

2022年7月16日(土)

老球の細道678号

ディフェンス再考

会津バスケットボール協会 室井 富仁

バスケットボールの面白さはオフェンスにあるが、勝負の面白さはディフェンスによって決定すると私は思っている。近年のアメリカ男女チームの国際大会における抜群の強さがそれを証明している。NBA,WNBAのスーパースターがそれほどいなくても、一旦ディフェンスに集中してくると桁違いの強さを発揮してくる。それまで自由奔放に華麗なオフェンスを見せていた他国のチームが、アメリカチームの激しいプレッシャーディフェンスに手も足も出なくなってしまう。東京五輪における日本チームもしかりだった。

バスケットボールにおけるチームレベルの差はディフェンス力にあると思う。かつてプレイヤーだった私は、県大会レベルぐらいまでは自由自在にシュートをすることができたが、その上の全国レベルになるとシュートする以前にボールをレシーブすることが容易でない経験を何度もした。ボールに対するプレッシャーはもちろんであるが、ボールをレシーブすることすらままならない世界があることに気づかされた。これが世界レベルになったらどんなことになるか想像がつからう。

近年、JBAはミニ、ジュニアのカテゴリーにおける個の力の養成ということで、ゾーンディフェンスの使用を禁止し、マンツーマンディフェンスで守ることを義務づけた。現在はそのルールも軌道に乗りつつあるが、ディフェンスの考え方やチームディフェンスの守り方が徹底できていないチームが数多く見られるようである。

最も簡単で、最も重要な役割を果たす「3つのファクター」がどのカテゴリーにおいても不徹底であることが気になった。高校や一般の大会でも同じである。

①コミュニケーションがない。チームディフェンスの肝は「しゃべる」ことである。沈黙の5人は一つになれず「点でバラバラ」となる。かつてコーチKが言っていた。「コミュニケーションは接着剤である」。

②ハンズアップがない。教室で質問に答えるために手を挙げるのは難しいが、オフェンスのボールに手を挙げて邪魔するのは簡単である。カタツムリだって角出したり槍を出したりする。「ディフェンス虫🐛手を出せ、足出せ、声を出せ📢」。

③シュートミスした選手がディフェンスに戻らない。ミスしたらハリーバックして己のミス挽回するのは選手の仁義である。一人が戻らないために、相手チームに速攻でイージーに得点されている。なぜか戻らない選手はチームのタレントに多い。

ディフェンスは身体的にも精神的にもタフさを要求される。選手のモチベーションの高さももちろんであるが、コーチの指導力とチームの規律の文化も影響する。また、ディフェンスはボールを使わないので、誰でも、どんなチームでもその気になりさえすれば向上する。そのような向上したディフェンスの下で日々練習するオフェンスも自然と上手になる。その結果チームはレベルアップする。