

2023年度
U15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るとき
どのようなときでしょうか？**

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」

JBA理念

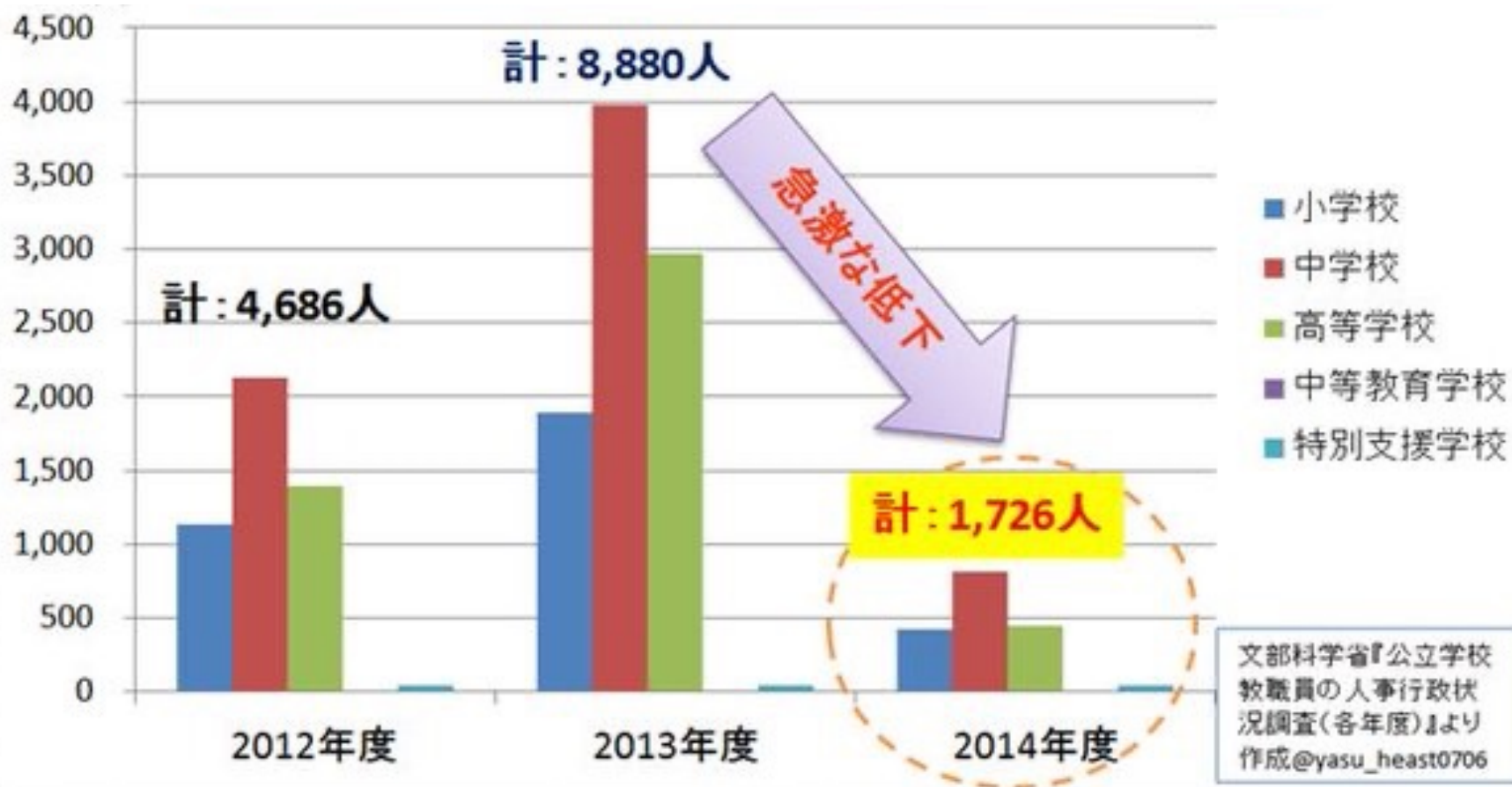
「バスケットで日本を元気にする」

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

バスケットボール環境考える

体罰被害を受けた児童生徒数(2012～2014年度)



■ 保護者の誤った捉え方

- ・ 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。

■ 保護者の誤った言動

- ・ 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



保護者がスポーツ環境に悪影響を与えている

暴言暴力 = 虐待

子どもたちの発達に不利益なかわりにはごく身近なところにある

マルトリートメント

違法ではないが、不適切なかわり

マル (mal 悪い)
+
トリートメント (treatment 扱い)

□ 質問形式で問い詰める

「何回言われたら分かんた！」

「どうしてそういうことするんだ！」

「誰に向かって、そんな口のきき方をするんだ！」

□ 見放し, 見捨てる

「やる気がないなら、やらなくていい！」

「もう勝手にすれば！」

「もういい」「さようなら」「バイバイ」

□ 脅して動かそうとする

「分からないなら、〇〇させない！」

「じゃあ、〇〇できなくなるけどいいな！」

□ 大人に責任がないことを強調する

「それ、ダメだって言ったよな！」

「さっき、約束したばかりだよな！」

- **高圧的な指導、大声で怒鳴る**
- **目を合わせない、承認しない**
- **特定の選手を放置する、無視する**
- **一方的に練習から排除する**
- **選手の心理的な危機の放置**
- **道徳的行動、道徳心の欠如**
（非常識な呼び出し、誹謗中傷）

