

大学女子バレーボール部における承認型コーチングの実践

水野秀一¹⁾、太田咲希²⁾

¹⁾長崎国際大学健康管理学部訪問研究員

²⁾長崎国際大学人間社会学部

キーワード; バレーボール、承認型コーチング、ゲーム分析

[要 旨]

バレーボールにおけるコーチングの資料を得ることを目的として、承認型コーチングによるチーム作りが、2012年度のNKU女子バレーボールチームの春季リーグ大会と秋季リーグ大会の結果に与えた影響について検討を行った。主な結果は以下の通りである。

- 1) チームの生活・練習・試合における目標を選手主導で決めて実践した結果、選手たちは自分がチームの一員であるという自覚をしっかりと持ち、積極的にチームの勝利について考える姿勢が強まること示唆された。
- 2) 選手主導のチーム作りを行った結果、それぞれがチーム作りに関わっているという思いから結束力が生まれ、チーム力が高まること示唆された。
- 3) サイドアウト率が低いという自分たちの課題を明確にして練習を行った結果、秋季リーグ戦においてサイドアウト率を高めることができた。
- 4) “自分たちのアタックミスが多い”ことを自覚して練習した結果、秋季リーグ戦においてアタック失点数を5%水準で有意に減らすことができた。
- 5) 練習試合や大会にデータ分析を用いた結果、選手が自分のパフォーマンスやチームの客観的評価ができるようになった。

これらより、承認型コーチングによって、良い結果が得られることが示唆された。

スポーツパフォーマンス研究, 7, 67-76, 2015年, 受付日:2014年12月19日, 受理日:2015年4月28日
責任著者: 水野秀一 〒859-3298 長崎県佐世保市ハウステンボス町2825-7 sr_shuichi06@hotmail.com

Coaching method emphasizing approval: University women's volleyball team

Shuichi Mizuno¹⁾, Saki Ohta²⁾

¹⁾ Nagasaki International University, Faculty of Health Management

²⁾ Nagasaki International University, Faculty of Human and Social Studies

Key words; volleyball, approval method of coaching, game statistics

[Abstract]

In order to build a reference for future volleyball coaching, the present authors examined how a university women's volleyball team would react to a method of coaching that emphasized approval. The coaching method was implemented with the NKU University women's volleyball team during the 2012 spring and autumn league competitions. The following were observed:

The players decided on slogans for use outside of the court, at practices, and at games. All the participants were members of the team, which led them to think spontaneously about how they could contribute to the team's wins.

Specific goal setting and team building by the players generated solidarity, which led to strengthening the bond among the players.

The players trained in order to improve their low side-out percentage. By setting a clear goal, even though the number of perfect pass points decreased, the side-out percentage increased from the spring to the autumn competitions.

When the players trained, they bore in mind that the team had tended to miss often. After acknowledging this tendency, the miss points decreased, as was shown when the results in the spring competition were compared to those in the autumn competition.

By analyzing data from the scrimmage and competition results, the players were able to evaluate their performance objectively.

The coaching method emphasizing approval appeared to have good results.