

## 「一寸一言」 ウインターカップ 2008 を終えて

札幌山の手高等学校 上島正光

昨年11月にインドネシアで開催されたアジアU18女子選手権大会で、長年のライバルとして日本の前に立ちはだかっていた中国、韓国を破り、全勝優勝の栄冠を手にして第19回目の大会で、38年目にして日本女子の快挙となる長年の夢であったアジアの頂点に、ようやく辿り着くことができました。これにより今年7月にタイで開催されます FIBAU-19世界選手権大会の出場を決めました。

現在、日本のバスケットボールは北京オリンピックへの出場を果たすことができず、また日本バスケットボール協会の混乱が長く続いた為、新体制の組織作りも遅れておりましたが、マスコミ等で発表されているように、全日本のヘッドコーチがようやく決まり、ロンドン大会に向け始動することとなりました。

この度のヘッドコーチは従来のようなチームを観ながら全日本のヘッドコーチを努めるのではなく、選任コーチとして強化することとなり、次回オリンピックに向けたJBAの強い取り組みが窺い知ることができます。

女子に限ってみれば、アジアの女子の技術は世界のトップレベルだと言われております。現在、アジアでのベスト4は、中国、韓国、日本、台湾ですが、その中でも日本は身長が一番低く、中国に続く2位争いを常に韓国と競い合っております。

U18の選手権大会で優勝の原動力となったのは、渡嘉敷(桜花学園高校2年191cm)と間宮(東京成徳高3年183cm)が中心となり優勝を果たしましたが、他にも篠原(東京成徳高2年184cm)等の身体能力の高い選手がいるので、近い将来、日本の女子は彼女達が順調に成長したときには世界で充分活躍するのは間違いないものと思われまます。近い将来、世界選手権やオリンピックの大会に出場するのは勿論のこと、メダル獲得も大いに期待できると確信しております。

ウインターカップ大会の展望はU18選手権大会へ、それぞれ3名ずつの選手を参加させている、桜花学園高と東京成徳高の昨年が続いての2校の争いを中心に試合が展開されることは、試合前から衆目の一致するところでした。

結果は、前年のウインターカップ、インターハイの大会と同様、両校の決勝となり、桜花学園高が88対74で東京成徳高を破り16回目の優勝を果たしました。山の手高の試合については、20年度は斉藤、平野を中心としたチーム作りをしてきましたがウインターカップ道予選大会後の練習で、キャプテン斉藤が再び足を骨折する怪我にみまわれ、又、ようやくスタメンに起用することが可能なまでに成長した1年の高田が筋力不足からくる股関節の怪我で2人とも出場不可能となりました。

速い展開のオフェンス、ゾーンディフェンスを含めたトラップディフェンスを考えておりましたが、2人の欠場により修正を余儀なくされた状態と、下級生2名以上をスタメンに考えていたチーム構成での、キャプテン斉藤の精神的バックボーンが失われたことは大きく、かなりの戦力ダウンで試合に臨むこととなりました。

2回戦で対戦する、優勝候補筆頭の桜花学園高との対戦に的を絞り対策を立てることとしました。

センタープレーヤーとして通用するのは、平野(171cm)だけという身長ではどこのチームにも劣る今年のチーム、対する桜花学園高はスーパースター渡嘉敷も含めて5人以上が180cm以上(内190cm以上が2人)とWリーグも含め日本で一番大型なチーム。

そのため先ず、インサイドでのディフェンス、リバウンド、オフェンスでは相手センターをいかにペイントゾーンの外に誘い出し、オフェンスを仕掛けるのかの3点を課題にして練習。

しかし、チームオフェンス、インサイドヘルプディフェンス、ゾーンディフェンスも未完成のまま試合に臨むこととなり、12月19日出発することとなりました。

今回も試合前の合宿を富士通で行うこととして、ウインターカップに出場する、富士学苑高・常葉学園高・中津北高・明星高・松江商高と3日間で10分ゲーム14試合を行うも、平野のリバウンドとポストプレー、今野、町田のガード陣だけは、どのチームにも通用するぐらいで、試合直前の合宿としては、不完全燃焼で終えることとなりました。

試合の内容については、今大会からJスポーツで全ての試合が放映されることとなりましたので、これに目を通される方は大方観られていることと思われますし、ネットで試合の戦評も見ることができますので、すでにご承知おきのことと思われますので、簡単に説明させていただきます。

第1試合の和歌山信愛女子高戦は、176cmのセンターはいるものの、ガード陣で得点を取っているチームなので、外のディフェンスを集中することのみを確認して試合に臨みました。宿舎を出発する直前にセンタープレーヤーの栃本が発熱したとの連絡を受け確認したところ38℃の熱があり、本人は試合出場を強く望んだが、次の日に大事な試合が待っていることを告げ本人を説得して、宿舎に残し養生させることとしました。