スポーツ場面で暴力暴言は発生している



子どもは、苦しんでいる

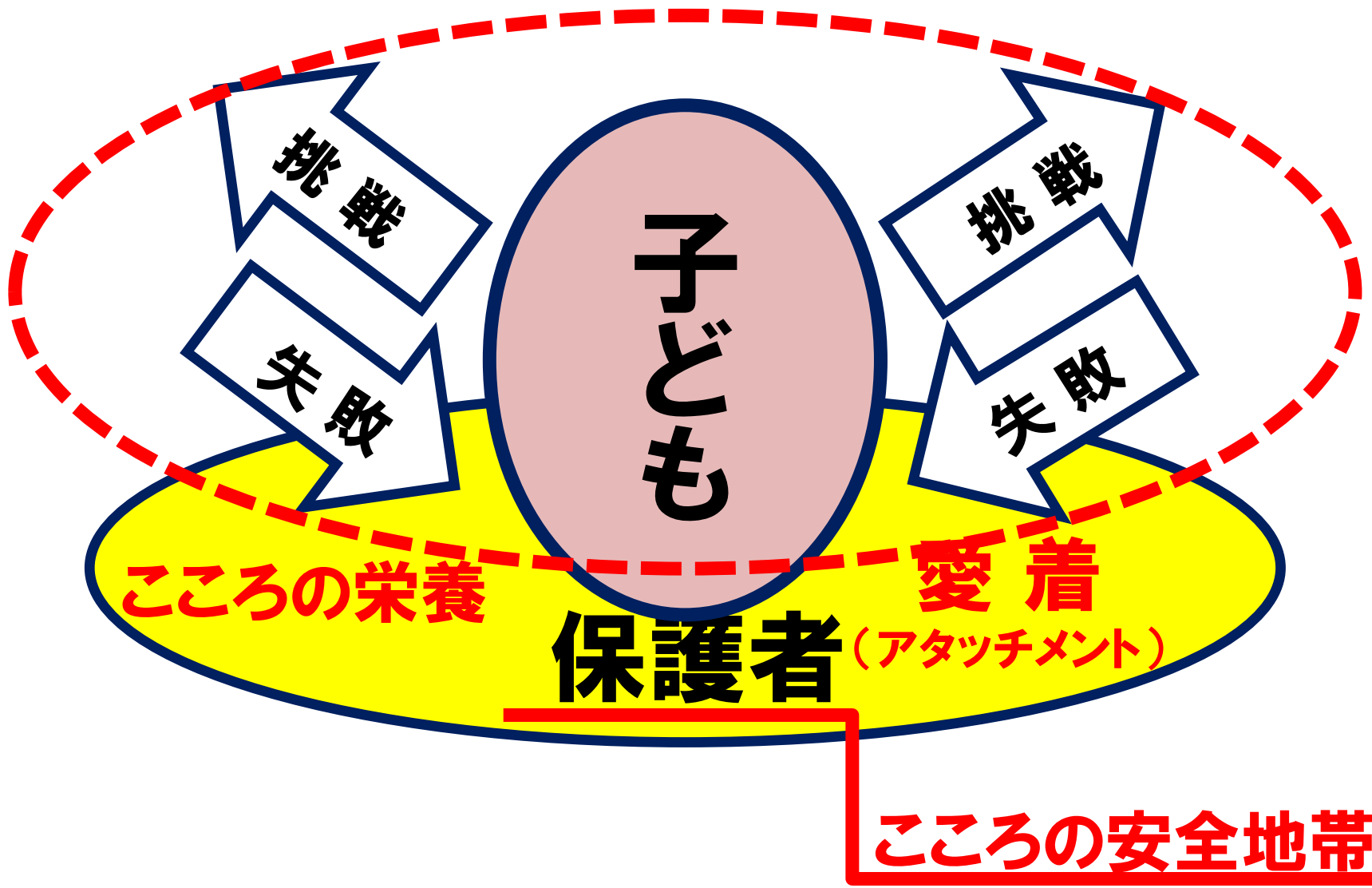


子どもの小さな変化を見逃さない

子どもの沈黙には、理由がある

アタッチメント：愛着

主体的な探索



安心感に支えられて外界の活動を安定させ円滑な「かかわり」を構築する

心の安全地帯

- 目を合わせる
- 笑いかける
- 語りかける
- 触れ合う
- 感謝を伝える
- 努力や過程を認める

信頼関係
ラポール

自分のことを
気にかけてくれている



自分のことを
分かってくれている



安心して
挑戦することができる

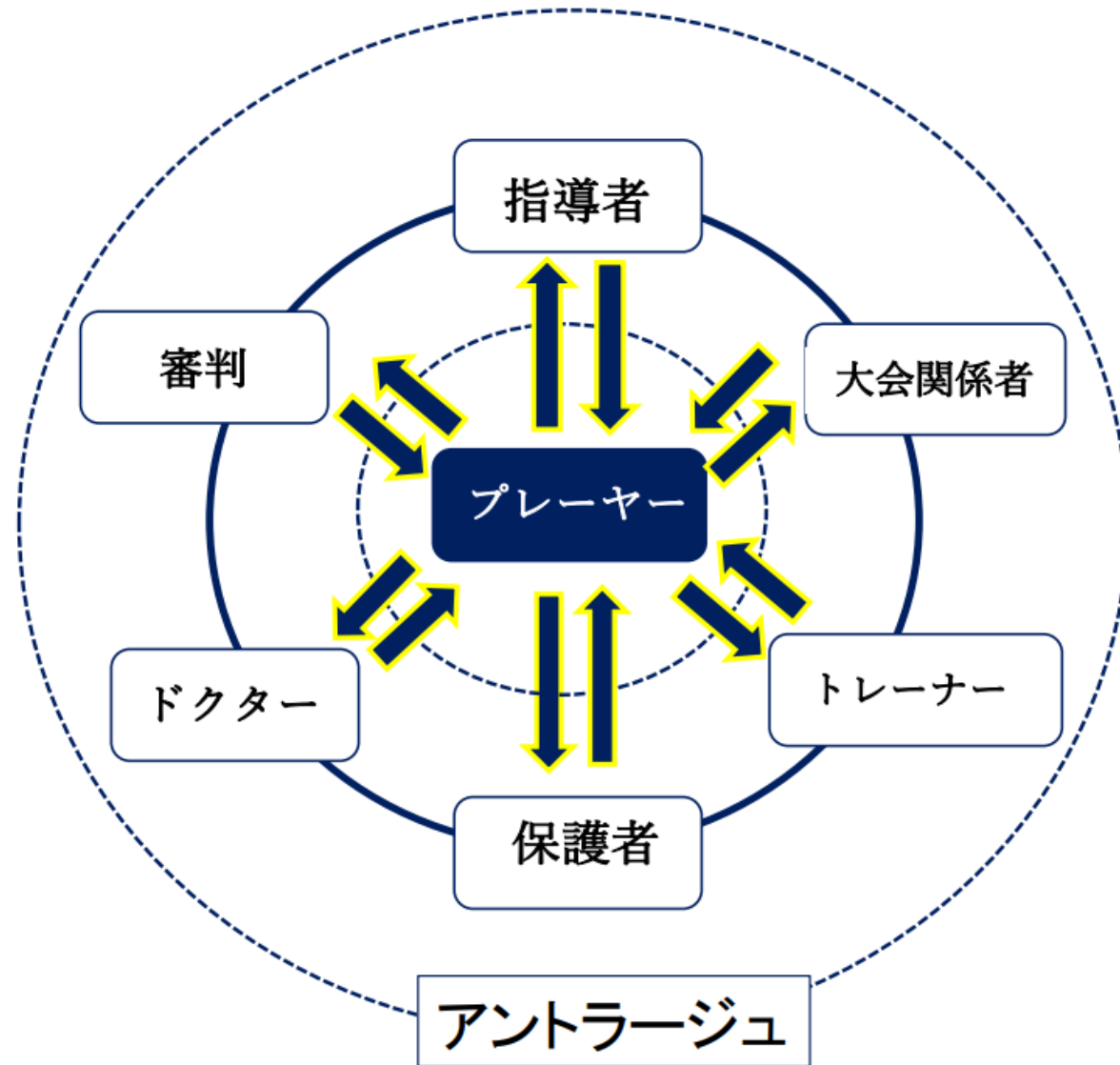
子ども理解の守備範囲を広げる

- 子どものちょっとしたミスが許せない
- 対応できないことを子どものせいにする



- 子どものちょっとした成長に気づこうとする
- 子どもの成長を何より嬉しく思う

子どもは、他者から期待されると成績が向上する
(ピグマリオン効果)



ポジティブスパイラル

- ・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

人間力向上を目指す

バスケットボールを通じて学んでもらいこと

1. バスケットボールの技術、体力を向上させ、選手としての能力を高める
2. **ライフスキルを獲得する**

■ **ライフスキルとは** (JBAインテグリティ委員会より)

日常生活において起こる課題や要求に対処する力

1. 「人」としての資質
2. 「人との関わり」の資質
3. 「社会のために尽くす」資質

ライフスキル：社会人基礎力

前に
踏み出す力

主体性

働きかけ力

実行力

考え抜く
力

課題発見力

計画力

創造力

チームで
働く力Ⅰ

発信力

傾聴力

柔軟性

チームで
働く力Ⅱ

状況
把握力

規律性

ストレス
コントロール力

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

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 **利他の心の欠如**
 - ・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 **利己的感觉**
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**
 - ・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 など

