

バレーボールゲームにおけるコーチング事例に関する研究 ー 目標を設定したゲームの結果と内容についての検討 ー

箕輪憲吾

上尾中央医科グループ

キーワード: バレーボールゲーム, 目標の設定, 事例研究

【要 旨】

本研究は、バレーボールにおいて具体的な目標を設定して臨んだゲームの結果と内容について検討、考察を行い、バレーボール指導の資料を得ることを目的として行った。対象は、A チームが 2014 年度の V・サマーリーグ決勝大会の中で「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」という目標を設定して臨んだ B チームとのゲームであった。X 選手はミドルブロッカーであり、そのスパイクの特徴は片足踏切による「ワンレグ攻撃」のスピードが速い上に、その種類が多いことであった。

主な結果は以下の通りである。

- 1) A チームは X 選手のスパイク決定率を 37.5%に抑え、設定した目標は達成していたが、ゲームの敗戦とともにその内容を検討した結果、チームの課題が明らかになった。
- 2) 目標を設定して臨んだゲームについて重要なことは、結果を評価することだけではなく、そのゲーム内容を検討することによってその後のコーチング活用することである。
- 3) 相手の「ワンレグ攻撃」のスピードや種類の多さにもよるが、チームとしては「ワンレグ攻撃に対しては1人のブロックとディフェンスによる対応として、他の選手の攻撃への対応を重視する戦術」についても検討する必要があると考えられた。
- 4) 目標を設定したゲーム内容の検討することによって指導者自身の課題が明確になる場合があり、それはその後のコーチングにおける重要な価値があると考えられた。
- 5) 勝つためにはゲームにおける選手の対応力が必要であり、その能力を発揮するためには練習における準備が重要であると考えられた。

スポーツパフォーマンス研究, 9, 251-267, 2017 年, 受付日: 2016 年 12 月 8 日, 受理日: 2017 年 6 月 20 日

責任著者: 箕輪憲吾 362-0075 埼玉県上尾市柏座 1-10-3-58 k.minowa.amg@icloud.com

A case study of coaching in volleyball: Consideration of the results and contents of a match that used team goal setting

Kengo Minowa

Ageo Medical Group

Key words: volleyball game, team goal setting, case study

【Abstract】

The purposes of the present study were to examine the results and contents of an actual match that incorporated team goal setting and to develop knowledge useful for coaching volleyball. The game that was analyzed was the V・Summer league 2014 final match, in which Team A competed against Team B. Team A had a team goal of holding the kill ratio of player X in Team B below 50%. Player X was a middle blocker who used a variety of attacking and high speed slide spikes.

The main findings were as follows:

- 1) The kill ratio of player X was 37.5%, thus, the team goal of Team A seemed to be achieved. However, the team's goal was not actually successfully achieved, because Team A lost the match. As a result, another issue was identified.
- 2) The importance of team goal setting was not only to enable an evaluation of the results, but also to utilize the results for future coaching based on the match contents.
- 3) That depended upon what variety of slide spikes were used, and how fast the opponents' slide spikes were. A team strategy had to be considered in which one player would block and defend, and priority would be given to other players' attacking.
- 4) Thus, the present consideration of the results and contents of a match with team goal setting enabled clarification of future issues for coaching and had an important value for future coaching.
- 5) The players' skill in adjusting during matches is necessary for winning matches, and preparation in team practice is important for demonstrating players' ability to adjust.

I 緒言

現代のバレーボールゲームについて渡辺(2012)は「情報戦で勝利することが、試合で勝利する重要な要因のひとつになっている」と指摘している。日本代表チームを始めとして、日本最高峰の V・リーグ所属のチームには当然のように情報分析を担当するアナリストが在籍し「<データバレー>というゲーム分析ソフトを使って細部まで徹底的に相手の分析」(渡辺, 2014, p.103)を行っている。また、近年ではアナリストを育成している大学生チームも増えているなど、対戦相手を分析することによって得られたデータをもとに準備をしてゲームに臨むことは当然のことになってきている。また、こういった情報戦の重要性についてはバレーボールのようなチームスポーツだけではなく、個人競技と言える水泳に関しても「試合前には、いつも詳細データ分析と映像解析を行っている。勝機を見抜くには、徹底した情報収集とその分析が必要なのだ」(平井, 2008)と指摘されているのが現状である。

