

# 南の風 525

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

前号まで、前女子日本代表のアシスタントコーチ鈴木 良和氏の『チームマネジメント』について、抜粋掲載しました。かなりの長期になりましたが、チーム運営、あるいはコーチングに携わる上で指導者並びに顧問の方の参考になれば幸いです。

さて先日 U15と U12の指導者の方と話し合う中で、前女子日本代表ヘッドコーチ、恩塚 亨氏の「恩塚メソッド」が話題になりました。「恩塚メソッド」とは、恩塚氏がバスケットボールという競技を体系化したうえで、「ゲームモデルを実現するため」の新しいスタイルのコーチング及びトレーニングの方法論です。

そこで今回から「恩塚メソッド」から伝わってくる恩塚氏の理論を紹介し、読者の皆さんと勉強したいと思います。

## 1 恩塚メソッドの全体像

恩塚氏の言葉から紹介します。バスケットボール競技で、プレーの道筋を立ててコーチングできるようになるためには、バスケットボールの原理原則を理解する必要があります。「恩塚メソッド」では、私の経験にもとづいて、いつ、何のために、何をすればいいかを網羅していきます。「恩塚メソッド」をベースにすれば、コーチの皆さんが携わっておられるそれぞれチームに見合った勝ち筋をご自身の手でつくりあげることできるようになります。と語っています。

恩塚メソッドでは、成果を出す（大会や試合に勝つ、あるいはチームや選手を成長させる）という目的地に到達するために、それぞれのカテゴリーのチーム目標にあたる「ゲームモデル」を設定します。そしてその「ゲームモデル」という目標の実現のために、合理的にプレーするためのものさしである「原則」と、「ワクワク」と呼ばれる成長志向のメンタリティをかけ合わせます。それにより、自信を持って瞬時に意思決定できる、自立した選手と自律したチームを育てることを目指していきます。

以上が全体像になります。

## 2 恩塚メソッドの基本概念

### ①原則＝「目的×考え方（方法）」

恩塚メソッドにおける「原則」とは、合理的なプレーの判断基準としての「ものさし」のことです。「とりあえずこれをやりましょう（特別なことがなければ）！」という指針のことです。スムーズな意思決定と、その意思決定を他の選手が予測できるようにするために「こういうときは、こうするために、チームでこうしましょう！」という形で整理しています。もう少し踏み込んで言うと、目的を達成するための最適解を導き出すための判断の拠り所であるとも言えます。※最適解を恩塚氏は「そのときの状況から最適と考えられる解答のことで、最善のやり方、手段、方法、などを指します。恩塚メソッドでは、目的に対して最も合理的な行動やプレー、考え方を示すときにこの言葉を用います。ちなみに「解」は、数式などの答えのことです」としています。

次号にします。