

卒業式

本日は第58回生の卒業証書授与式が、あいにくの天気でしたが、無事に終了しました。式は、在校生、保護者などの見守る中整然かつ厳粛に進みました。バスケットボール部員も呼名されるとしっかりとした返事をしていました。岡主将は現在入院中ですが、本日は仮退院で式に臨み、松葉杖をつきながらの入退場でしたが、正々堂々としていました。

彼らが入学した3年前は、2003年長崎ゆめ総体がありました。私自身もですが、彼らも一生忘れられない夏の思い出ではないでしょうか。長崎西高校を卒業したことを誇りに思っ、今後の人生に役立てて下さい。

卒業おめでとう

グラウンドトレーニング

今年になって最初のグラウンドトレーニングをかきどまり運動公園にて行いました。3月になって暖かさを感じる頃ですが、本日のかきどまりは風も強く、気温も低かったです。選手は、久しぶりのグラウンドトレーニングで、少々疲れ気味でした。私はクロスカントリーコースを走りましたが(選手のジョギングペースぐらい)久しぶりは応えました。平坦なコースやランニングマシンとは明らかに違いました。頑張らなければなりません。明日、明後日は森川さんの講習会です。今年度最後となりますので、選手は頑張ってください。

森川クリニック

金曜日、土曜日と森川靖氏の講習会を行いました。本年度最後の6回目の講習会です。森川さんに、指導をお願いしてまるまる4年が過ぎました。その間の成績は、県高総体とウインターカップで、それぞれ3回優勝と準優勝がそれぞれ1回です。選手の頑張りはもちろんですが、トレーニングの効果も現れているのではないのでしょうか。スピードある力強い動き作りを目指します。動きがスムーズにならずして、バスケットボールは進歩しません。動きや身体ができてからのバスケットボールは急激に進化します。全国に通じるバスケットボールには、森川氏のトレーニングは必要不可欠です。来年度も実施します。

興味のある方は、ご連絡下さい。

ミス

ミス = 失敗

プレイヤーにとっても、コーチにとってもミスが少ない方がいいことは全員わかっています。さらに、ミスが0にならないことも理解している。では、何が大切かというやってもいいミス(うまく表現できませんが)とやってはいけないミスの焦点が大切だと思います。プレイヤーのレベルやチームのレベルに応じて、ミスのレベルもあるのではないのでしょうか。たとえば、シュートミスです。決めようと思えば思うほど、シュートミスにつながるかもしれません。自分シュートを打つことに心がけると上手くいくかもしれません。100%はありえませんが、近づけることが大切です。練習で、ミスばかり指摘すると選手は萎縮します。

しかし、ミスを見逃すといけない場面もあります。この辺のさじ加減もコーチングの力量ではないのでしょうか。今日の練習で、ミスのことが頭から離れませんでした。うまく表現できませんが、このようなことがちよくちよくできます。明日も頑張ろう。

高校入試

今日、明日と高校入試です。中学生は、自分の意志で高校を希望し受験しています。西高は、長崎県でも人気の高い学校ですから倍率も他校に比べ高めですし、当然競争も激しいです。西高でバスケットボールを希望する生徒も年々増えていますが、この受験をクリアしなければなりません。受験生全員が合格できればいいのですが、そういうわけにはいきません。是非、頑張って合格して下さい。西高は、君たちを待っています。

明日は、試験と面接です。体調を崩さないようしっかりと睡眠や休養を取って下さい。平常心を忘れずに、栄光はすぐそこにある。

国体練習会

3月11日12日に、平成18年度国体少年男子二次候補選手による強化練習会を行いました。講師に小牟禮育夫氏を迎え、「長身者を擁するチームに対するオフェンス」のテーマのもとに行いました。選手は、最初は戸惑いながら実施していましたが、次第に意図をわかるようになりました。長崎県の場合は、なかなか長身者がいませんので、高さへの対策は毎年の課題です。今回はオフェンスを中心に行いましたが、次回はディフェンスです。ディフェンスを頑張れて、走りきるオフェンスを作らないと九州ブロックを勝ち抜くことは厳しいです。選手は各チームに戻っても、しっかりと努力して下さい

寒い

本日は本当に冷えしました。ここ数日が、暖かったため本当に冷えしました。現在、雪も降っています。3月中旬とは思えません。さて、今日は学校訪問を兼ねて宮崎県からバスケットボールの練習を見学したいという先生が来られました。寒い中練習を見学されました。その先生から「パスが早いですね」という感想を頂きました。パスを強く正確にということを目指していますので、大変嬉しく感じました。

