



友繁 翔一様

チーム 京都橘高等学校バスケットボール部
ヘッドコーチ

グレード Basic

■Nacsportを導入してどんな点に役立っていますか？

これまでも他のソフトで映像編集は行ってきましたが、その作業がかなり効率化されました。映像を切り分けながら、項目ごとに分類するのが非常に簡単で、とても助かっています。

■映像分析の利点

特定の現象をまとめて振り返ることで、全体の映像から振り返るよりも、問題の原因やその関係性を発見しやすくなったと感じています。

練習時間も限られている中で、内容の優先順位を付けられるのがとても有意義です。

また、選手達のプレーを振り返るだけでなく、試合中の自分の振る舞いを客観的に見ることもでき、自分の成長にも繋がっていると感じます。

■どんな変化が現れたか？

編集の効率よくなったことから、映像を使う頻度が増えました。それによって、選手の意識も変わり、自分たちから「映像を欲しい」と言いにくることが増えました。

特定のシーンを集めた映像を使い、選手達だけのミーティングも行っていて、選手自身も、「何を見て、感じ、疑問を持つか」という部分で成長してきていると感じます。

また、選手も「コーチから見てもらっている」という安心感が生まれているように感じますね。

■映像分析をするうえで心がけていることは？

技術や戦術面を論理的に分析するのも重要ですが、「強くアタックする」などのメンタル面に起因するプレーも取り上げて、選手の自己表現も導けるように心がけています。

■今後にもむけて

今は、自分たちの分析をメインに使っていますが、今後は対戦相手の分析にも使っていきたいです。また、新入生の勧誘の際に、チームの指導方針や想いを伝えるためにも、映像を活用していきたい。



友繁先生は、選手の成長をものすごく大事にされた、エネルギー溢れる先生です。練習が難しい期間にも、オンラインでのミーティングなど様々な取り組みをされ、その中の1つにNacsportを使った映像でのコーチングも行ってくださっています。技術面だけでなく、精神面での成長も大切にされている友繁先生のご活躍は今後も注目です！

友繁様の使用中PCの紹介

機種名	MacBook Pro (13-inch, 2019)	OS	Windows 10 Home (Bootcamp使用)		
CPU	Intel Core i5 1.4GHzクアッドコア	メモリ	8GB	GPU	Intel Iris Plus Graphics 645