

バレーボール学会2006 バレーボールミーティング報告

- 10:00~10:05 明石正和副会長挨拶
10:05~10:09 中澤誠山梨県バレーボール協会会長挨拶
10:10~12:00 シンポジウム「ボールゲームの指導法に共通点はあるのか?」
シンポジスト 田中幹保氏(前全日本男子監督、Vリーグ:堺プレーザーズ副部長)
大木 武氏(Jリーグ:ヴァンフォーレ甲府監督)

コーディネーターの柳氏(都留文科大学)からシンポジストの紹介があった後、田中氏・大木氏と講演を行いました。講演の概要は以下の通りです。

■田中幹保 氏

私は多くの指導者の元でプレーしてきました。正直、反面教師の指導者が多かったように思われますが、そういった指導者の元でも多くの優秀な選手が育ってきました。すなわち、コーチングに正解の形はないということだと思います。体罰も辞さずと厳しく接しようが、選手をうまい具合におだてようが、要は「選手を動機づけできれば」それが正しい方法だと考えられます。言い換えると、指導者の考えによって、また保有した選手によって、指導法、チームづくりは変わってくるものだと思います。今回は、私が正しいと考える指導法、チームづくりの経験、また反省を踏まえてお話しします。皆様には冷静に分析していただき、自身に消化していただければ幸いです。



私が高校卒業後に入部した新日鉄の中村監督は厳しくて有名で、毎日の10時間練習や、できるまでやらせるという反復練習で鍛えられました。今思えば非合理的な練習法であったけれど、この時期を乗り越えたからこそ35歳まで現役で活動できたと思っています。合理性だけを追求するのではなく、精神的な強さを増すためには非合理的な練習も必要ではないかと考える基になった出来事です。次に出会って印象に残っているのは、私が全日本の選手に選ばれた時の小山元全日本監督です。この時代はまだミュンヘン代表の選手が残っていたため、監督も選手に気を遣わざるを得ない状況で、選手としても監督としても十分に力を発揮できない状態であったかもしれません。そしてもう一人は、現在は全日本女子の監督をしている柳本監督です。新日鉄時代の柳本監督は中村監督に近いスパルタ方式で選手を鍛え上げました。しかし、上から押さえつけるような旧態依然とした練習が主で、人間(社会人)としての成長が望めるのかと、当時は疑問に思ったものでした。

その後、私は新日鉄のプレーヤー兼監督となったわけですが、1年目は選手が目が気になったり、あるいは自分が世間からどのように評価されているのを気にしたりと、指導法もわからないまま、なんとなく過ごしてしまいました。しかし2年目には私自身が全日本に復帰し、チームを離れることによってチームづくりを改めて考えることができました。その結果、3年目にプレイングマネー

ジャーとしてチームに戻ってからは「自分が一生懸命やれば選手はついてくる」というスタイルで手を抜くことなく練習に取り組んだことにより、Vリーグ2位になることができました。選手にとって魅力的な監督、見本となる監督を目指した結果でした。

以上のことから、私がチームづくりに必要と考えるのは次の3点だと思います。

- 1) 大切なのはリーダーの意識：監督（リーダー）の思い・情熱がチームを強くするし、チームの方向性やビジョンを選手に理解させることができる。
- 2) 個々の力を伸ばす指導：長所を伸ばすことに重点を置く。短所を責めるのではなく、長所を誉めることにより選手の活躍できる場を作り上げていく。
- 3) チームワーク（輪）心のつながり：バレーボールは思いやりのスポーツである。次のプレーにつなぐために自分のプレーがあるという思いやりの心があると、ボールはつながるようになる。またコートの中も外も一緒にプレーしている意識が必要である。

全日本の監督に就任する前に、海外へ勉強に出る機会がありました。そこで得たものは、多くの指導者に知り合えたことと、外国人コンプレックスがなくなったことでした。その後の全日本チームづくりにおいては、目標を「勝つこと」とし、次の6つのキーワードを基本に指導してきました。

【6つのキーワード】

- ・環境の整備
- ・諸悪莫作 衆善奉行
- ・コミュニケーション
- ・「学ぶことをやめたら教える資格はない」
- ・徹底する（反省点）
- ・守、破、離

■大木 武氏

本年はサッカーの祭典ワールドカップ・ドイツ大会が開催され、最先端のサッカーを目にする機会がありましたが、最先端といえども、どのような技術が正しくて何が違うのかということは我々でもわかりません。バレーボールよりも広いコート、ネットもないという自由度が大きいからこそ、技術・戦術の考えられる範囲が広いように思います。日本代表は残念ながら予選で敗退しましたが、ワールドカップに出たこと自体すごいことであり、Jリーグ発足以来の進歩が大きかった分、バブルが弾けたような印象を持っています。

たとえば20年前のコーチング理論では「練習中に水を飲むな」と指導されました。しかし今では「飲め」と180度変わった指示を受けます。このように理論上では日々進歩をとげながら指導法も変わっているのですが、練習時間をどのくらいにしたらよいのかなど、まだはっきりと理論化されて



