれていない中で田臥選手の高さだけでなく、自分達の特性を活かした平面のバスケットボールを展開しなければならぬ。日本の身長の高い選手は早いバスケットボールを教わっていないのではと感じている。このような身長の高い選手にも小さい頃から早い展開のバスケットボールを徹底する必要があるのではないかな。走って戦えるピックマンを育成していかなければならない。	リトアニアはサボニスのように長身の選手が活躍して子供の興味・関心が高まった。沢山の選手が世界を知ることによって日本のレベルが上がる可能性がある。	子供の憧れ、ヒーロー、世界進出	世界進出によるglobal化(条件)、スター選手登場による子供の憧れ(条件)	リトアニアの成功例から日本への提言
日本の指導者にはヨーロッパのバスケットボールに興味、関心を持ってもらいたい。私を知っていることをどんどんシェアしたい。		経験・知識の共有	コーチングを学ぶ重要性(条件)、知識の共有、コーチングの前提条件(条件)	コーチングの在り方
自分達の長所、短所をしっかりと受け止めて、スタイルを作り、このスタイルで戦うという共通意識を持つことが重要である。	長所、短所をしっかりと受け止めて、スタイルを作り、このスタイルで戦うという共通意識を持つことが重要	己を知る、自己受容、共通理解	過去の過ちを認める(原因)日本の指導者の共通認識の必要性(条件)	独自のスタイルの確立
私が考える日本のスタイルは早い展開のバスケットボールをしていかなければならないと感じている。なぜなら平均身長が小さいのでアメリカの真似ではなく、自分達の特性を活かした平面のバスケットボールを展開しなければならぬのではないかと考える。日本の身長の高い選手は早い展開のバスケットボールを教わっていないのではと感じている。このような身長の高い選手にも小さい頃から早い展開のバスケットボールを徹底する必要があるのではないかな。走って戦えるピックマンを育成していかなければならない。	早い展開のバスケットボール。アメリカの真似ではなく、自分達の特性を活かした平面のバスケットボールを展開しなければならぬ。日本の身長の高い選手は早い展開のバスケットボールを教わっていないのではと感じている。走って戦えるピックマンを育成。	特性を活かした独自のスタイル確立、日本の育成の不備	日本人の特性を活かしたスタイルの確立(特性)、これまでの日本の育成の過ち(原因)	独自のスタイルの確立
日本のリーグにもプロチームが増えてきておりとてもいい変化でありチーム運営をNBAから学ぶことも非常に良いことだが、バスケットボールスタイルまでコピーしてしまうことは良くない。NBAと同じ事はできないし、NBAにはない日本に合ったバスケットボールをしてファンを呼び込む必要がある。	日本のリーグにもプロチームが増えてきておりとてもいい変化でありチーム運営をNBAから学ぶことも非常に良いことだが、バスケットボールスタイルまでコピーしてしまうことは良くない。NBAと同じ事はできないし、NBAにはない日本に合ったバスケットボールをしてファンを呼び込む必要がある。	変化の持続、独自のスタイル確立	プロリーグの経営での変化の持続(変化)、日本人の特性を活かしたスタイルの確立(特性)	独自のスタイルの確立、方策
日本でも3、4日間で指導者を300人位集めて日本のスタイルはこれだ、スタイルを確立する為に、日本本のバスケットボールはこうやっていくんだという話をするべき。	日本でも3、4日間で指導者を300人位集めて日本のスタイルはこれだ、スタイルを確立する為に、日本本のバスケットボールはこうやっていくんだという話をするべき。	独自のスタイルの構築。日本のバスケットボールの統合。共通意識。	日本人の特性を活かしたスタイルの確立(特性)、日本の指導の変革(条件)	確立したスタイルを継続していく方法

ここでは、シレイカ氏が日本のチームにおいて2シーズンにわたってコーチを努めた立場から述べる日本のバスケットボール競技への提言をまとめ、特にこのカテゴリーにおいて重要なシレイカ氏の回答内容を以下にあげ考察する。

シレイカ氏

「リトアニアはサボニスのように長身のプレーヤーが活躍して子どもの興味・関心が高まったが、日本では長身のスタープレーヤーがまだ生まれていない中で田臥選手のような小さくても世界に出ていったプレーヤーをどんどん輩出していく必要がある。沢山のプレーヤーが世界を知ることによって日本のレベルが上がる可能性があると考え。大きい、小さい、関係なく世界のレベルを肌で感じる事が大切。リトアニアは人口が少ない国なので、数少ない競技者のなかで、有能なプレーヤーを発掘するためには、子どもの競技が非常に重要になってくる。日本も子ども達の教育に力を入れていかないと国のレベルは上がっていかない。日本の屋外には野球場やサッカー場が沢山あるけれどバスケットボールコートが少ない。リトアニアや他の国では屋外のコートで放課後に 20 人位集まってプレー出来る環境がある。そういう環境を日本にも常備する必要がある」

