

南の風 532

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

恩塚氏が考える、『ゲームモデル』のコンセプトの続きです。

「あの人はこうするだろう」が崩れると、プレーがチグハグになります。したがって、「迷うことによるダメージが大きい、思い切ってやろう！」という声かけが必要です。たとえ原則を変えたとしても、原則破りとして周りが対応できるようにトレーニングしておけばよいからです。その時々
の最適解を選手どうして共有できるような指導をコーチとしてはめざすべきです。そのことは、悪い流れを立て直すときにも役立つはずで

ここからゲームモデルの原則について書きます

4 バスケットボールの基本原則

●すべては目的を達成するために

バスケットボールをゲームという観点から考えると、**最大の目的は相手より1点でも多く得点して勝利すること**です。このことを大前提として進めていきます。

目的達成のために判断の拠り所として原則があります。プレー中に意思決定する推進力として、また状況によってとるべき行動が変わったときの柔軟性の向上にもつながります。

原則には必ず目的がありますので、その目的を見失わないように意識することが大切になってきます。原則が重要だからといってその動きに意識が向きすぎると、目的意識がおろそかになることがあります。例えば「どこを見るか」ということと目的意識はつながっています。目的意識がおぼつかないと、視野が狭くなることがあります。コーチがそれを見て「周りを見なさい」と指摘したとしても、選手が明確な目的意識を持っていないと、結果としてコーチの指摘が伝わらないということになります。

それよりも「目的を達成しよう」「得点につなげるにはどうする」といったマインドセットのほうが、結果的に選手は周りを見るようになります。目的を達成しようとする意識が高まることで、目の前の状況に対する認知力が高まり、視野も広がってくるのです。**目的意識を持った行動をすることが、成果を出すために重要であるという意識を常に選手に持たせるとよい**と思います。

(1) バスケットボールの基本原則とは

バスケットボールの基本原則とは、試合中に必ず起こる状況に対して「こういうときは、こういう目的を持ってこうしたほうが良い」という攻守における大前提となるもので、**①4局面、②3ゾーン、③5段階の原則を体系化したもの**です。現在地（選手のプレー・スキルの習熟度による段階）の立ち位置にゲーム状況を加味して、原則にもとづいて行う合理的なプレー、**すなわち最適解を導き出すこと**を目指します。

①バスケットボールの基本原則① 4局面の原則

全体像として、まず、4つの局面があります。「攻撃の局面」「攻撃から守備の局面」「守備の局面」「守備から攻撃の局面」がぐるぐる回っていきます。 続きは次号にします。