

JP4

昨日は、JPや卒業生と楽しい食事を摂りました。いろいろな話が出るのですが、やはりバスケットボールの話です。西高はどうして、負けたのか。何故負けたのか。JPも卒業生も口を揃えるのは、ディフェンスです。西高が西高らしいのはディフェンスです。このことを大切にしなければ、良い結果などありえません。この6日間のJPからの指導で、ディフェンスを再確認できました。あとは選手に徹底させることです。「何が何でもディフェンスだけは引き下がれない」このことを忘れていたような気がします。ありがとう JP 明日は運動会です。

運動会

第59回運動会が終了しました。総合優勝は、赤組です。
3-7 麻生 2-3 後藤, 塩田 2-8 芦沢, 西村 1-2 竹田, 長田 以上のメンバーはおめでとう。降りすぎる雨の中、いくつかの競技は中止しましたが、何とか最後まで競技を行いました。高校生の若さあふれる演技や競技に惜しみない拍手がありました。西高の運動会は、生徒自身の運営による所がすばらしく、自律の精神に基づいています。この伝統は大切にしなければなりません。

恩師

昨日は、恩師の先生を囲んでの会合に出席しました。中学時代のバスケットボールの監督で、今年の3月をもって退職された先生です。この先生との出会いや教えがなければ、今の私の存在しない程の影響をいただいた先生です。いくつになっても、先生の前では生徒です。先輩や後輩たちのバスケットボール談義になると必ず〇〇先生のバスケットと言うことで数限りないエピソードが出てきます。我々の青春を作ってくれた先生です。その恩師から、今の西高のバスケットは、私のバスケットボールを受け継いで指導してくれるというこの上ないお褒めの言葉をいただきました。そのうえ、次の試合をみんなで見に行こうというありがたいお言葉までいただきました。ここで最高の試合を魅せることが恩返しだと思います。心をこめたバスケットボールをお見せできるよう頑張ります。

粘り

今日の練習は、何となくの状態でした。特にディフェンスでは、相手に対してプレッシャーなどが見うけられません。チーム内ですので何となくのやっている感じです。チーム内での活力に欠けます。これでは成果など望めません。ディフェンスの時のオフENS、オフENSの時のディフェンスが甘い状態です。何とも腹がたつ練習でした。コートの上に闘志が見えません。選手だけの責任ではないかも知れませんが……明日から切り換えて頑張らなければなりません。

連絡

バスケットボールにおいて連絡＝コミュニケーションは大切です。ディフェンスは「点」から「線」から「面」と広がって、チームとして機能しなければなりません。そのために「声」「目」などを使っての連絡が大切です。相手の状況を視覚から取り入れ、それを声として味方に連絡しなければなりません。「声」は武器です。しっかりと連絡して、ディフェンスをすることです。曖昧なことがチームにはマイナスとなります。クリスティンコーチは「TALK」といっています。自分たちのバスケットボールを貫くためにも連絡です。オフェンスも同様なことが言えます。バスケットボールはチームゲームです。

環境

今日は西高祭の準備のため体育館が使用できません。それで、アリーナで短時間ですが練習を行いました。場所が変わろうとも声を出して練習することは同じです。いかなる状況でも、普段通りに実践しなければなりません。

練習 と 試合

県大会 と 全国大会

長崎西 と 国体

どのような場面でも優れたプレイヤーは、適応します。また、適応できるから、素晴らしいプレイヤーでしょう。コーチも同様です。よそ行きのベンチや指導はありません。普段の練習と同じように振る舞わなければなりません。「所変われば、品変わる」ではなく「いつでも、どこでも自分たちのプレイを見失わないことです。長崎西 = 攻めるディフェンス

西高祭

長崎西高等学校の文化祭が行われました。先週の運動会に続き、生徒たちによる西高祭です。オープニングセレモニーの中で、バスケットボール部員たちも活躍しました。それは、柏君御輿隊です。西高のシンボルである柏君(詳しくは西高のHP参照)を御神輿に乗せて担ぎ、入場するものです。3年生の有志一員としてバスケットボール部員が盛り上げてくれました。中でも、主将のA君には驚きの声が全校生徒から上がりました。運動会、西高祭と学校行事が終了しました。生徒が行事で成長するのも西高の特徴です。よく学び、よく遊ぶ。国体も組合せが決まりました。バスケットボールに全力集中です。

国体

9/8(土)に第62回国民体育大会(秋田わか杉国体)の組合せが決まりました。第2シードの福岡県のパートに入りました。1回戦 青森県 2回戦 福井県 3回戦 福岡県 他国体は単独チーム又はそれに近いチームもあれば、完全な選抜チームもあり、IHの結果が参考になるチームとならないチームがあります。国体の組合せは、IHの結果から8シード(今年は福岡県が2チームのため7シード)を決めるわけです。どのパートでも厳しい戦いは続きます。その中で勝ち上がるには、チームとしての何かがなければいけません。今年の長崎は得点力はあるのですが、守備に不安を感じます。何とか守備を強化して、大会に臨みたいと思います。各チームでの守備力のアップを期待します。

勝負

勝負の世界は厳しいものです。先日福岡県のウインターカップ予選が行われました。IH2位の福大大濠、IHベスト4の中村学園女子は、予選で敗れたためウインターカップには出場できません。どんなに力があっても優勝しなければ全国の切符は1枚しかありません。これが勝負の世界の現実です。だから、必死になって試合を戦うし、必死になって練習を努力します。1番と2番の違いは雲泥の差です。県高総体の悔しさを忘れたわけではありません。そのことが練習に出なければなりません。今できることを必死で行う。これが大切です。