以上のことから、シレイカ氏は、日本のバスケットボール競技の競技力向上のためには、子ども達の育成が重要であるとしている。バスケットボール競技に対して子ども達に興味・関心を持ってもらうために、公園にゴールを設置するなどプレーグラウンドを整備し、バスケットボール競技の楽しさ、素晴らしさを日本バスケットボール競技界が一丸となって宣伝し、広く伝える必要があるであろう。このことにより、子ども達の興味・関心が高まり、さらに競技者を増やすことでタレント発掘へとつながっていくことができると推察される。また、シレイカ氏は、リトアニアでのサボニス選手のように国を代表するスタープレーヤーを輩出する必要性を訴えている。これもまた、子ども達が憧れるプレーヤーを輩出することにより、興味・関心が高まりタレント発掘につながると考えられる。そのために必要な方策としてシレイカ氏は海外挑戦をあげている。海外のレベルを肌で感じ日本に伝えるプレ

一ヤーが増えれば、日本のバスケットボール競技の競技力は上昇傾向を示すであろう。このことは、昨今のサッカー競技界をみれば一目瞭然である。

シレイカ氏

「自分達の長所、短所をしっかりと受け止めて、スタイルを作り、このスタイルで戦うという共通意識を持つことが重要である。私が考える日本のスタイルは早い展開のバスケットボールスタイルを構築していかなければならないと感じている。なぜなら、平均身長が小さいのでアメリカの真似ではなく、自分達の特性を活かした平面のバスケットボールを展開しなければならないのではないかと考える。日本の身長の高いプレーヤーは早い展開のバスケットボールを教わっていないのではと感じている。このような身長の高い選手にも小さい頃から早い展開のバスケットボールを徹底する必要があるのではないか。走って戦えるピックマンを育成していかなければならない」

「日本のリーグにもプロチームが増えてきておりとてもいい変化でありチーム運営を NBA から学ぶことも非常に良いことだが、バスケットボールスタイルまでコピーしてしまうことは良くない。NBA と同じことはできないし、NBA にはない日本に合ったバスケットボールスタイルを構築してファンを呼び込む必要がある」

シレイカ氏は、日本にあったプレースタイルとして、早い展開のバスケットボールスタイルをあげている。日本は平均身長が低いため、日本の長所である平面的なスピードを生かさなければ世界とは戦えないと考える。しかし、平面的なスピードを活かした早い展開のバスケットボールスタイルだけでは到底、世界と戦ってはいけないであろう。シレイカ氏のコーチングにもある「個の力」を上げることや、瞬時の状況判断に優れたプレーヤーを育成することで、プレーの精度を高め、ミスが少ない早い展開のバスケットボールスタイルを確立することが、日本のバスケットボール競技界に求められる。

注2) : ピック・アンド・ロールとは、「攻撃側2対2の戦術行動であり、ボール保持者が、1対1で攻撃をしようとしている時、あるいは攻撃できないような状態の時に、味方のプレーヤーが意図的にスクリーンをしかける（ピックする）プレー」（日本バスケットボール協会審判・規則部編（2011）バスケットボール競技規則. 日本バスケットボール協会：東京, p. 183）とされる。

注 3) : スクリーンプレーとは「複数のプレーヤーが協力し合い、相手方のディフェンスの動きを遮断することによって、自チームの攻撃のチャンスを作ろうとするプレーである。そのプレーの仕組みは相手の動きを自身の体で壁を作り阻止するスクリナーと、それを利用して攻撃するカッターに分けられる。また、スクリーンにはボールを保持しているプレーヤーと関係して行われるオンボールスクリーンと、お互いボールを保持せずに行うオフボールスクリーンとに大別できる」（内海知秀・児玉善廣(2005)日体大Vシリーズバスケットボール. 叢文社：東京, pp. 78-79）とされる。

注 4) : ファストブレイクとは、「1 対 0～3 対 2 までのアウトナンバーで速やかに、かつイーजीシュートに持ち込むことを狙うこと」（日本バスケットボール協会強化本部育成部エンデバー委員会編（2011）エンデバーのためのバスケットボールドリル 4. ベースボール・マガジン社：東京, p. 123）とされる。

