

令和3年5月7日

南の風 398

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

『ベンチワーク』と言えば、私には苦い経験と、選手の試合の流れを察知した行動に成長を感じた経験と、私の決断がよかったのか、結果オーライだったのか微妙だったことが、過去にあります。

皆さんの参考になればと思い紹介します。

まず苦い経験です。二つあります。二つとも似通っています。

一つ目です。男子の横浜市の決勝でした。立ち上がりから点差は開かない展開のゲームでした。4Qに入って接戦となり、残り1分位だったと思います。相手にシュートを決められ2点差となります。

私はタイムアウトを取り、次ようなの指示をしました。「〇〇がドリブルで運び、フロントに入ったら、△△がボールミートして、時間を掛けずに1対1でドライブで攻めてシュートしよう。ディフェンスが密着してついて来ても自分で攻め切ろう」という指示でした。さらに「シュートが入っても落ちて、オールコートプレスでいこう」を付け加えました。

〇〇がドリブルで運んだところまでは順調でした。次にボールを受けた△△選手は、ドリブルしてディフェンスがマークに来た時にドリブルを止めてしまい、あわてて味方にパスしようとしてカットされてしまったのです。相手に走られ得点されてしまい、4点差で負けました。

もう一つの失敗例です。男子の県ベスト4を掛けての一戦です。ずっとリードされる展開で4Qに入ります。残り時間40秒位でシュートを決め1点差とします。相手がバイオレーションを犯しマイボールになったところでタイムアウトを取りました。フロントコートからのスローインです。指示内容は、次のようなものでした。(□□選手がエースでスコアラーでした)

「スローインは□□、レシーバーは◇◇、□□はスローインした直後、◇◇のディフェンスにスクリーンに行き、◇◇はスクリーンを利用してドライブで攻めてシュートに行く、ヘルプディフェンスが来たらステップの工夫をして打とう。時間は30秒あるからあわてないことと、シュートが落ちたら全力でプレスに行く」という指示をしました。(※ショットクロック30秒の時代の時代でした)

再開後、□□選手がスクリーンに行くまではよかったのですが、◇◇選手はスクリーンを利用してドライブで攻めた時にヘルプディフェンスに寄られ、あわててドリブルを止めてしまいミドルシュートを打ってしまいました。リバウンドを相手に取られドリブルで確実に運ばれ、万事休すとなりました。

指示したことがうまくいかないことは間々あります。やむを得ないこともあります。ただ私が後で反省したことは、指示内容そのものよりも、指示したようなことを、シチュエーションとして練習で取り上げ、何回かやっておいたかどうかということでした。

これは『ベンチワーク』というより、日頃の『コーチング』の分野かなとも思います。

練習では、負けている状況でプレスを仕掛け30秒で4点を取る練習とか、セットのワンショットプレーを取り入れてやってはいました。。。。。

選手は勝敗を左右するような場面では相当なプレッシャーを受けます。指示されたことを理解し、やり切ることはたいへん難しいことだということを改めて感じました。次号にします。