

南の風 434

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

日本女子代表、ワールドカップ予選突破しました！！ 433号の続きです。

「原則」の遂行とワクワクがカギです。瞬間、瞬間の勝負で先手を取り、チームが躍動感を持ってシンクロするバスケットボールを目指しています。

私たちの金メダルへの挑戦によって、「私も夢を抱いて挑戦したい」と思う人が増えて、そんな人であられるバスケットボール界になっていたとしたら、私たちの目標も目的も、どちらも達成できると信じています。

ワクワクがあられるバスケットボール界に、皆様とともに向かっていけたらと思っています。皆様には、ご理解とご協力を心からお願い申し上げます。

以上が、日本女子代表チームのヘッドコーチに就任した恩塚氏の会見の内容です。

次に恩塚氏のバスケットボール指導観を書きます。(東京医療保健大学のコーチ時代のコメントです。現在、恩塚氏は大学のコーチは退任され、日本バスケットボール協会に所属しています。)

①『再現性』

バスケットボールの特性は、オフェンスで言えば5人で攻めること。1対1だけで攻めるのは、バスケットボールではない。チームでボールを動かすことでディフェンスを動かす。止まって待っている人にはディフェンスは動かない。ボールを動かすと絶対ディフェンスは遅れてくるから、そこをやっつけよう。それがバスケットボールだから。

選手たちには、「何でこういうバスケットボールができるのか？」を説明できるようになってほしい。説明できれば「何で？」が分かるわけだから。『再現性』につながる。バスケットボールで勝利するには、再現性が必要。だから毎日練習するし、毎日ビデオ観るし、「何で？」を説明できるまで考えをひねる。そういう積み重ね。だから毎日同じメニューは一切ない。

②『マインド』

「何のためにバスケットボールをやるのか？」→ なりたい自分になることを目指す。

バスケットボールを通して、どんな自分にしていきたいのかという思いをしっかりとって、きらきらした、ワクワクした気持ちで輝く未来に向かって行く。→ 「私はこちらになりたい!」そんなようなバスケットボール界になれたらいいのではと思う。

バスケットボールを通して人生をつくっていく

③『怒るとき』

一番厳しく言っていることは、全力を尽くしていないこと。走るとか、ルーズボールを追いかけるとか。

また、チームの約束事を「ポーッと」してとぼけちゃうこと。それだけしか言っていないですね。シュートミスとかバスケットボールで起こるミスは言ってもしょうがないので。

より集中力を高めて、ピリッとさせる意味でも言うようにしている。