注5) : スイッチとは、「スクリーンプレーに対するディフェンスの1つ。スクリナーとカッターのディフェンダーが、それぞれマークマンを換えること」（クロウゼ, ジェリー(1997)バスケットボール・コーチング・バイブル. 大修館書店：東京, p. 550）とされる。

IV. 結論

本研究は、バスケットボール元リトアニア代表チーム監督のアントナス・シレイカ氏に着目し、彼の長年の経験で培ったコーチングフィロソフィーを明らかにするものであった。

本研究で検討した結果を整理すると、以下のようにまとめられる。

シレイカ氏のコーチングフィロソフィーとは、コーチとプレーヤー、プレーヤー同士、さらにコーチとプレーヤーがバスケットボール競技に対して「忠誠心」を持つことである。コーチはプレーヤーにこれら全ての「忠誠心」を持ってプレーすることをコーチングし、そのコーチングを確立するにはコーチ自らも「忠誠心」を持たなければならない。これらを土台にコーチはプレーヤーに多くの選択肢を与え、プレーヤーに考えさせ理解するスピードを養わせることで自ら判断できるプレーヤーを育成することがシレイカ氏のコーチングフィロソフィーである。しかし、このコーチングフィロソフィーは、これまでに示されてきたアメリカ人のトップコーチのものとほぼ同様のものであった。つまり、コーチングフィロソフィーにアメリカ人のトップコーチと他国のトップコーチに大きな違いはないといえよう。

しかし、シレイカ氏がコーチングフィロソフィーを基に考えるバスケットボール競技において求められる能力や、実際のコーチング方法は実に興味深いものがあつた。まず、バスケットボール競技において求められる能力では、一般的に必要とされる運動能力や身体的条件に加えて、情報処理能力は普段の練習で鍛えることは可能であることから、コーチはプレーヤーに対して情報処理能力を高めるようコーチングを行うことにより、その人材の生まれ持った能力を最大限に発揮させることができるようになると推察される。

次に実際のコーチング方法においてバスケットボール競技を始めて2年後に2対2のオフボールスクリーンと P&R をコーチングすることが特徴的であつた。シレイカ氏は、情報処理能力を高める手法として P&R のコーチングを位置づけている。このように、バスケットボール競技を始めて2年後の段階で情報処理能力を高めるコーチング方法を日本においても取り入れていくべきであろう。

本研究において、シレイカ氏とアメリカのトップレベルのコーチが持つコーチングフィロソフィーの間には大きな差異は見られなかったものの、コーチング方法について新しい考え方を見出せたことは、今後のバスケットボール競技におけるコーチングの一助になったといえよう。しかし、本研究は対象者を一人のコーチに限定していることから、さらに多くのトップレベルのコーチが持つコーチングフィロソフィーを明らかにすることで、日本のバスケットボール競技におけるコーチングの発展に活用できるものとなり得るであろう。

さて、現在のバスケットボール男子日本代表チームの活動は若い選手を育成し、中長期的な展望での強化を謳っているが、ここ 10 年間で 7 人のヘッドコーチが主要大会を終えるたびに替わってしまっている。直近の成績に左右されて、果たして中長期的な強化ができるのだろうか。中長期的な計画を遂行するには、まず日本が世界で戦えるようなプレースタイルを確立する必要があると考える。このプレースタイルが確立されなければ、タレント発掘や子ども達に対するコーチングの在り方、現在の問題点を改善することは困難となるであろう。今後、日本独自のプレースタイルが確立され、それに伴うタレント発掘・育成、さらにコーチ育成にも関わる中長期的戦略が構築されることを期待する。

