

# 南の風 526

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

恩塚メソッドの基本概念の続きです。前号では「原則」について書きました。

## ②原則には「目的」がある

原則には目的が含まれている、ということをお忘れてはなりません。重要なことは、目的から行動（プレー）を判断・選択することです。勝利という成果を得るためにどうしたらいいか。まずはその大命題があり、そのためには「相手よりも1点でも多く得点する」とことと、「相手による失点を1点でも少なくする」ことを念頭に置く必要があります。その上でチームとして何をすべきか。2～3人のグループとして、あるいは個人として何をすべきかを考えていきます。

コーチもそうなのですが、とりわけ選手たちはこの「目的意識」が欠けてしまうことがあります。よく「**手段の目的化**」と言われるように、具体的な手段（プレー）そのものが目的になってしまうのです。例えば、ピック&ダイブプレーで攻めるとき、スクリーナーのディフェンスの動きによって、ユーザーが「リジェクトした方がいい」と判断すればリジェクトしてドライブで攻めるべきです。この場合、ピック&ダイブはあくまで手段であり目的は得点することですから、ユーザーの判断が優先されます。（原則には目的が含まれている）すべての行動に目的意識を持ち、その目的を達成するために原則を使うことで、より効果的・効率的になることを目指したいと思います。

## ③原則があれば迷わない

原則を用いる大きな理由の一つは、選手が逐一考えなくても済むことです。例を挙げれば、ボールマンが原則に沿ってあるプレーを選択したとき、オフボールプレイヤーは「ボールマンのこの動きに対して、私はこの動きをとることが原則だ」と理解していれば、あれこれと迷わずにプレーを実行できます。迷うくらいなら、原則を遂行すればよいからです。また、選手それぞれが原則を用いることで、「セიმページ（同じページに）立つ」ことができるのです。

「セიმページに立つ」とは、コート上の5人の選手が、1つのボールを介して、チームとしての目的を達成するために、同じ視点に立ってそれぞれの動きを共有し、シンクロさせることで個々だけでは達成しえない大きな力を生み出すことです。

恩塚氏は「セिमページ」について次のように語っています。

「チーム個々のプレイヤーが同じ目的意識を持ってプレーできている状況のことです。チームの5人が自分たちの今の状況である現在地を理解したうえで協力するための枠組みを象徴した言葉です。結局のところ、同じページにチームの5人が乗っていないと力を合わせることはできません。また、5人がセიმページにいるためには、自分たちのことを振り返り、「このとき私はこう考えていた」など、選手どうしで考えの違いを埋め合わせる努力も必要になってきます。ビデオを見ながらフィードバックをするときもセिमページをめざしながら意見交換するようにします」 以上になります。次号に続けます。