様々な体験 や 心の交流 が必要

バスケットボールを通じて人間力向上を目指す

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楽しむ覚悟

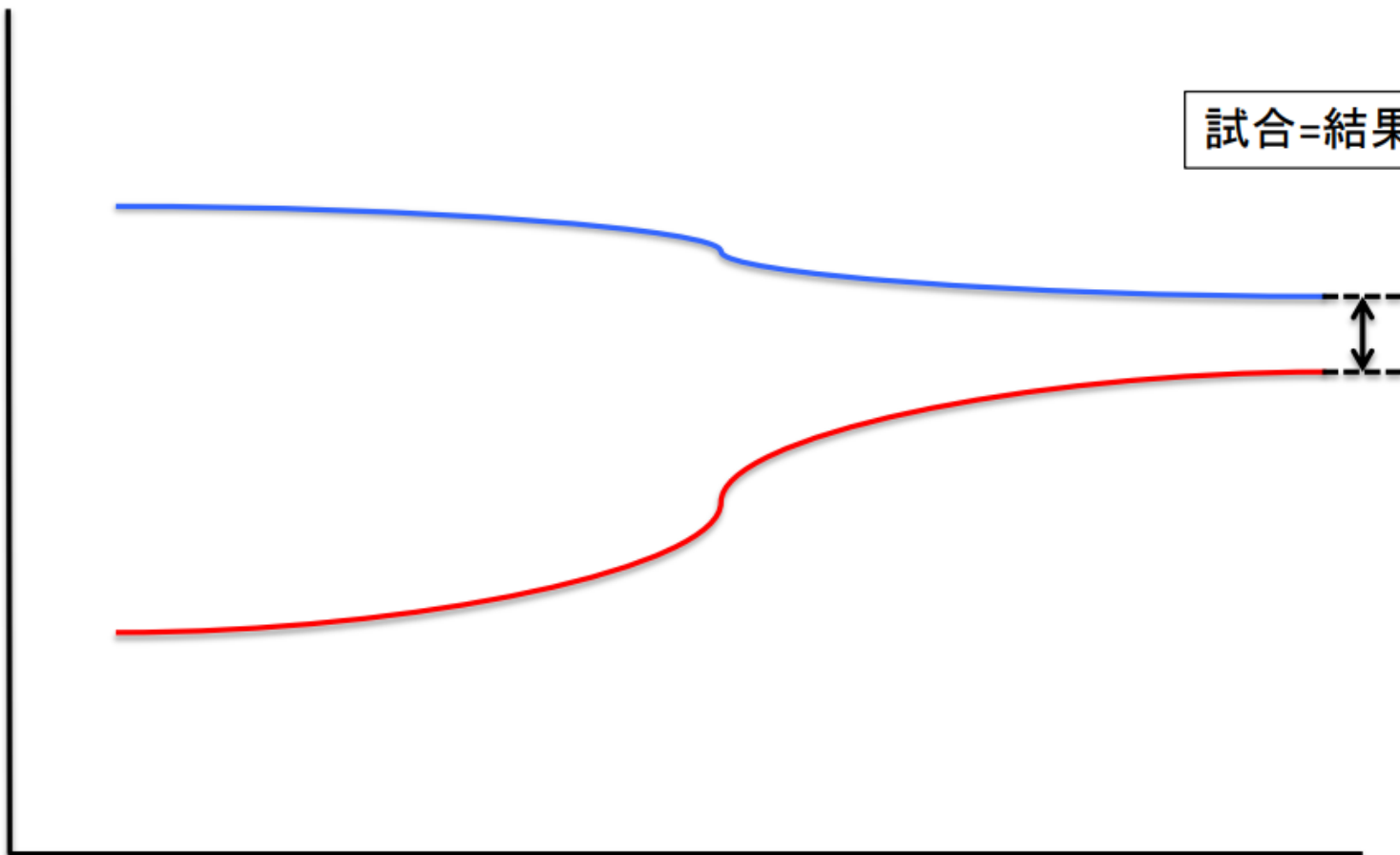
挫折の経験が成長を促す

(東洋館出版社 スポーツマンシップバイブルより)

