

# 2020年度U12ブロック育成センター 講習内容

2020/9-12

JBA技術委員会 ユース育成部会

13:00-17:30 (予定)

順序は変更になる場合あり

1. ユース育成部会より 45分

- ① コロナ禍における都道府県育成センター実施について
- ② 育成センターの位置づけと目的の再確認
- ③ 保護者講習の重要性

2. 指導者講習 (鈴木良和) 50×2分

- ① 育成マインドについて (コーチングの考え方)
- ② 一気通貫を考慮したU12世代で取り組むべき内容の考え方と指導内容

3. スポーツパフォーマンス講習 (佐藤晃一) 45分

4. マンツーマン講習 (牧野広良) 25分

5. 暴言暴力の根絶に向けて (豊田則成) 50分

講習、ディスカッション含む

10/3北信越、10/25四国、11/7中国、12/20関東 予定

映像配信予定

## ①育成センター実施上におけるコロナ対策について

- ・安全を最優先と考える
- ・誹謗中傷を生まないための配慮
- ・感染対策責任者（担当者）の設置
- ・健康チェック実施の徹底
- ・JBA活動再開ガイドラインを参考に、感染防止策、ケガ防止策、熱中症予防策を考慮する

## ②育成センターの目的の再確認

- ・優秀な選手の発掘、育成、指導者教育
- ・U12世代の特徴を考慮した取り組み：普及的観点＝広く分けへだてなく伝えていく

## ③指導内容の考え方

- ・U12世代における指導内容：将来を見据えたメンタル・技術・体力向上のために
- ・戦術ではなく基本技術を伝えていく：ゲーム準備のための育成センターではない
- ・ポジションに特化しない、全ての選手が全てのポジションを行う5メンアウトのゲームモデルを利用する
- ・マンツーマンディフェンスでのオンボール、オフボールの役割を伝える

## ④発掘・選考について

- ・公平公正な選考機会を経て選考されること

## ⑤フィジカル測定の実施

- ・身長データ
- ・測定項目：ホームページ掲載内容

## 育成センターの目的

公益財団法人日本バスケットボール協会（以下「JBA」）は世界に通用するバスケットボール環境構築のために「世界基準を日常に取り入れる」「世界を目指す環境を整備」「世界を視野に入れた指導を日常から行う」という強化・育成方針を示している。これに基づき、将来日本代表となる優秀な素質を持つ選手や可能性の高い選手に**定期的に良い育成環境（練習環境・指導環境）を提供して個を大きく育てること**、合わせて指導者の研鑽の場として指導者を養成することを育成センター設置目的とする。

## 育成センターの位置づけ

JBAは本事業を部活動とは切り離れた「社会教育事業」と位置づけている。運動部活動ガイドライン（平成30年3月スポーツ庁より発表）において「競技団体は、競技の普及の観点から、運動部活動が適切に行われるために必要な協力を積極的に行うとともに、選手の育成・強化を運動部活動に委ねることなく、**アスリートを目指す優れた素質を有する生徒が、各地域において競技力向上に係わる専門的な指導が受けられるよう、実施体制の整備を推進する必要**」との指摘を鑑み、育成センターを計画する。都道府県の実情を考慮しながらできうることから実施し、育成方針の具現化・育成課題解決のために育成センター事業を推進する。

## 「個の育成」達成のために

- ① 定期的に良い育成環境（練習環境・指導環境）を提供する
- ② 各地域において競技力向上に係わる専門的な指導を提供する  
⇒ 目的達成のために「練習会を月1回、年間10回を行う」ことを目指す  
⇒ 良い育成環境のために、練習の他に交流試合（他県、他カテゴリー）があっても良い



## 【問題点】

練習が少なく、試合ばかりを多く行っている例が報告されている

⇒ 目的および方法論が異なっている

U12：県（地区）育成センターをチームとして大会を企画

## ● 望ましくない方法論（禁止事項）

- ・ 年間3回以上の交流試合の実施
- ・ 育成センターメンバーを用いた私的な練習会
- ・ 参加選手達のプレー機会に公平性がない方法  
（練習機会、出場時間が大きく異なるなど）
- ・ 勝ち負けを前面に出す指導

## ● 望ましくない方法論での活動が改善されない場合

### ① 担当者への指導を行う

PBAユース育成委員会は、担当する指導者に対して目的と方法論を十分に理解させ、相違がある指導者に対して改善を求める。

### ② 活動に改善が見られない場合

1. コーチの任命権を持つPBAユース育成委員会は、任期途中であっても担当者する指導者を交代させる。
2. 交代する担当者がいなければ、事業を中止する。

※ 活動に改善が見られないとJBAが判断した場合、該当事業に対してDファンド申請がなされていても、Dファンドの支払いを行わない。

## ● 育成センターが目指すべきあるべき姿

**目的** : 「将来を見据えた個の育成」

**方法論** :

### 【育成環境】

- ・選手の発掘は、将来を見据えた選考を行う。
- ・早熟の選手は、適切なプレー環境を考慮し、飛び級を検討する。

### 【指導内容】

- ・「将来を見据えて」将来成長するための土台となる技術・戦術・トレーニングを指導する。
- ・戦術に特化することなく、基本技術・基本戦術を理解させ、徐々に要求を高めながら指導していく。
- ・系統的で選手の発達段階に応じた指導を実施する。
- ・具体的な指導内容は、JBA習熟度別指導内容を参考にする。
- ・コーディネーショントレーニングやスポーツパフォーマンス部会が提唱しているトレーニングを実施する。