そして、ゲームにおけるデータの重要性については「データというのは、実戦で役立つのはもちろんだが、選手の不安を取り除いて自信をつけさせ、優越感を与えるという意味でも大きな効力を発揮する」(野村, 2009)、「データの活用は試合だけでなく、チームにも好影響を及ぼします。精密な分析を加えたデータからどう対処すべきかという<結論>を導き出し、これをもとに選手に指示を出すと実際のプレーでの正解に結びつくことが多い」(眞鍋, 2012)と言われている。そして、データをもとにした戦術の立案について渡辺(2013)は「①相手の弱いところをいかにつけ込むか ②相手の強いところをいかに防ぐか ③自分たちの強みをいかに生かすか ④自分たちの弱いところをいかに隠すか」が考えられると指摘し、さらに「チームの戦術を立てる際、①から④のどれにポイントを置くかを考え、戦略的に設計していくことが、重要なプロセスである」と述べている。

こういったことが言われている中で、V・プレミアリーグに所属する A チームは、2014 年度の V・サマーリーグ決勝大会における B チームとの対戦に際して、上述の「②相手の強いところをいかに防ぐか」を重視した目標を設定してゲームに臨んでいる。もちろん、明確な目標を設定して臨んだゲームの結果に対してチームとして評価を行うのは当然である。ただ、こういったことに関して重要なことは、その結果の評価とともに、それをコーチングにどう活用するかであり、それにはゲーム内容の検討が必要であると考えられる。そこで、本研究は、A チームが目標を設定して臨んだゲームの内容を検討し、それをその後のコーチングにどう活用するかについての考察を試みるものである。

本研究の目的は、2014 年度 V・サマーリーグ決勝大会において A チームが B チームとの対戦において行った目標の設定とゲームの結果およびその内容に関して検討、考察を行い、今後のバレーボール指導の資料を得ることである。

II 研究方法

1 研究対象

本研究の対象は、2014 年度 V・サマーリーグ決勝大会(以下:サマーリーグ)において A チームが B チームに対して目標を設定して臨んだゲームであった。A チームがこのサマーリーグの優勝を目指していたことは当然であるが、同時にチームが最終目標とする「2014/15 V・プレミアリーグ」(以下:プレミアリーグ)に向けたプレシーズンマッチとして位置づけていた。ゲームの結果は表 1 に示したように、セットカウント 1-3 で A チームの敗戦であった。

表 1 試合結果				
A チーム	1	22 - 25	3	B チーム
		23 - 25		
		25 - 13		
		29 - 31		

サマーリーグとは、例年は 7 月上旬に V・リーグ加盟チーム(V・プレミア, V・チャレンジ)が東西のブロックに分かれて予選大会, 9 月上旬に各ブロック上位チームによる決勝大会を行う形式で開催されている。ただし、その時期は日本代表チームの活動期間でもあるため、V・プレミアリーグ所属チームはどちらかというと若手選手の育成を目的とするチームが多い。また、2014 年度のサマーリーグは例年通りの方式で開催されたが、国際大会のスケジュールとの関連などから決勝大会が行われない場合もある。

2 目標の設定と対策について

A チームは、2014 年 11 月に開幕するプレミアリーグを最大の目標として、その開幕戦で対戦する B チームに勝利するためには、ミドルブロッカーの X 選手のスパイクへの対応が重要であると判断していた。そこで、A チームはアナリストによるデータを参考にして、サマーリーグの B チームとの対戦において「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」を目標として設定した。そして、特に X 選手のスパイクの中で「スライドスパイク」(セリンジャー・アッカーマンブルント, 1993)や「ワイドスパイク」(米山, 2010)と言われている「ネットと平行に助走して片足で踏み切るスパイク」(以下:ワンレグ攻撃)への対応を重視することとした。

X 選手のスパイクの特徴は、ワンレグ攻撃のスピードが速いこと。その上、図 1 に示したようにセッターの真後ろで踏み切るスパイク(SC)、アンテナ付近で踏み切るスパイク(SD)、SC と SD の間で踏み切るスパイク(SC-D)の 3 種類のワンレグ攻撃に加えて、C クイック(セッターの真後ろで行う速攻)の位置でフェイクしてから SD へ移動するワンレグ攻撃(CF-SD)もあり、その種類が多いことである。A チームとしては、これらの攻撃に対応することがチームの勝利のためには非常に重要であると考えていた。

