

令和4年7月3日

# 南の風特集号女子日本代表ワールドカップに向けてVI

～ 恩塚ヘッドの目指すバスケットボール、就任からトルコ戦まで ～

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

女子日本代表のオフェンスについて、恩塚ヘッドの考えを、私が理解できた範囲で伝えます。

恩塚ヘッドは、今、女子日本代表が目指すのは『フレームレートを増やすようなオフェンス』と言います。

因みに「フレームレート」とは皆さんご存じのように、1秒間の動画が何枚の画像で構成されているかを示す単位（fps）のことです。fpsはframes per secondの略です。

フレームレートの数値が大きいほど被写体の動きが滑らかできれいな動画となります。昔のアニメを観ると動きがぎこちなく滑らかさが無いのは、この数値が小さいためです。フレームレートの主な種類と一般的な用途は下記の通りです。

フレームレートの種類	主な用途
3～5fps	一般的防犯カメラ 監視カメラ
24fps	映画
30fps	日本のテレビ DVD
60fps	日本の4K・8Kのテレビ DVD
120fps	一部のスポーツ用途カメラ 3Dの映画

恩塚ヘッドはオフェンス局面の流れに対して、フレームレートを増やすように選手が「このシーンだったらこう動こう」と考えて動くことを期待しています。単に個々のプレーの質を上げるのではなく、共通のビジョンを持って滑らかに動くバスケットから、シンクロできる再現性を追求しているのです。

最後にオーストラリア遠征から、国際強化試合トルコ戦を観て、私が感じたことを書きます。

一つ目は、すべてのゲームで女子代表候補選手、スタッフがメチャメチャ「いい顔」して戦っていたことです。選手はタイムシェアして出てくる選手一人ひとりが、強化試合を重ねる毎に「**自信に満ちた顔**」になっていったことです。それは東京五輪、アジアカップ、ワールドカップ予選、今回の遠征から強化試合に裏打ちされたものであることは間違いありません。今回初めて代表候補に選出された選手も、代表候補合宿や遠征、強化試合を通して大いに触発されたと思います。

また、スタッフの献身的なサポートも見逃せません。試合前の一人ひとりの選手への声掛けや、アップ時のサポート（パス出しやチューブ筋トレの補助）など、気配り目配りが素晴らしかったです。

二つ目は、高田選手が言っていた「半端ではないウエイトトレーニング」についてです。女子日本代表が、サイズのある世界トップレベルの選手と伍していくには、フィジカル&ストレンクス（神経系+筋力系）トレーニングは欠かせませんが、さらにレベルを上げたトレーニングと、もう一つ「**走り出しの強化**」（瞬発力）もおこなっているようです。本番での1on1の成果も楽しみになってきます。

三つ目は、**最終女子日本代表12人**が誰になるかです。8月11日（祝・木）、12日（金）に国際強化試合宮城大会（ゼビオアリーナ仙台）を経て決まる気がします。現地で観戦しようと思います。

今後の女子日本代表候補選手のさらなる成長と進化に期待しましょう。