引用・参考文献

- 1) キャリル, ピート・ホワイト, ダン(二杉茂・津田真一郎・木村準・伊藤淳訳)(2011)賢者は強者に優る-ピート・キャリルのコーチング哲学-. 晃洋書房：東京
- 2) 後藤正規・杉山洋二・陸川章・小山孟志(2010)バスケットボール競技のチームづくりにおける構成要素の検討. 東海大学紀要体育学部, (40) 23-35
- 3) 伊藤勇(2008)質的インタビュー調査の再概念化. 福井大学教育地域科学部紀要Ⅲ (社会科学), 64 : 1-31
- 4) ジアニーニ, ジョン(石村宇佐一・鈴木壮訳)(2012)バスケットボールの“コートセンス”. 大修館書店：東京, p. 76, p. 250
- 5) 加藤廣志(2003)日本一勝ち続けた男の勝利哲学. 幻冬舎：東京
- 6) 川上哲治 (2013) 禅と日本野球-日本野球の礎を築いた「禅」の哲学-. サンガ文庫：東京, p. 253
- 7) クロウゼ, ジェリー (水谷豊訳者代表) (1997) コーチングバイブル. 大修館書店：東京, p. 28, p. 550
- 8) ナイト, ボブ・ニューエル, ピート(笠原成元監訳)(1992)ウイニング・バスケットボール-勝つための理論と練習法. 大修館書店：東京, p. 2, p. 10
- 9) マコーミック, ブライアン(佐良土茂樹監訳)(2012)バスケットボールDEVELOPING BASKETBALL INTELLIGENCE. スタジオ ダッグ クリエティブ：東京, p. 150, p. 159
- 10) 松村明(2012)大辞泉. 第2版, 小学館：東京, p. 2468
- 11) メイヤー, ドン(1994)The best things in coaching, Championship Production,
- 12) マイネル, クルト(金子明友監訳)(2000)マイネルスポート運動学. 大修館書店：東京, p. 333
- 13) 森下義仁(2011)スポーツの「コーチ哲学」に関する一考察 -スポーツの「コーチングの目的」を中心として考える-. 人文・自然・人間科学研究(25) : 13-42
- 14) 日本バスケットボール協会編 ENDEVOR PROJECT 2002
- 15) 日本バスケットボール協会審判・規則部編 (2011) バスケットボール競技規則. 日本バスケットボール協会：東京, p. 183
- 16) 日本バスケットボール協会強化本部育成部エンデバー委員会編(2011)エンデバーのためのバスケットボールドリル 4. ベースボール・マガジン社：東京, p. 123
- 17) 日本バスケットボール協会 HP 2014. 2. 1
- 18) 日本サッカー協会 HP 2014. 2. 1
- 19) 西政治(2008)日本サッカーにおける育成期一貫指導の重要性と課題-世界に通用する選手育成-.

京都学園大学経営学部論集, 第 18 巻第 1 号 : 173-196

20) 二杉茂(2013)米国 NCAA バスケットボールに学ぶコーチングイノベーション. 晃洋書房 : p. 28

21) 小野剛(1998)クリエイティブサッカー・コーチング. 大修館書店 : 東京, p. 19,

22) 大谷尚(2007)4 ステップコーディングによる質的データ分析手法 SCAT の提案-着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続き-. 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (教育科学) 第 54 巻第 2 号 : 27-44