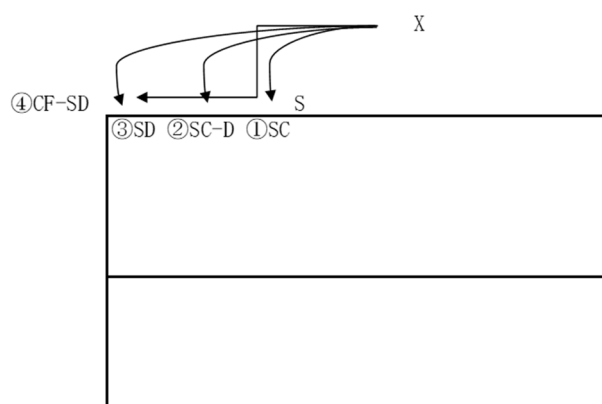


図1 X 選手のワンレグ攻撃

A チームが目標を達成するための対策としては、まず「X 選手のスパイクに対しては2人でブロックに跳ぶこと」としたが、特にワンレグ攻撃に対しては図 2 に示した通りとした。それは、最初の位置取り(ベースポジション)は、相手の A クイック(セッターの目の前で行う速攻)の位置にミドルブロッカー、C クイックの位置にレフトサイドのプレーヤ (FL) が準備をする。そこからセッターの定位置へのレセプション(以下:A-pass)の際に X 選手がワンレグ攻撃と判断した瞬間に、ミドルブロッカーは C クイックの位置に移動して、そこから X 選手のスパイクに対して2人でブロックに跳び、そのブロックに関連してディフェンスを行うこととした。

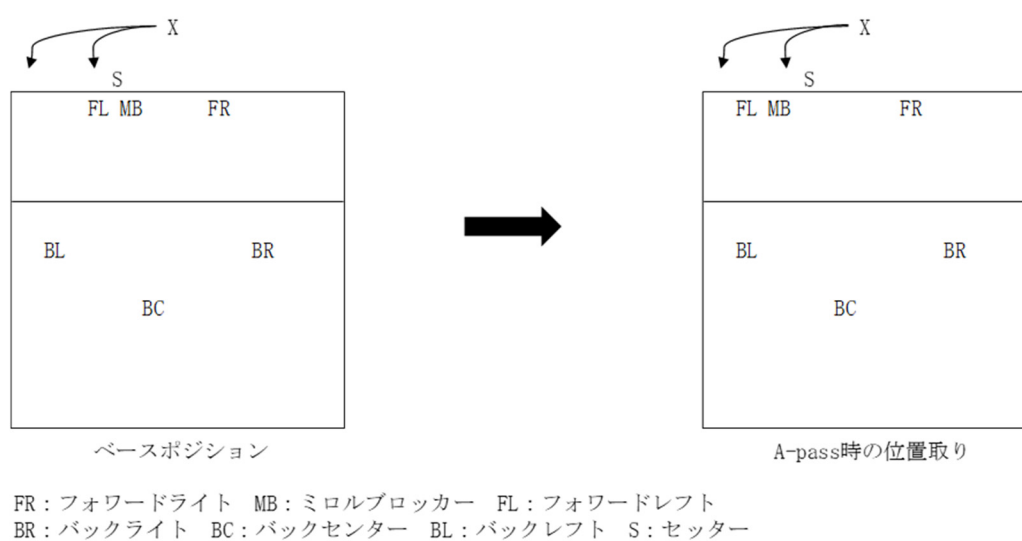


図 2 ベースポジションと A-pass 時に X 選手がワンレグ攻撃と判断した場合のブロッカーの位置取り

次に、この目標に関連して A チームは「X 選手のワンレグ攻撃に対してはセンターから切り返す」という目標を設定した。これは、X 選手のワンレグ攻撃後に B チームはポジションチェンジができずに、身長が 160 cm 程度と小柄なセッターがそのままセンターポジションでブロックに跳ぶことが多くなるので、そこからスパイクで切り返して得点することを目的としたものであった。

これらの目標を達成するための対策練習としては、まず、男子コーチが X 選手の両足踏切による速攻 (A・B クイック) とワンレグ攻撃を想定して台上から打つボールに対してブロック練習を行った。その際、チームとしては「X 選手に対しては 2 人でブロックに跳ぶこと」としていたが、ゲームの中では結果として 1 人ブロックになってしまう場合もあるため、それぞれの状況において、具体的に「ストレート」「クロス」などのブロックでおさえるコースを含めた練習を行い、それに関連したディフェンスの位置取りの確認を行った。その上で、実際に男子コーチが X 選手の攻撃を想定して打つスパイクに対してブロックとディフェンスの練習を行った。当然のことであるが、その練習の中で誰がフェイントを拾うのか、コート中央の強打は誰が拾うのかなどの各選手の責任範囲の確認も行っている。また、X 選手のワンレグ攻撃はスピードが速いため、ディフェンスにおいては図 2 に示したベースポジションにおける各選手の位置取りについても前後の調整を試みていた。そして、最終的には 6 人対 6 人の形式の練習で、特に X 選手のスパイクを中心としたブロック、ディフェンスおよびその切り返しをセンターから行うことを意識した練習を行った。ただし、A チームはサマーリーグの優勝を目指していたため、X 選手への対応を最重要視して