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？

競技力

試合=結果



時間

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。

競技力

試合=結果

成長度
低

成長度
高

プロセス（過程）

時間

- ・ 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

イライラする
早く諦める

マイナス20%

次に選択するテスト

非常に難しいテストを
解かせると

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】

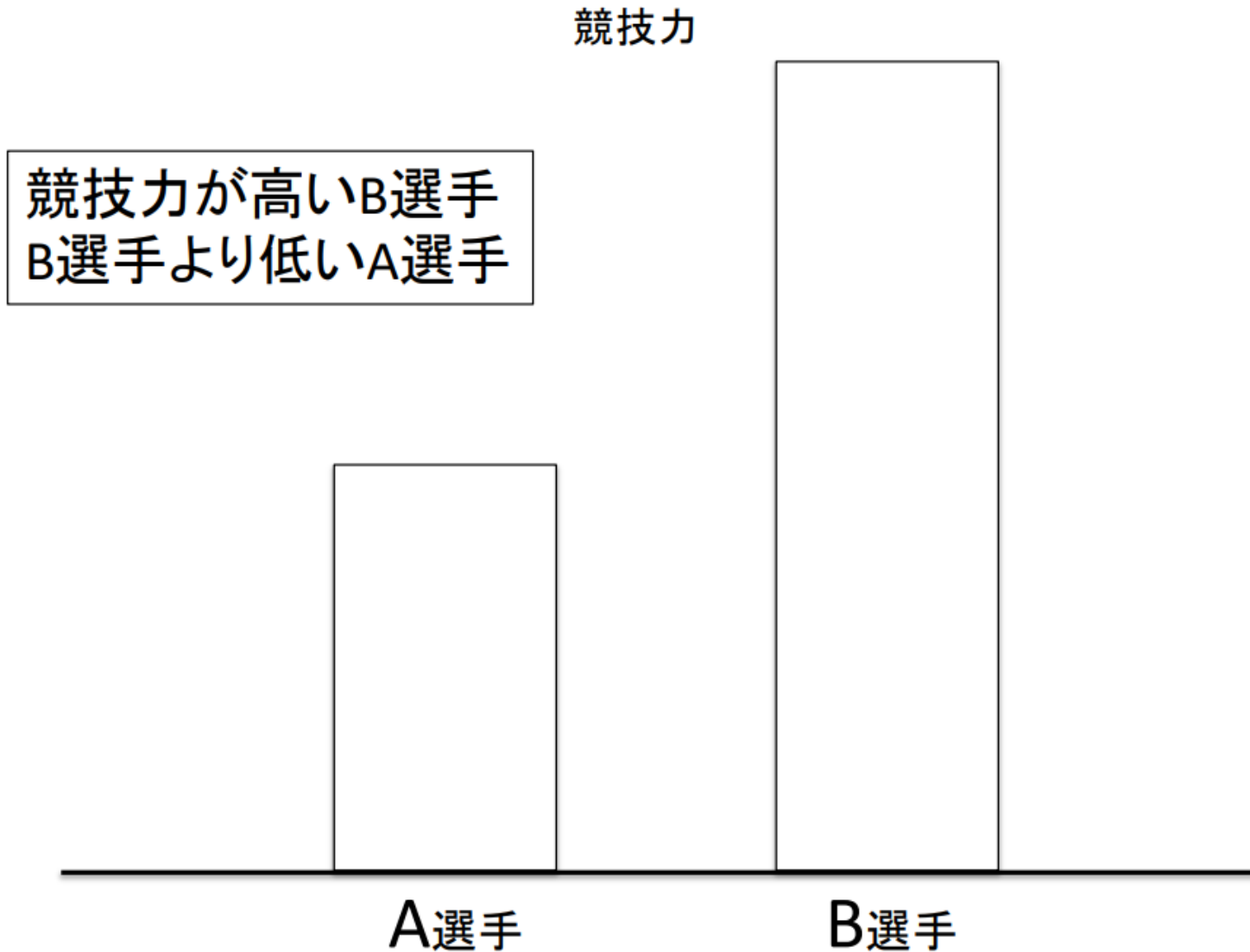
92%が難しいテスト

一所懸命、楽しむ
長く取り組む

プラス30%

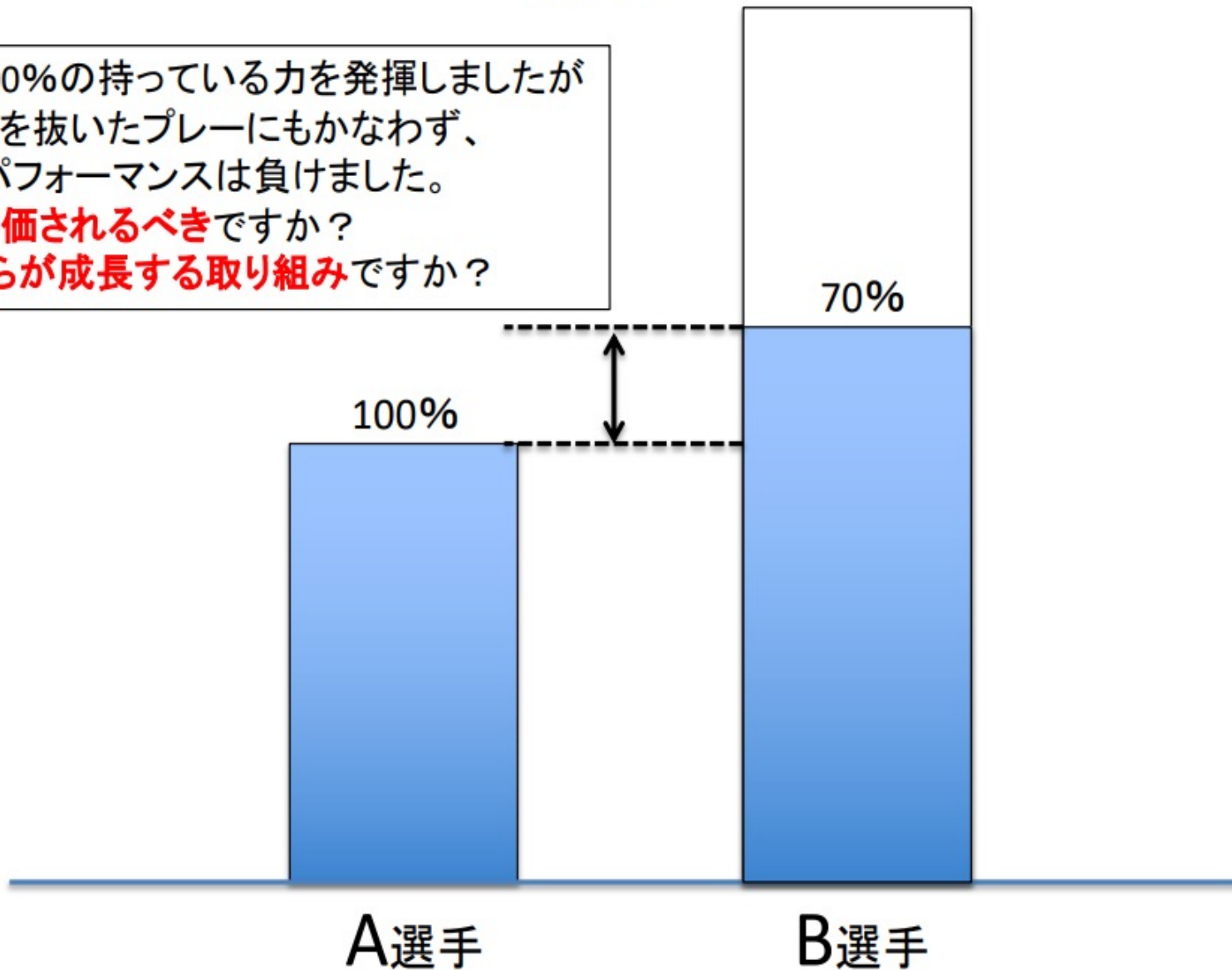
「努力＝過程」を褒めることが有効

適切なタイミングで褒める・承認する



競技力

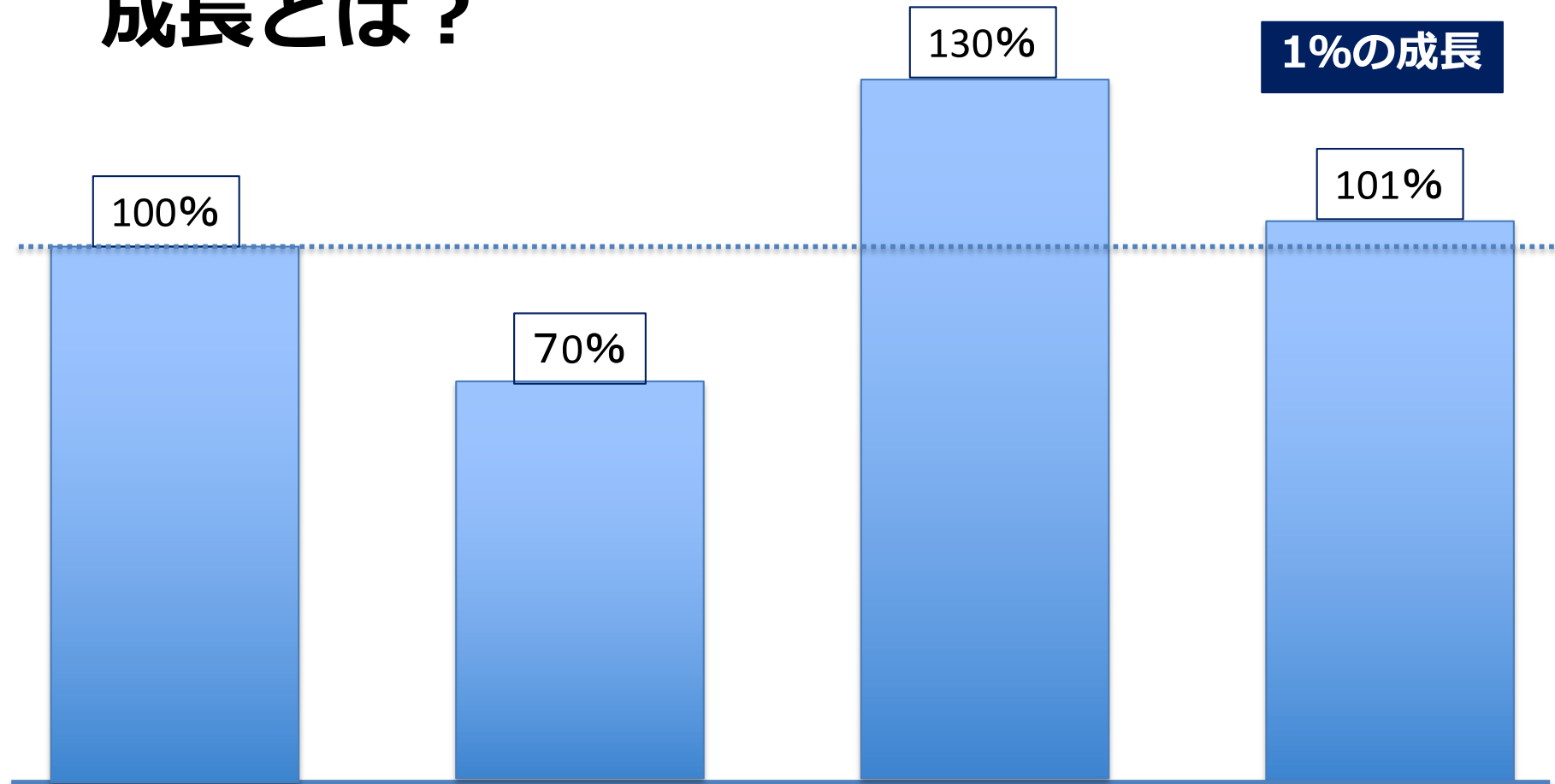
A選手は100%の持っている力を発揮しましたが
B選手の手を抜いたプレーにもかなわず、
試合でのパフォーマンスは負けました。
どちらが評価されるべきですか？
また、**どちらが成長する取り組み**ですか？