23) シャシェフスキー, マイク(佐良土茂樹訳) (2011) コーチ K のバスケットボール勝利哲学. イースト・プレス : 東京

24) ウドゥン, ジョン(武井光彦監訳・内山治樹他訳) (2000) UCLA バスケットボール. 大修館書店 : 東京, p. 2

25) ウットゥン, モーガン(水谷豊監訳) (1994) バスケットボール勝利へのコーチング. 大修館書店 : 東京

26) 内海知秀, 児玉善廣(2005)日体大 V シリーズバスケットボール. 叢文社 : 東京, pp. 78-79

27) 早稲田大学 HP 2014. 2. 1

28) 早稲田大学 HP 内 PDF パンフレット 2014. 2. 1

29) 山下和彦(2003)日米バスケットボールコーチのコーチ哲学について. 福岡大学科学研究 33 (1/2) : 15-25

30) 吉田健司(2011)吉田健司のバスケットボール イチから始めるチーム作り. ベースボール・マガジン社 : 東京

31) 吉井四郎(1977)バスケットボールのコーチング基礎・技術. 大修館書店 : 東京

32) 吉井四郎(1986)バスケットボール指導全書 1. コーチングの理論と実際. 大修館書店 : 東京, p. 6

33) 吉井四郎(1994)私の信じたバスケットボール. 大修館書店 : 東京

巻末資料

アンタナス・シレイカ氏へのインタビュー

シレイカ氏「コーチングフィロソフィーを聞きたいということだが、最初、私に話をさせてほしい」

聞き手「是非、お願いします」

シレイカ氏「まず、私は神様ではないので、日本が弱い、アメリカが強いなどジャッジする立場ではないが、その中でリトアニアがアメリカとの差を縮めてきた中で私のバスケットボール観やコーチング観をシェアしていきたいと考えている。リトアニアやヨーロッパの各国がアメリカとの差が縮まったことについて私が感じている歴史的背景には、メンタル面、サイコロジーがすごく影響している。優勝してチャンピオンシップをとったチームや国はそれをキープするのが難しい。それはアメリカだけではなく、追われる立場というのはそのポジションをキープすることは簡単ではなく、それが差を縮めた1つ。その中でヨーロッパの民族意識はトップのチームを追っかけてどうやったら勝てるのか、どうやって倒そうかというメンタリティーを持っていることが1992年のアメリカの独壇場から差が縮まった要因と考えている。そのようなメンタリティーの中でヨーロッパが少しずつ力をつけて、NBAの中にもデトリーフ・シュレンプ、トニー・クーコッチ、ブラデ・ディバツ、ペトロビッチが挑戦して活躍し、アメリカ人相手でも戦えるという自信をヨーロッパ全体に植え付けてくれたことも要因と考えている。もう1つはメディアの発達が挙げられる。写真でしかNBA選手を見ることしかなく世界のバスケットボールの知識が共有できなかったのがメディアの発達によって映像で見る事が出来る様になり、NBAに入団したヨーロッパの選手がどれだけ活躍できているかなど色々な情報を集められるようになった事でヨーロッパの中で特に子供達が興味、関心を持つようになりバスケットボールスクールにどんどん入るようになったことがアメリカとの差を縮めたと考えている。子供達の関心・興味が高まっている中で、身近なヨーロッパ出身の選手がNBAで活躍している姿を目の当たりにして、NBAは夢の世界ではなく自分達でもできるという考えを持つ様になり、親御さん達もどんどんお金をだしてバスケットボールスクールに入れる文化が根付いていった」

聞き手「リトアニアでは具体的にはどのような変化がありましたか」

シレイカ氏「1つ例に挙げるとコーチの出身地のシャレイは人口3万人にも関わらずバスケットボールだけに特化したスクールが10個もある。そのような文化ができたおかげでどんどん国のバスケットボールレベルが上がっていった。あと、サボニス選手がNBAでの成功は国を挙げて盛り上がった。人々は大きなボトルを見れば、サボニス用のボトルだと言い、大きい車を見れば、サボニス用の車だと言ったり、日常会話にサボニスが話題になる世の中になっていった。このような流れができてもっと世界で活躍するプレーヤーを育成する必要があった。しかし、リトアニアは人口が少ない国なので、数少ない競技者のなかで、有能な選手を発掘するためには、子供の競技が非常に重要になってくると考えた。日本も子供達の教育に力を入れていかないと国のレベルは上がっていかない。」

聞き手「日本に来て子どもたちの育成が足りないと思いますか。」

シレイカ氏「日本の屋外には野球場やサッカー場が沢山あるけれどバスケットボールコートが少ない。リトアニアや他の国では屋外のコートで放課後に20人位集まってプレー出来る環境がある。そういう環境を日本にも常備する必要がある。リトアニアはサボニスのように長身の選手が活躍して子供の興味・関心が高まったが、日本では長身のスター選手がまだ生まれていない中で田臥選手のような小さくても世界に出ていった選手をどんどん輩出していく必要がある。沢山の選手が世界を知ることによって日本のレベルが上がる可能性があると考えます。大きい、小さい、関係なく世界のレベルを肌で感じる事が大切」

聞き手「日本のチームをコーチングしてみてどのようなバスケットボールスタイルが日本には合うと思いますか」

シレイカ氏「私が考える日本のスタイルは早い展開のバスケットボールをしていかなければならないと感じている。なぜなら平均身長が小さいのでアメリカの真似ではなく、自分達の特性を活かした平

面のバスケットボールを展開しなければならないのではないかと考える。日本の身長の高い選手は早い展開のバスケットボールを教わっていないのではと感じている。このような身長の高い選手にも小さい頃から早い展開のバスケットボールを徹底する必要があるのではないか。走って戦えるビックマンを育成していかなければならない。スタイルを確立するためには、自分達の長所、短所をしっかりと受け止めて、スタイルを作り、このスタイルで戦うという共通意識を持つことが重要である。」

