

令和4年7月9日

南の風 451

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

しばらく間が空いてしまいました。通常号の続きです。

どれだけ効果的な準備をしても、それが結果となって表れないことがあります。その要因の一つに運があります。運はコントロールできません。準備にベストを尽くしても、不運な出来事によって勝利を収めることができないことはあるものです。

ある本の中から、例を挙げます。運がどのように作用しているか、調査した結果です。

同じような環境にあった二つの企業から、偉大な企業へと飛躍したA社と偉大な企業になれなかったB社と比較し、それぞれに幸運な出来事と不運な出来事がどのくらいあったのか調査したのです。

すると、面白いことに両者の間には幸運な出来事の数も、不幸な出来事の数も大きな差がなかったことが分かりました。つまり、偉大になった企業は運が良く、そうでない企業は不運だったというわけではなかったのです。両社とも同じように幸運に恵まれ、不運にも直面していたのです。

では何が二つの組織の成功と失敗を分けたのでしょうか？ さらに踏み込んだ調査の結果、それは、偉大な組織を作る過程でA社には不運に対処する準備があり、幸運を最大限に生かせるための準備がありました。B社にはそれが不足していたのです。つまり偉大な組織になれるかどうかを分けたのは、運ではなく準備だったということです。

このように、幸運を最大限に生かし、不運に対して適切に対処することができれば、運を効果的に活用できるのです。こういった運を生かしているかどうかの度合いを「運の利益率」と言います。運の利益率を左右するのは『準備の質』なのです。

バスケットボールでも運に対して準備をしておくことはできます。1試合を通して必ず良い流れの時間と悪い流れの時間があります。悪い流れのときにはどうやってしのぐか。良い流れのときにはどうやってそれを生かすのか。

私の経験と実践を書きます。前もって、選手に悪い流れのときにやるべき基本的なことを伝えておきます。試合の展開によって若干異なりますが、まず「ディフェンスをがんばろう」と話します。

なぜなら、ディフェンスには好不調の差が少ないからです。具体的な場面で言うと、10点以上リードしていて、どんどん追い詰められて4点差になったとします。「むやみにパスカットや、ボールスチールを狙うのではなく、個々が足を使って。声を掛け合い、ヘルプやローテ、ボックスアウトなどやるべきことをきちんとやろう」、と言います。オフェンスでは、プレスに掛かり、運びがうまく行かないのであれば、「シールして、パスインしてリターンパスして運ぼう」と指示します。またハーフコートオフェンスでは、「あわてず、自分たちの得意なプレーで攻めよう。シュートリリースが早くならないようにしよう。そしてリバウンドに必ず跳ぼう。」と話します。できれば事前にシミュレーション練習をしておきましょう。ミニバスやU15では、経験が浅いため、流れが悪くなると中々流れを引き戻せないからです。

コーチの役割の一つは、常に最悪の事態を想定した準備をしておくことです。そしてチャンスが来たら逃さずものにするだけの準備（プレスなど畳み掛けるためのプレー）もしておかなければなりません。