キャプテン

チームにはリーダーとなるべきキャプテンが存在します。キャプテンの性格や人間性が、そのチームを左右します。西高の歴代キャプテンも様々な性格や人間性を持っていましたし、チームも様々なチームがありました。どれが良くて、どれが悪くとはいえませんが、キャプテンがリーダーシップを発揮しないチームは、戦績も今ひとつだったような気がします。

また、コーチである私との波長(難しいですが)がうまくかみ合わない場合も同様でした。新チームの発足などチーム作りの時期には、キャプテンの存在が大切になります。夏の新チーム、ウインターカップの後のチーム、新入生を迎えるチームなどの時期も同様です。キャプテンが今年のテーマをしっかりと表現できる年は、必ず成功します。それが、西高の伝統でもあります。今年のテーマ「粉骨砕身」これを赤瀬主将が実践できるとチームはさらに向上でしょう。

がんばれ 赤瀬 平！

合格発表

本日、公立高等学校の合格発表が行われました。本校も9時30分に第一体育館(雨天のため)のステージで合格者掲示板を公開しました。単独選抜になり4回目の発表ですが、「歓声」や「悲鳴」が交錯します。合格した人は意気揚々ですが、不合格の人は……です。中学校までは、一部の人を除いてこのような経験がないのが当たり前です。それが、今日はどちらかがあるのです。

「合」「否」受験生にとっては、今後人生で何回もこのような場面に出くわすでしょう。今日、不合格だった人は、次の場面で合格を勝ち取って下さい。

ルーズボール

昨夜 カレッジバスケットボールをテレビで見ました。カードは、デューク大 対 ノースカロライナ大の一戦です。昨年 アメリカに行った時にデューク大の試合を観戦することができましたので、その迫力や感覚は覚えています。前半のプレイにルーズボールからのブレイクプレイがありました。我々のルーズボールは、全く違いますし、そのボールへの執着心や気迫はものすごいものです。観客もシュートよりもルーズボールやリバウンドのプレイに沸き上がります。ダンクシュートはできなくても、ルーズボールはできるし、やらなければならないプレイの一つです。選手にもこのシーンを見せてあげたいです。

ちなみに、そのビデオは、サンプソンコーチが是非見たいと言うことで本日持って帰りました。また、アメリカに行きたいと思いました。

世話人

本日の題名は、本日の私の仕事内容から取りました。

- 1 今年の連休における県外チームの宿舎の手配
- 2 同じく 体育館の確保
- 3 新しい下宿の最終打ち合わせ
- 4 県高体連HPの立ち上げ確認

教師の仕事というより本日は、世話人でした。しかし、今日は4kmを県立総合体育館で走り、いい汗をかきました。明日も頑張ろう。

人事異動

毎年のことながら、人事異動は行われます。公立校に勤務するのであれば、同じ学校とはいきません。平成18年度の長崎県の人事異動が本日の朝刊で明らかになりました。県高体連関係者の異動やバスケットボール関係者の異動など、今年も数多くの人が異動しました。引っ越しを伴う異動をする場合は大変です。まして、離島が関係するとなおさらです。今回の異動の中に若手指導者名がいます。

この2名は、今後の長崎県の指導者として是非、活躍してほしい指導者です。新天地での活躍を祈ります。私自身の異動はなかったのですが、新たな気持ちで新年度を迎えたいと思います。

清凜館

題名の清凜館は、長崎西高校バスケットボール部の寮(大袈裟ですが)の名前です。現在、新入生を含め4名が生活をします。多くの方の協力の下に完成することができました。親元を離れて生活するのですから、こちらも責任を持って育てなければなりません。少年をバスケットボール通じて大人にすることを忘れずに頑張りたいと思います。

西高校歌 心は清く凜として、眉秀でたる若人よ

強化練習会

春休みの強化練習を終了しました。

25, 26日 試合形式 27, 28日 練習形式

午前午後の2部練習でしたが、今年のチームのポイントがつかみかけたようです。選手は、体調を崩すものもいましたが、何とか乗り越えた状況です。明日は、ウエイトトレーニングを実施し、後は休養日です。私自身は、年度末の職員会議、教科・分掌・学年会そして時間割作成と年度末の大忙しの日です。来年もバスケットボールができる喜びを忘れずに頑張りたいと思います。

大阪遠征

本日より大阪遠征に出発します。第21回の大阪招待試合の出場をかねています。先輩たちのおかげで、今回も招待されました。特に、今年は大阪でインターハイが開催されるため、リハーサルもかねているそうです。多くの方の協力に応えられるような試合をしたいと思います。本日 20:00発のフェリーにて移動です。