勝負2

勝負の世界に「○○したら」とか「○○してれば」などの「たら、れば」はありません。厳しいですが、「○○した」「○○しなかった」と言うことです。くどいようですが、その点を日頃からチェックです。習慣づけなければなりません。例えば、ラインタッチをしてのターンダッシュがあります。ラインタッチしたつもりの選手が多いチームは、試合でも○○したつもりではないでしょうか。コーチは、そのような小さなことでもチェックしなければいけません。練習中にトラベリングをよくする選手は、試合でも同様です。ファウルなどは典型的です。一生懸命の中にブラスアルファーです。ここが勝負ですね

実力

ケガも実力のうちまさしくその通りです。いいプレイヤーはケガが非常に少ないです。また、ケガをしないようにするのもいいプレイヤーです。試合の日は決まっています。その日にベストの状態を作らないといけません。明日から最終調整を兼ねての遠征です。ケガなく、しっかりと力をつけて帰ってきたいと思います。台風が気になりますが……

遠征終了

2泊3日の山口遠征が終了しました。台風の影響も心配されましたが、取り立てて問題もなく終了しました。毎年のことながら、遠征先の徳山大学には大変お世話になりました。心よりお礼申し上げます。今回は、少年男子が府県対抗のため数多くの国体選抜チームとゲームをすることができ、長崎西にとってはものすごい経験をさせてもらいました。この3日間の成果は、次のウインターカップや国体に必ず出ると信じております。また、夜の部は、多くの指導者の方とバスケットボール談義や由緒ある話(?)ができ大変有意義に過ごさせていただき、感謝しております。特に伝統あるT高校の話は、大変盛り上がりましたね。自分を信じ、チームを信じて、ウインターカップ予選に臨みます。

地区大会

本日平成19年度の長崎地区大会の組合せが決まりました。新チームにとっては、最初の公式戦です。県高総体の結果を元にシード校を決め、後はフリー抽選です。この地区大会は、県大会につながりますので重要です。現在は、ウインターカップの練習しか行っていませんので、新チームの練習は、ほとんど行っていません。毎年のことながら、その中で新チームを強化しなければなりません。ウインターカップ、国体が終われば、新チームの練習に切り替わります。新チームも伝統の継承です。攻めるディフェンスを忘れてはいけません

国体結団式

第62回国民体育大会長崎県選手団結団壮行式が行われました。式についてのリハーサルの後、選手団の入場から始まりました。本年度のバスケットボール競技は、少年男子のみのエントリーとなり、少し寂しい状況です。知事や来賓の方々の挨拶があり、県民の代表であることを再実感させられました。平成26年には、二巡目国体が予定されています。県全体として何とか天皇杯は20位代定着です。そのためには1点でも多く得点しなければなりません。バスケットボールの場合は、ベスト8以上が得点です。私の記憶では、男子の得点は、平成3年の福岡国体の成年男子の5位以来ありません。ちなみにその時の選手が我々世代です。今回も厳しい組合せですが、力の限り戦います。

勝負3

バスケットボールには、引き分けがありません。勝敗を決するまで、延長を行います。延長は、選手の時には、とにかく必死で戦った記憶しかありません。しかし、コーチになってからは、延長の采配は克明に覚えています。特に初の県高総体優勝の延長は、一生忘れない試合です。勝負は、最後まであきらめずに、集中して行うことです。体力的なこともあります。精神的な部分が大部分ではないでしょうか。コーチも言葉のかけ方など難しい部分がありますが、延長での勝利は格別です。最後まで決してあきらめない、粘りは西高の伝統です。

勝負4

明日からウインターカップ県予選です。6月の県高総体以来の公式戦です。県内での今シーズン最後の試合です。今までで最高の試合をできるよう努力してきました。後は、精一杯戦うだけです。邪念は入りません。無心にバスケットボールをすることが大切です。

バスケットボールでは、

オフェンスはシュートを打つこと。

ディフェンスはボールを獲ること。

シュートが入らなければ、ディフェンスをすること。

シュートを決められれば、オフェンスをすること。

意外と勝負は単純なものかも知れません。無心にバスケットボールに取り組む。選手もコーチもベンチも同じです

勝負5

大会が始まりました。初戦の入りとしては、まずまずでした。明日は、3年生にとって最後の県大会です。選手は、何を表現し、見ている人々に感動を与えることができるかです。そして、自らも感動するプレイを目指さなければなりません。この夏を乗り越えた自信と県高総体の悔しさを思う存分発揮してください

勝負6

ウインターカップ県予選が終了しました。2年ぶり5回目の優勝で幕を閉じました。勝負の世界は非情です。特にこのウインターカップ予選は、1位のみ全国大会への出場です。3年生は引退です。本当に高校バスケットボールのラストゲームです。では、この日のためにどんな準備をしてきたかが勝負を左右するし、準備したとおりに試合を運べるかどうかです。この辺が非情に難しいと思います。また、勝負は時の運とも言われますが、運を呼ぶ準備も必要です。どのようなことが運を呼ぶかはわかりませんが、人それぞれにあるのではないのでしょうか。明日から国体です。チーム長崎西からチーム長崎県です。

チーム

今日は、国体チームの練習会でした。一昨日までのウインターカップ県予選がありましたので、練習は内容よりも体力の回復や約束の確認を行いました。チーム長崎には、西高も海星も長崎日大もありません、チーム長崎です。今日の練習では、そのことを意識しました。選手は疲れている身体をしっかりと動かしてくれました。明日は、出発です。

国体

本日 能代到着予定
日本は広い国と感じます。
昨夜の牛タンは美味しかった。
能代の気温は20度が最高だそうです。
少し肌寒く感じると思います