聞き手「日本の長所、短所はどこだと思いますか」

シレイカ氏「日本の短所である海外の国に比べ身長が低い所や体の線が細いことでインサイドではアドバンテージをとられるかもしれないが、ディフェンスで組織的（オーガナイズ）に守ってリバンウドを取れば、オフェンスで自分達のアドバンテージがある。もちろん、大きい選手が早い展開についてくることができるようなになれば高身長で体が大きい選手を出し抜けることが前提だが。このようなスタイルが日本には向いていると考えていて、このスタイルが日本のバスケットボールであり。このスタイルで戦うんだという意識を全員が持つ必要がある。そして、日本が新しいスタイルを確立して勝っていくことができるようなになれば、子供達に自分達でも勝てるのではないかという希望を持たせられる。日本のリーグもプロチームが増えてきていることはとてもいい変化、その中でチーム運営をNBAから学ぶことも非常に良いことだが、バスケットボールスタイルまでコピーしてしまうことは良くない。NBAと同じ事はできないし、NBAにはない日本に合ったバスケットボールをしてファンを呼び込む必要がある」

聞き手「先程、日本の身長の高い選手が早い展開のバスケットボールを教わっていないように感じるとおっしゃいましたがリトアニアではどのような育成が行われていますか」

シレイカ氏「リトアニアでは子供の時はポジションを固定することなく色々なポジションを練習させることによって、将来インサイドプレーヤーになってもパスがうまく、アウトサイドシュートが打てるインサイドプレーヤーになることができる。1つの例を挙げるとサボニス選手は12歳の時にはす

でに大きい選手だったが全てのポジションを練習し、学んだ事が彼のキャリアを支えた大きな要因だった。子供の時にポジションを固定してポイントガードだけやセンターだけといったポジションをきめてしまう指導は絶対にやってはいけない。14歳までポジションに関係なく色々なスキルトレーニングをやらすべき。14歳以降に始めた選手は3、4年間させる必要がある。身長が高めの選手はシュートタッチやパスに対してどれだけのキャパシティーがあるかどれだけの可能性があるか見極めることが大切。」

聞き手「日本では早い段階から大きい選手、小さい選手と分けて各ポジションのスキルを教える傾向がありますがリトアニアではどのように選手を育成していますか」

シレイカ氏「リトアニアのコーチも昔は早くポジションを固定して、すごく小さい時からナンバーコールやプレーオプションなどの戦術を重視して教えていたのですが、世界で戦えている選手はどういう選手かという所を沢山のコーチで話し合ったときに、大きい選手、サボニスパスが上手くアウトサイドも打てるだとか、ポイントガードの選手、マルチュリオニスもオールポジションでプレーできるとか、世界で通用した彼らの共通点はポジションを固定せず指導を受け、色々なスキルを身に付け、色々なポジションを経験していたことだったので、リトアニアの国では早い時期にポジションを固定せず指導することが将来的に国を救うことになるように考えた」

聞き手「スキルトレーニング重視ですか」

シレイカ氏「7、8歳から沢山の試合をしているが、戦術はなくどんどん個人スキルで1対1中心のゲームをしている。その中で選手に色々なポジションを経験させて、コーチが選手の適性を見抜きながら徐々にこのポジションが合うんじゃないかというアドバイスを送っている。しかし、スキルトレーニングは続けて行う。また、14歳まではバスケットボールを楽しむこと。この先のキャリア形成の上でバスケットボールを楽しむということが絶対に必要になるので、コーチは楽しさをどんどん教えるべきだし、そのような指導が必要になる。リトアニアではファミリーリーグ（家族対抗）3オン

3や地域リーグなど小さい大会が色々あってバスケットボールを楽しみ、触れ合うところが沢山ある。

その事が親や子供たちの興味・関心を高める要因になっている」

聞き手「先程、スクールが数多くあると仰ってましたが指導方法は一緒ですか」

シレイカ氏「リトアニアでは沢山のスクールがあってスクール別の指導方針があるが、大きくは変わらない。毎年、夏に指導者だけのクリニックがある時に、知識の共有、考え方を話し合っている。日本でも3、4日間で指導者を300人位集めて日本のスタイルはこれで、スタイルを確立する為に、日本のバスケットボールはこうやっていくんだという話をするべき」

練習時間のため、初回終了

2回目インタビュー

聞き手「シレイカ氏が考えるバスケットボールの競技特性はどのようなものですか」

シレイカ氏「バスケットボールが出来れば他のスポーツも順応できると考えている。なぜなら競技者は速くなくてはならないし、上半身の筋力、下半身の筋力が必要であり、最も重要なのは頭も良くなければ行えないスポーツである。子供達にはよく頭でバスケットボールをやりなさい、スピードやパワーだけを求めるのではなく、状況がどんどん変わる競技なので、頭で考えてバスケットボールをしなければならぬと教えている。特性の1つとして、1つの長所があるだけではできないスポーツ。例えば220センチの身長があっても全く動けないとか、頭を使わずにはできないし、色々な要素を求められるスポーツだと考えている」