イチロー選手

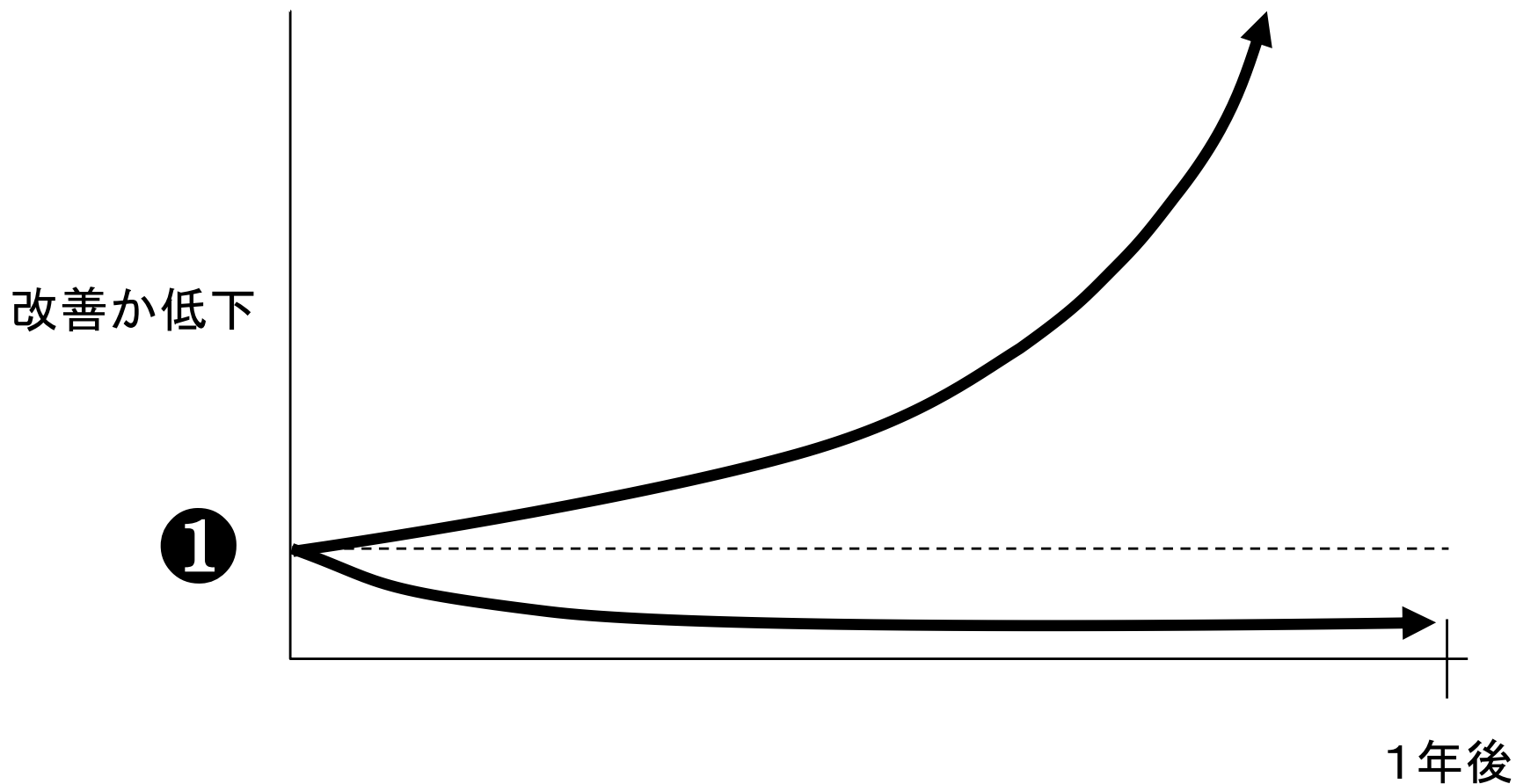
「今の子どもたちは、かわいそうだ！」

成長とは？



昨日の自分を越えること, そのために全力を尽くす

毎日1%ずつ良くなる $1.01^{365} = 37.78$ ↑
毎日1%ずつ悪くなる $0.99^{365} = 0.03$ ↓



何に対して、努力するのか？

「ストア哲学」

- ・ 自分でコントロールできないもの

相手が絡むこと（考え方、結果など）

- ・ 自分でコントロールできるもの

ここに注目

マインド セット

新しい経験を拒まない

限界を決めない

常に学ぶ姿勢

内発的動機づけ：内面に沸き起こった興味・関心や意欲に動機づけられている状態



やらさらていては、成長はのぞめない

壁や逆境を超えることを自分の成長の糧として楽しむ自分づくり

努力は、「夢中」に勝てない

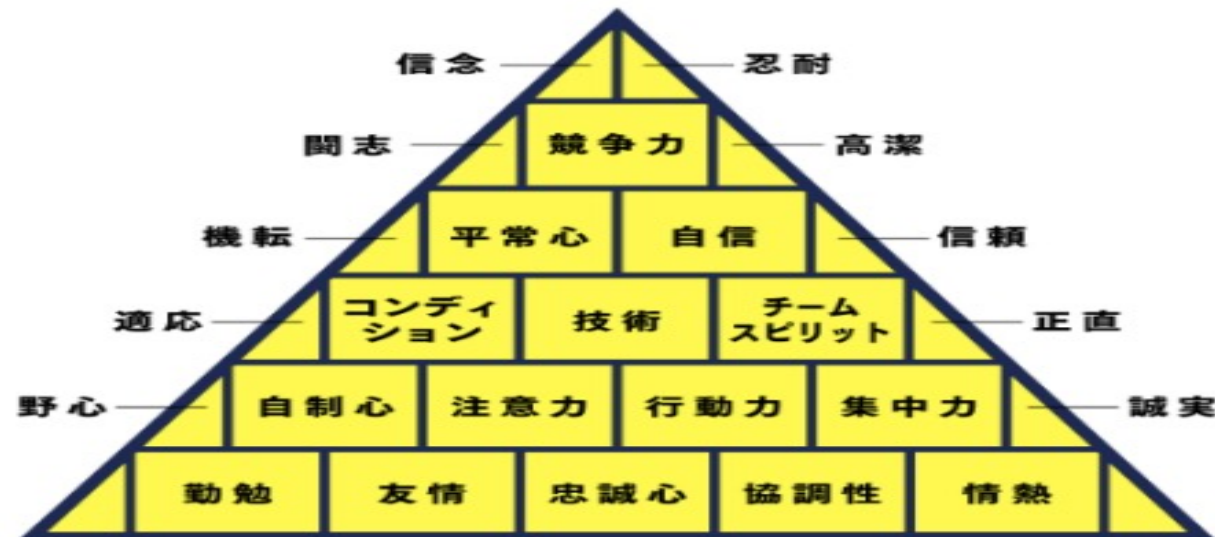
全力を尽くせば、成功である

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



[ジョン・ウッデンの成功のピラミッド]

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、ぼくはガンバッている。今はヘタだけれどガンバッ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。

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	雰囲気流されない	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	スライダーのキレ
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

あなたは、将来、どのようなになりたいですか？

- ・「夢」を語る

プロ選手になる、日本一になる など

- ・「人」を語る



実現可能

「社会」のために貢献したい

家族を大切にしたい

自分が全てのことの責任者であり「自分次第で変わる」という考え方

- ・ 保護者の思い出で、「保護者の理想」をあてはめない。
- ・ 「どのように成長するか」という課題を本人から奪ってはならない。
- ・ 「自身の取り組み次第で、結果は変わる考え方」を求める。
- ・ 依存をしない主体性のある子どもに成長することが期待できる。