いない部分もあります。

競技の特異性として、サッカーでは手を使ってはいけないというルールがあります。また、ゴールにボールを入れる、またボールを入れさせない、という特性もあります。それらの状況を一つ一つ拾っていくと、おのずとやるべきことがわかってきます。すなわち、サッカーのコーチング理論を考える場合、これらの要素（理論）の出発点が正しいか検証しなければいけないのです。たとえばサッカーの試合時間が90分であること、11人で行うこと、105m×68mのピッチで行われることなど、これらを前提として導かれる理論はほぼ正しいと言えるのです。出発点があやふやでは、果たして現在行っているこの練習が正しいのか不安になります。これだけ走るからこのトレーニングが必要だ、これだけ頻繁に起こるプレーだから反復練習が必要だというように、理論を前提にしたトレーニングは効果をあげやすいと思います。

しかし相手のフォーメーションや戦術、戦略に関しては、あくまでそれらは仮定から理論を導き出すわけであり、その仮定が間違っていれば当然その理論も間違いとなってしまいます。ですので、前提となる仮定の設定というのは非常に重要になります。それに加えて逆算して物事を考えることも重要です。たとえば優勝を前提にして戦うか、予選敗退を意識して戦うかではずいぶん違います。常に上から逆算して、こうなるために必要なことを練習やトレーニングに含めていく、という姿勢が必要です。理論や考え方で選手のモチベーションを高めることは、指導者の大切な役割です。

私の言いたいことをまとめると、次のようになります。

- 1) ルール、ゲーム特性（確定した技術）から導き出される理論は正しい
- 2) 自分たちのゲームの進め方を突き詰めるべきである（自分たちはどう戦うか）
- 3) 相手に合わせてプレーする

引き続き、柳コーディネーターの進行で質疑応答に入った。

Q1 田中氏は10時間練習をしたそうだが、身体は大丈夫だったか。また外国の練習時間はどの程度か。

田中氏（以下T）：確かにハードだったし、なかには怪我をした者もいた。しかし昔の選手は基礎体力があったから耐えられた。今の選手では無理だろう。外国チームの練習時間は2～3時間程度がほとんど。

大木氏（以下O）：サッカーの場合は2～3時間がいいところだろうが、時間で練習していない。あくまで選手の疲労のことを念頭に置いた練習時間としている。

Q2 日本のチームは個々人では上手でも、チームとなると力が出せないようだが。

T氏：今の選手は泥臭さがなくなった。合理的な練習方法を突き詰めた結果がこうなったように思う。

O氏：チームのリズムが悪いのは今の日本の力。プロ化10年で進歩したように見えたが、まだ中身が伴っていない。特に若い選手にはアイドルと勘違いしている選手がいる。

Q3 選手の起用についてはどのように考えているか。

T氏：3年計画を念頭に置き、中心となる選手の育成を考えた。自分はスタメンを固定して強化する方針だったので、多少調子が悪くても期待している選手は使った。

O氏：一番の基準はチームが勝てるかどうかを考える。技術の上手下手ではない。この選手を入れたら勝てるか、ポジションをどうしたら勝てるか、など。

Q4 全日本選手の体力強化はどのように行ったのか。

T氏：技術を伸ばすためには体力がなくてはいけない。3年のうち、最初の2年間は体力強化に充てたが、残念ながら目の前のゲームのために集中できず、中途半端に終わってしまった。

Q5 監督がすべきことで、最も大切な役割は何か。

T氏：チームを勝たせることが目標であり、それを選手に伝えることが重要である。また優先的に教えるべきことを間違いなく教えること。

O氏：クラブ（選手、指導者、スポンサー、サポーターetc.）が一体となることが重要である。そのためには自分（監督）の哲学を皆に伝える。

Q6 バレーとサッカーで、お互いに生かせる練習法はあるか。

T氏：Jリーグの子どもサッカー教室を見たことがあるが、指導の素晴らしさ、子どもの心をつかむ練習プログラムには感動した。その点ではバレーはまだ遅れている。

O氏：バレーボールのように素早くボールの下に入るポジショニングは参考になる。子ども時代から一つのスポーツだけするのではなく、多種目を経験すべきである。

Q7 田中氏の言う「非合理的な練習」とは、たとえばどのようなものか。

T氏：ワンマン合宿とか、100本スパイクとか。

Q8 試合終了間際の戦略はあるか。

T氏：選手に任せることが多かった。悩んだのはサーブ。入れさせるべきか勝負すべきか。私は勝負させたが、それが良かったのかはわからない。また、競った場合はスパイクを得意なコースに打ってくることが多いので、そこをブロックやレシーブで固めさせた。

O氏：サッカーの場合はパターンがいくつもあるので一概には言えない。しかしバランスを崩さないように注意した。

以上（文責：河合）