ただでさえセンタープレーヤーが不足しているチーム事情に追い討ちとなる状況となり、スタメンを平野ただ1人のセンタープレーヤーにして、他の4人はガードポジションの布陣でスタート。ディフェンスをハーフのノーマルマンツーマンディフェンスのみで通す。相手チームのマンツーマンディフェンスにプレッシャーがなく、人もボールも止まることなく動くことができ、先取点を取られはしたが、16分間の連続ゴール等で26対9の一方的展開となる。

第2ピリオドに入って、信愛高、3・2のマッチアップゾーンやオールコートマンツーマンディフェンスのチェンジングに山の手高のメンバーチェンジも重なって、シュートミスやイージーミスで6～7分ノーゴールの時間帯があり53対17で前半戦を終える。

第3ピリオドも、出だしからインターセプトによって、徐々に点差をあけていくが、終盤メンバーを代えたことにより得点が伸びないこともあったが、79対24で前半を終える。

第4ピリオド、信愛高ディフェンスをオールコートマンツーマンディフェンスにするも、容易にプレスダウンで得点を重ねる。中頃からディフェンスとリバウンドに集中力を欠くプレーが何回か見られ、相手に16点を与えることとなったが、今野10本の3ポイントシュートを含む35得点や、全員出場で104対40の大差で勝利することができた。しかし、得点差ほどの実力の差はないと思われます。

プレッシャーディフェンスにより35個のターンオーバーを誘発したのと、リバウンドで勝っていたのが大差へ繋がったと思われます。

第2試合の桜花学園高戦に対する事前の備えとして、①インサイドでのディフェンスが勝敗を大きく左右する要因であると、組合せが決まってからは重点課題として取り組んできました。限られたセンタープレーヤーで、しかも身体能力で劣ることは否めず、無理をしてファールすることは避けなければ試合が成りたないことから、インサイドのディフェンス又は1対1でディフェンスすることはできるだけ避けるようにして、ダブルチームによるインサイドヘルプディフェンス(Xディフェンスによるアウトサイドプレーヤーがインターセプトかダブルチームを狙う)を多用することとしました。

②オフェンスでは、極力ゴール下でのシュートは避け、長身者をペイントゾーンエリア外に引き付け、そこからドリブルペネトレート等のムービングプレーで攻撃する。また、早攻めはせず、24秒を有効に使いチャンスを作る。

③チームにとっての精神的支えであるキャプテン斉藤が出場できないことは、ディフェンス、オフェンスの組み立て、さらにボール感覚に優れている選手なので、リバウンド、ルーズボールにも影響するところが大きく、斉藤がいない分、皆で頑張る。

④過去の対桜花戦は、5年前のウインターカップでは勝利、その前のウインターカップでは接戦の末延長戦で負けている。と、いずれの試合もメンタル面では強い面を出し切り、良い方向へと繋がった過去の結果があるので、ボールに対する執着心を最後まで持ち続けたら、自ずと良い結果が出ることを信じて試合に臨むこととしました。

確かに、遠征前の練習、試合直前の合宿でも思ったほどの成果が出ず、オフェンス、ディフェンスとも修正を余儀なくされた状態での、この度の試合でした。朝食前の朝練習の折、近くの靖国神社へ参拝して、最良の試合ができることを祈願して試合会場へ出向きました。前日、発熱で不出場のセンター栃本も普段の状態に戻り、小さいけれどセンタープレーヤー3人体制で試合に臨むことができました。

試合は、3年平野、小山、2年今野、1年町田、本川の布陣でスタートする。試合開始早々オフェンスリバウンドシュートを許すこととなり、懸念していた通りの試合内容となり、さらにオフェンスからディフェンスへの切り替えが遅く、ポストフライ(速攻をクイック、ファースト、アーリに区分しており、ポストフライはポストプレーヤーがゴール下へ素早く走りポジションをとってボールを貰ってシュートする)からファール、シュートゲットと、ゴール下シュートを許すこととなる。

第1ピリオドの桜花学園高29得点の内、オフェンスリバウンドシュート2本、ポストフライシュート2本を含むペイントゾーンの得点が20点以上を占める内容となる。その上、ポストのディフェンスで起用した本川が、開始1分半で2個のファール、さらに残り3分に3個目のファールを重ねてしまう。

ポストディフェンスのダブルチームができたときは、抑えることができたが、遅れた時、1対1の時は殆どがシュートに結びつき、最後まで塞ぎきることができなかった。それでも第1ピリオドは、平野のハイポストからのドライブイン、今野、小山の3ポイントシュート等、オフェンスでは互角に渡り合うことができ、29対23の、6点差で第1ピリオドを終える。