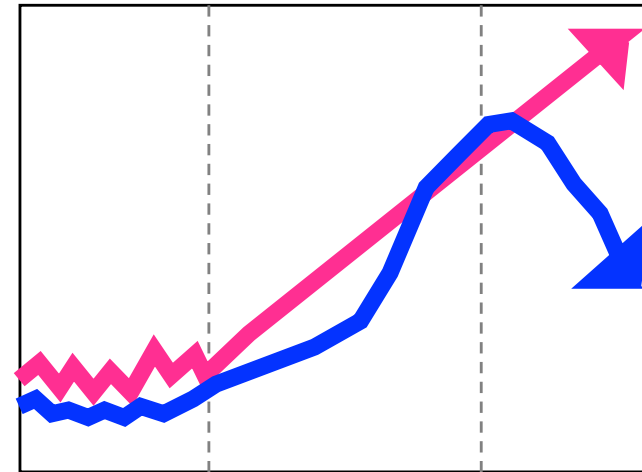


【将来、逞しく生き抜く子どもの育成】

「課題を解決してもらった子ども」 < 「課題を自ら解決した子ども」

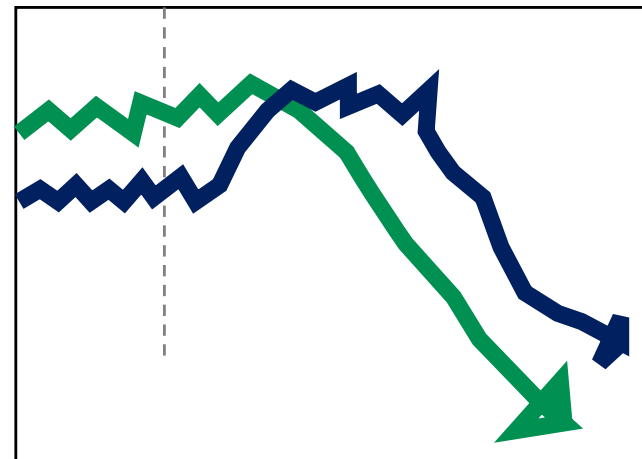
- 主体性重視
承認による行動
- 脅迫による行動
- 処罰による行動
- 無視による行動

行動・成果

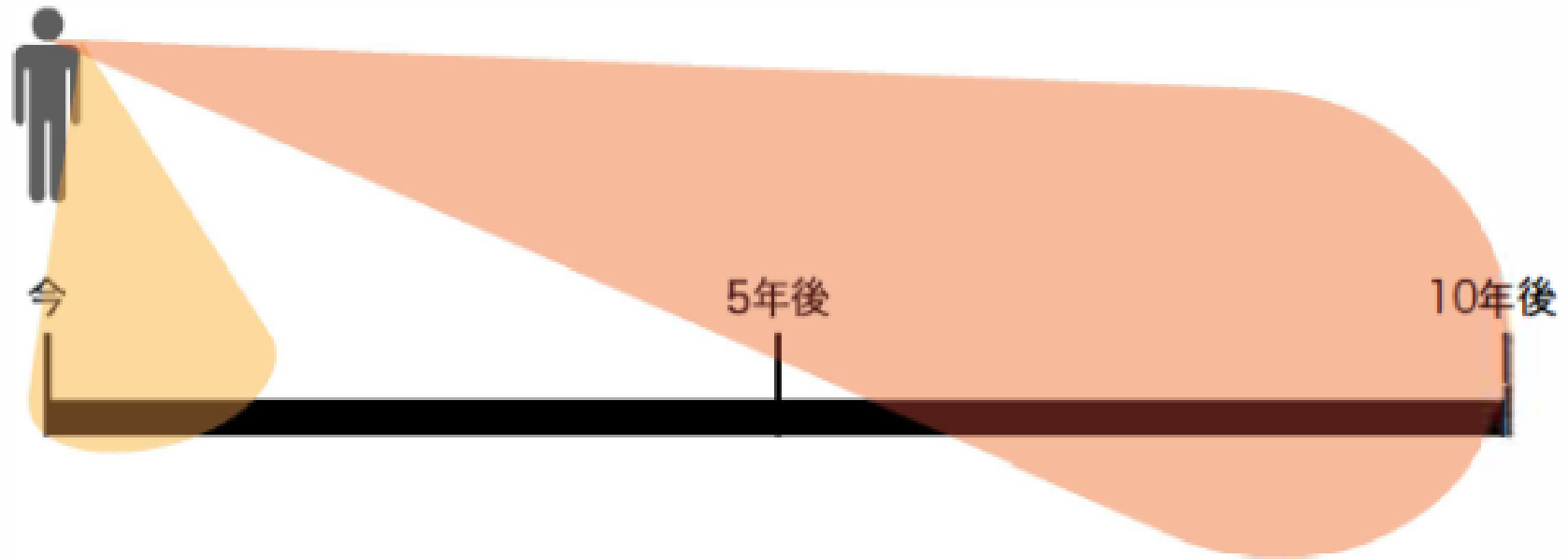


時間経過

行動・成果



時間経過



「育てること」 ・ 「成長を誇りとする」

「のびのび」 ・ 「生き生き」

主体性を育み, 「心の成長」を施す

子どもたちの未来のために

最高の育成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