聞き手「技術的な部分で競技力を構成している要因はどのように考えていますか」

シレイカ氏「3つおおきくある。技術というより動きの中でまずスピードとジャンプが求められる。このスピードとジャンプする力を最大限発揮できるのは考えるスピードと理解をするスピードが必

要。その瞬間に起きていることだけを考えるのではなく1手先、2手先を考え、イメージできることが重要」

聞き手「コーチングを始めるうえで1番重要視していることはなんですか。精神面でも技術面でも構わないので聞かせていただけますか」

シレイカ氏「1番大事にしている事は選手が考えて学んでいくということ。コーチは毎日の練習で選手に説明し教えなければならない。その中で選手が教わっている事を理解して、選手が考えながらプレーするという事を強調してコーチングをしている。自分で考えてものにしなければならないと言いつつ続けている。他のスポーツでは常に全力で走って、跳んで、投げてというスポーツがあるかもしれないが、バスケットボールは状況が常に変わるスポーツなので、瞬時にプレーを選択しなければならない。なぜそれを求められているかを選手が瞬時に考えなければならないので練習でも考えるスピード、理解するスピードを求めてコーチングを行っている。もう1つはバスケットボールに対して忠誠心を持つ事。バスケットボールをどれだけ好きになっているか。そのバスケットボールとちゃんと向き合っているかということ。この必要性を選手に教えたいと思っている。選手に少しでも上達してほしいと思い私は指導する。選手はバスケットボールにしっかりと向かい合って上達するために吸収する意欲が必要なことを教えている。しかし忠誠心がなければ指導する側もされる側も全く無意味なものになってしまう」

シレイカ氏「技術面のコーチングで1番大事にしているのは、コーディネーション。シュート、ドリブル、パスを左右対称で行えるように指導すること。利き腕だけでなく反対の手も利き腕と変わらず使いこなせるようになる事が重要である。この事はプロになってから練習するのではなくジュニア期から練習しなければならない。もう1つはアジリティー。スローな動きでシュート、ドリブル、パスを行っても試合では使えない。速く、強く行う事が必要である。ジュニア期はまず利き腕で強く早く行えるよう練習し、成功体験を与えてから反対の手を練習することがベターと考えているが、出来ないからといってスローな動きをコーチングせず、できなくてもスピードの感覚を先に刷り込むことが

必要である。なぜならスローな動きが体に染み付いてしまい、この悪い癖がなかなか改善できないことが多い。後でスピードを変えるのは難しい、特にシュート。スローで完璧なシュートフォームで打てるがクイックで打てないというのは良くない。だったらクイックでいいフォームで打てるようになっていくのがベターだと思う。ドリブルをコーチングする時は勿論、速くとは言いがミスはしてほしくはないので、低い態勢でドリブルすることを強調する。高いドリブルはミスが多くなってしまふ。低いドリブルで速さを追求していくようにとコーチングしている」

聞き手「しかし、全員ができませんよね。できないことに対してチャレンジしようとしなくて隠そうとしている選手にたいしてどういうコーチングを行いますか」

シレイカ氏「ミスなしには学べない。ミスは恥ずかしい事ではない。正しくやろうと努力した結果がミスであれば、それは恥ずかしいことではない。未来は必ずこういう風に良くなるという言葉をつけてコーチングを行っている」

聞き手「未来を伝えるのはなぜですか」

シレイカ氏「コーチはまず子供たちを教える為に子供たちの頭の中にイメージできるようにコーチングをしなければならない。コーチはこのような場面は自分ならこうするよというイメージを選手に伝える。その先に自分のイメージを越えるようなプレーをして欲しいと伝えている。子供たちのイメージ力を高めていきたい。そうすれば将来想像を超えるベターなプレーが生まれるかもしれない」

聞き手「バスケットボールのスキルの中で何歳までに習得しとかなくてはならない技術はありますか」

シレイカ氏「年齢で区切るというのは考えていない。有能な選手でもシュートフォームなどを変える必要があるかもしれないし、キャリアが続く限り全てのスキルの向上を目指さなければならない」

