

令和元年 11 月 14 日

南の風緊急特集恩塚ワールド号 V

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

ドリルの最中に恩塚ヘッドが言っていたのは、「走ることが目的ではない。ディフェンスの状態やスペースの有無を見てより良い場所を求め、攻めることが目的」ということです。ですから走ってボールが来なければプレーを止めるのではなく、ストップしてやカットしてより良い位置（空いているスペース）を見つけることを伝えていました。

さらに強く言っていたのは、「声を出すのも手段であり、意思疎通することが目的」ということです。意思疎通とはお互いがコミュニケーションして通じ合うことです。「信頼につながなければコミュニケーションにならない」。例えばパスをもらおうと、ターゲットしている選手が、「ここにパスして。大丈夫、絶対取るから」と言うメッセージをボールマンにしっかり発信しなければならないと言っていました。コミュニケーションはツーウェイだということでした。

⑧ 2-2-1 のゾーンプレスの確認（ねらいやポジション別の役割と動き）

ゾーンプレス練習を見て懐かしさを感じました。ミニバスでマンツーマンディフェンス推奨になって以来、ゾーンプレスの練習を見るのは久しぶりだったからです。

オーソドックスなスリークォーターの 2-2-1 でした。

トップが偶数のゾーンプレスは、ドリブルをさせてラインディレクションからダブルチームという考え方よりも、相手に時間を使わせてフロントに入ってから攻める時間を潰すことが狙いになります。また、突破された後アウトナンバーができたり、簡単にノーマークのレイアップシュートで失点したりすることが少ないのが特徴です。

次にインバウンドパスにはプレスしないので、フリースローライン辺りからボールマンにプレッシャーをかけます。頭越しのパスを簡単にさせないことや、ラインに追い込むこと、2-2-1 の 2-2 の真ん中にフラッシュさせないことがキーポイントです。

ここで集中力が途切れ脱力して取り組んでいる選手が出た瞬間、間髪をいれず恩塚ヘッドが選手を集めます。「この練習の目的は何、全力でやってんの。簡単にパスされてボール運ばれてるよね。5人が意図を持ってやってないよね。もしこれが全日本だったら、吉田（亜沙美）がこんな事言わせないよ。」決して大きな声ではなかったのですが、選手に緊張が走りました。

その後の選手の目の色、動きが変わったのは言うまでもないのですが、ソフトな語り口の中に、恩塚ヘッドの指導の流儀を感じました。

何回かゾーンプレスの動きを修正した直後に、選手とのミーティングもそこそこに、私に向かって「練習、終わりました。」「クリニックやりましょう。」と声掛けがありました。切り替えの速さに驚いたのですか、「これも恩塚流か」と思っていると「何やりましょうか」と振られました。私は、恩塚ヘッドが育成年代の選手に何を求めているのか知りたかったので、「恩塚先生がミニバスの選手にぜひ身につけてほしいと思っていることをお願いします。」と返しました。すると、すかさず「分かりました。それじゃあ、1 on 1 の攻めの基本をやります。」と言いました。ギャラリーで見学していた選手を呼び、指導が始まりました。ボールのもらい方から、ボールポジション、シュート or アタックと続きます。