第2ピリオドは、5分までディフェンスを頑張り、互角の戦いをしていたが、桜花学園高のディフェンスのプレッシャーのため、パシミス、イージーシュートミスが続き、さらにディフェンスの集中力が削がれ、メンバーチェンジで平野をベンチに置いた隙に加点され、このピリオド21対6と得点できず前半を50対29で終える。

ハーフタイムでポストのディフェンスを指示して後半戦に備えた。  
後半最初からオールコートプレスディフェンスを仕掛けようとしたが、主力にファールが嵩んでいたため、ノーマルマンツーマンディフェンスで推移を見守ることとした。  
第3ピリオドも第2ピリオドと同様、高さを意識してのシュートミスが目立ち、逆に相手に走られて得点を許すこととなり、78対43と得点がさらに開く結果となった。

第4ピリオドは、このままでは終われない山の手高としてはプレスディフェンスで仕掛ける以外の策はないので、オールコートマンツーマンプレスディフェンスを仕掛ける。  
桜花学園高は大量得点差のため、メンバーを総入れ替えした布陣で臨む。桜花学園高のミスやシュートミスもあり、35点差あった得点差を19点差まで詰めて91対72で試合を終える。

試合を振り返り感じたことは、ルーズボールでは互角に勝負できていた。  
ディフェンスは、ダブルチームができているときは、かなりの身長差でも簡単には攻められていない。

当然桜花学園高はポストへのダブルチームを想定してダブルチームをさせないようなオフenseシステムを構築していた。  
ポストディフェンスで、ミートカットの早い段階でのチェック、アウトサイドプレーヤーのダブルチームのタイミング、コミュニケーション、ポジション、スタンス等徹底がされていなかった。  
ゾーンディフェンスを使用する予定で練習してきたが、練習試合で自信の持てる状態でなかったため、使う事に躊躇してしまった等、ディフェンスで工夫と徹底がなされていれば、まだ身長差を克服して戦う余地はあったと思います。

オフense面では、①スペーシングが狭い②カッティングが無い③スクリーンプレーが少ないのとスクリーナーセットが甘く機能していない④アーリーオフenseのトレーラーのタイミングとシュート力等、反省点の多い試合内容でした。  
実力は歴然としていたが、選手は最後まで諦めることなく全力でボールを追い続けたことは賞賛に値する。

特に平野は斉藤に代わって急遽キャプテンという立場になったが、ディフェンス、リバウンド、ルーズボールと、積極的にリングに向かうプレーでよくチームを引っ張ってくれた。  
今まで小山は、有り余る身体能力を発揮することなく物足りなさを感じていたが、今大会でようやくその兆しが見えてきたので卒業後の大学でのプレーに期待したい。1年の町田、本川については、インターハイ全国大会まではあまり出場する機会がなかったが、今大会で最高の対戦相手にスタートメンバーとして経験できたことは、今後に大きな財産になったと思われる。

最後に、20年度の反省を踏まえ、全国で通用するための自チームの今後の課題と、チーム作りの要件を例記してみます。  
ただ私なりの考え方ですので、理解しがたいこともありますので紙面では説明不足も否認ませんことご承知おき下さい。

- 一義的には、体力面も含めた個人技の基礎技術の習得が最重要課題と考えております。
- リバウンドやルーズボールのニュートラルボールの支配
  - パスカットやドリブルスチール(4個)を積極的に狙う
  - マンツーマンディフェンス、ゾーンディフェンス(マッチアップゾーン・スペシャルゾーン)、プレスディフェンス(3クォーター・フルコート)、特にマンツーマンとゾーンディフェンスの守り方統一をする(スタンス、ポジション、ディレクション)
  - オフenseは、1対1、2対2と合わせが基本となりますが、合わせの基本となるオペレーションゾーン(動いた後、ディフェンスの流れの逆、奥のポジション)のボールマンとレシーバーの相互理解
  - ディフェンスを崩し、シュートに繋げていくプレーとして、ドリブルペネトレート、ミートカット、

ムービングポスト、スクリーンプレー等のコンビネーションプレーの習得

・パスカット ・ミートカット

・ドリブルペネトレート

ニヤレストプレーヤーのフレアカット、ミドルカット、ゴールカット

キックアウト

ドリフト

ドリブルスクリーン

○正確なスクリーンプレー(セット、フェイク、ブラッシュ、ロールオフ)

・ピックスクリーン

・ハイピック

・アウトサイドポスト(特に長身者が不在のチームには有効)

・アップ、ダウンスクリーン

・パラレルスクリーン

○アーリーオフENSEの確立

チームのレベルが上がるとクイックブレイクやファーストブレイクで容易に成功できるものではなく、速攻を意識しすぎるとミスを伴うので、チームとしてのアーリーオフENSEのフォームを持つ

以上、またまた蕪雑な文で恐縮ですが、大いなる反省と「来期こそは」との思いを持ち続けることを自分に言い聞かせて終わりにします。

H B A (北海道バスケットボール協会) 指導者育成専門委員会