聞き手「コーチング方法や内容はどのようなものですか」

シレイカ氏「私が考えでは、バスケットボールを初めて最初2年間はドリブルの仕方、シュート、レイアップ含めて、あとはボールのキャッチなどボールとのコミュニケーションを教える。2年後に1対1のディフェンスで必要な要素を教える。ディフェンスのポジション、マークマンとの間合い、ディレクション方向付け、手の位置、低いスタンス、スネーク、ボールに手を出し続ける、相手が心地よくプレーできないようにすることなどを教えてから2対2のオフボールスリーンシチュエーションとP&Rを教える。スクリーンのコンセプト、どうやってオープンの人を作り出すかを教える。この時にオフェンスには、ディフェンスはスクリーンのどこを通過してきたかをしっかりと見ることを強調し、スクリーナーはディフェンスにしっかりとスクリーンをすることを強調する。ディフェンスはスイッチを教えず、腕を掴んででも自分のマークマンを責任持って守るように教えてこむ。すごいスクリーナーがきても足の間を通過しても、鍵穴位の狭い隙間でも自分で突き破って自分のマークマンを守るというメンタリティーをつけることが重要。スイッチは後々チームディフェンスで教える」

聞き手「もう少し細かく教えていただけますか」

シレイカ氏「オフェンスに関してはディフェンスが何をしているかを見ながらプレーすることを強調し、オフェンスの方が先に動き始めることで有利になるのでいいスクリーンをかけてアドバンテージをとることが絶対条件だと教える。自分のディフェンスがどうしているかスクリーナーのディフェンスはどうなっているかをしっかり見てプレーをし、2対2で攻めきることを強調していく。タイミング、呼吸の合わせ方、何百通りもプレーがあるかもしれないが、全て教えるつもりで、全てを体験させるつもりでとことん2対2を行うことが重要。バスケットボールを初めて2年後からこの様なプレーを教えることで早く考えられるようになり、ディフェンスを見ながらプレーするなどの駆け引きも覚えられる。次に少しずつレベルが上がったところでディフェンスはP&Rの中で大きく分けて3つのやり方、ハードショウ&ファイトオーバー、スクイーズ&アンダー、スイッチを教え、オフェンスはディフェンスがどの守り方をしているか見てプレーをすることを強調する。オフェンスはディフェンスを見てプレーするといったが、P&Rの中で絶対条件として追求していかなければならないのは、スクリーナ

ーが途中でセットして止まってしまうずにスクリーンを使う人の方に向けにいくことを強調する。1度かからず抜けられても止まっているのではなく掛けにいく。スクリーンを使う方はセットしてないのに動き出さないことを強調している。このように徐々に精度を上げていく」

聞き手「オフェンスで重要視しているものはなんですか」

シレイカ氏「2つ重要視している。ファストブレイクと P&R。激しく強いディフェンスがなければファストブレイクは出ないのでオフェンスとディフェンスは切り離すことはできない。個々のディフェンススキルやランジション、攻防の切り替えがなければファストブレイクは生まれない。激しいチームディフェンスからファストブレイクをどんどん出したいと考えている。次に P&R。P&R はキング・オブ・バスケットボールと自分は呼んでいる位重要な要素でもある。この間のヨーロッパ選手権でも一回のオフェンスで2回から3回、もしくは2、3ポゼッションの中に P&R が登場している。P&R が上手くできる、もしくは上手く守れるかが勝敗の鍵を握っている」

聞き手「ディフェンスで重要視しているものはなんですか」

シレイカ氏「個人のスピード向上が重要と考えている。相手にやられない、抜かせないという気持ちを持つ事も織り交ぜながらコーチングしている。もう1つは恐れないという事。例えばスイッチしてミスマッチになってスモールがビックマンをついてもペイントから押し出す気持ちパワーを持ち、逆にビックマンがガードにマッチしてもスピードで負けない気持ちと対応できるディフェンススキルをもつようにすることが重要。最近の主流ではどんどんディフェンスをミックスさせて戦うことが主流になってきている。マンツーからゾーン、プレスやオールスイッチ、ディフェンスシステムも1つや2つではなく何通りも持って戦っている。この多様なディフェンスに対応できるよう頭を使うことはもちろん先程言ったどのようなマークマンでも対応できるスピード、パワー、気持ちが重要になる」

謝辞

本研究を進めるにあたり、お忙しい中、快くインタビュー調査にご協力してくださったアンタナス・シレイカ氏や通訳をしてくださった青野和人氏に心より感謝の意を表したいと思います。

また、最後まで親切かつ丁寧にご指導を頂きました指導教官の土屋純教授に深謝いたします。本当にありがとうございました。