### 【指導者として】

- ・育成センターの指導者は、暴言暴力のない指導はもちろんのこと、指導者として模範となる姿を表現することを心掛けて活動する。
- ・実施内容は、都道府県内の指導者に周知し、指導者養成にも寄与する。

# 都道府県育成センターにおける フィジカル測定/身長データの 取り扱いについて

2019/7/10

JBAユース育成部会

## ■ フィジカル測定の目的

- ・ 選手の成長度の把握
- ・ 選手の現在位置の把握
- ・ データ蓄積による将来的な発掘精度の向上

## ■ 身長データ収集の目的

- ・ PHVタイミングの把握：トレーニングへの活用
  - ・ 将来予測身長の把握：データ蓄積による将来的な発掘精度の向上
- ※ 将来予測身長データは転用を防ぐため、都道府県にはフィードバックせずJBAにて管理する。

## ■ 対象者

- ・ 都道府県育成センターに参加する全選手（県および地区）

## ■ フィジカル測定

- ・ フィジカル測定ガイドラインに沿い、育成センター活動にて実施。
- ・ 申告によるものでなく、実測による測定で記録する。
- ・ 最低、年度内1回実施すること。
- ・ 年度内で2回以上実施し、成長度を測り選手のモチベーション向上に役立てて頂く事を推奨する。

## ■ 身長データ

- ・ 小学校時の身体測定データを活用する。小1～小6（可能な限り）
- ・ 各学年に一つ、同時期のデータを入力する。

## ■ 注意事項

- ・ 選手一人ずつにID番号、氏名、在籍チーム（学校）をつけること。
- ・ ID番号の付け方は都道府県で決定して良い。

例：年度-カテゴリー-性別-通し番号 19141001 など

## ■ Sheet 1 : フィジカル測定データ入力

- ・ JBAフィジカル測定ガイドラインに沿って測定してください。
- ・ それぞれの項目について小数点の大きさと単位に違いがあるので注意してください。

## ■ Sheet2 : Height Report (例あり)

- ・ A欄 : Sheet1のIDと同じIDを使用し、身長データ数分の行を作成します。
- ・ B欄 : M=男性、F=女性
- ・ C欄 : 生年月日 (同一人物は全て同じデータになるはずです) 。
- ・ D欄 : 身長の測定日、1年に何度も身長を測定している生徒もいますが、近いタイミングの測定日を使用して下さい (例 : 毎年4月の身体測定時のデータ等) 。
- ・ E欄 : 測定時の身長データを入力して下さい。
- ・ G欄 : 身長測定時の年齢が表示されます。

## ■ Sheet3 : 身長データ出力用 (例あり)

- ・ 特に入力の必要はありません。A欄にSheet2のデータが反映されています。

## ■ データの返送

- ・ 都道府県にて各カテゴリーデータをとりまとめたいただき、都道府県マネージャーがJBA育成担当にメールにファイルを添付して返送する。

## ■ データ管理・活用における注意事項

- ・ 個人情報の取り扱いに留意し、情報を扱う担当者は限定すること。
- ・ 都道府県においてもデータを管理すること。
- ・ 担当者が代わっても引き継がれるよう保管方法を共有すること。
- ・ 都道府県における平均値の公表は個人が特定されるものでなければ構わない。
- ・ 個人データを活用する場合は、予め同意を得ておくか許可を得て活用すること。

# フィジカル測定U14ナショナル育成キャンプメンバー 平均値

U-14		身長 (cm)	体重 (kg)	指高 (cm)	指極 (cm)	20m sprint (秒)	Lane agility (秒)	Long jump (cm)	Jump & reach (cm)		Chest pass (m)
男子	合格者平均	178.6	64.8	230	181	3.10	11.51	243	60	291	14.3
	180cm以上	185.2	67.6	239	187	3.10	11.68	245	59	298	14.2
	180cm未満	173.6	61.7	224	176	3.09	11.38	242	61	285	14.4
女子	合格者平均	169.3	58.7	218	172	3.40	12.34	202	47	266	11.3
	170cm以上	173.1	60.6	223	175	3.43	12.54	200	47	270	11.0
	170cm未満	164.1	56.0	212	168	3.36	12.07	205	48	260	11.7

## JBA DC コーチ、オンラインセミナーのスケジュールとトピック

日時	トピック	詳細
9月8日 日本時間午後7時～	国際的スタンダードのスキル育成	ヨーロッパ的スキル育成 ヨーロッパ、オーストラリアのスキル育成コンセプト 日本人タレントを国際的トップに育てる JBA DC コンセプトとのリンク
9月22日 <del>日本時間午後7時～</del> 変更: 日本時間午後8時～	トップ選手のコーチング	コミュニケーションスキル 扱いが難しい選手との対処方法 紛争管理 正しい態度の作り方-個人的指導
10月14日 日本時間午後7時～	コーチングと指導スキル	教授法 正しいボディーランゲージの活用 選手とグループの引き付け方 困難な状況の対処方法
11月3日 日本時間午後7時～	練習計画	基礎的なトレーニング科学(練習計画の原則) 習得方法 練習計画の一例 (DC のニーズに合わせた)

- ・ 対象： 都道府県ブロックU12/U14ユース育成コーチ男女・マネージャー  
都道府県ブロックU16-18強化育成コーチ男女・マネージャー  
定員に満たない時はユース育成部会より指名の方々は参加可
- ・ 参加は任意、無料（通信費各自負担）。
- ・ 定員100名→80名（9/22より）
- ・ 60分のレクチャー、30分のアクティブディスカッション、15分質疑応答
- ・ ユース育成部会員は受付可能