いたが、その対策のみに多くの時間を費やすことはできなかった。また、そういった時間の少なさをカバーするために、ミーティングにおいては予想される相手のアタッカーの特徴の説明を行い、その中で、特に X 選手に対してはプロジェクターを利用してビデオを再生しながら各選手の動きの確認とブロックのイメージトレーニングを行った。こういった目標達成のための準備は多くのチームが通常から行っていることであるが、A チームは普段から様々な状況を想定した練習を行っており、これらのことはそれまでに経験している練習における選択肢の一つであった。

3 研究方法

図 3 に示したように、バレーボールにはセッターの位置を基準に考えると 6 つのローテーションがある。本研究では、その中で X 選手がフォワードの 3 ローテーション(R3~R5)を対象とした。データの収集に関しては、① B チームのスパイクに対する A チームのブロックの結果、② B チームのスパイクの結果、について以下の手順で行うこととした。

R1	R2	R3
R	L2	M1 (X)
M2	R	L2
L1	M1 (X)	R
L2	S	L1
S	L1	M2
R4	R5	R6
S	L1	M2
M1 (X)	S	L1
L2	M1 (X)	S
L1	M2	R
M2	R	L2
R	L2	M1 (X)

S : セッター R : ライトサイドアタッカー M1, M2 : ミドルブロッカー
L1, L2 : レフトサイドアタッカー

図 3 バレーボールチームにおける 6 ローテーション

まず、A チームのブロックについては、本研究では不完全なブロックを 0.5 とカウントし、ブロック数を 5 グループ(0, 0.5, 1, 1.5, 2)に分類して、X 選手と他の選手別のスパイクに対するブロック数のデータの収集を行った。次に、B チームのスパイクについても同様に X 選手と他の選手別にスパイク打数と決定数を集計して、スパイク決定率を算出した。

そして、このように得られたデータをもとに、以下に示した項目についてゲーム内容の分析、考察を行った。

- 1 A チームのブロックと B チームのスパイクの結果について
- 2 状況別(レセプション後とラリー中)の A チームのブロックと B チームのスパイクの結果について
- 3 X 選手のワンレグ攻撃に対するブロックとスパイクの結果、およびその切り返しの攻撃について
- 4 ゲームの中で出現した具体的な失敗事例について

最後に、本研究で得られた結果をその後のバレーボールのコーチングにどう活用するかについて、総合的に考察を行った。

なお、本研究における目標の設定およびその対策練習については、研究を意図として行ったものではない。

Ⅲ 結果と考察

1 A チームのブロックと B チームのスパイクの結果について

表 2 は, X 選手がフォワードの 3 ローテーションにおける B チームのスパイクに対する A チームのブロック数の結果を, 表 3 は, B チームのスパイクの結果を示したものである。

表 2 B チームのスパイクに対するブロックの結果

		2	1.5	1	0.5	0	TOTAL
X 選手	n	11	1	3	0	1	16
	%	68.75	6.25	18.75	0.00	6.25	100
他の選手	n	15	1	20	1	4	41
	%	36.59	2.44	48.78	2.44	9.76	100
TOTAL	n	26	2	23	1	5	57
	%	45.61	3.51	40.35	1.75	8.77	100

表 3 B チームのスパイクの結果

	打数	決定数	決定率
X 選手	16	6	37.50
他の選手	42	20	47.62
TOTAL	58	26	44.83

まず, ブロック数の結果については, B チームのスパイクに対する「2 人ブロック」の確率は TOTAL で 45.61%, その中で X 選手のスパイクに対しては 68.75%であった。また, X 選手を除いた他の選手に対する「2 人ブロック」の確率は 36.59%であり, 「1人ブロック」の確率の方が 48.78%と高い数値を示していた。

松井ほか(2008)は大学生男子を対象とした研究の結果「レセプション後のスパイクに対する 2 人ブロック以上(3 人ブロックを含む)の確率は 55%であった」と報告している。それと比較すると X 選手に対しての 68.75%は高い数値であり, これは選手がチームとしての目標を達成するためにプレーした結果と思われる。ただ, 本研究の対象が一つのゲームのみであったことを考えると, この結果はバレーボールのコーチングにおける一つの目安にはなるが, A チームにとってはこの数値をプレミアリーグに向けた目標設定の判断材料とするべきであろう。また, ブロックの結果から考えると, やはりミドルブロッカーのスパイク(速攻, ワンレグ攻撃)に対して「2人でブロックに跳ぶ」という戦術を選択する場合は, 他の選手のスパイクが「1人ブロック」になる確率が高くなることから, それに対する「1人のブロックとディフェンスで対応するための練習」が必要となることが認められた。

次にスパイクの結果については, B チームの TOTAL スパイク決定率は 44.83%, その中で X 選手のスパイク決定率は 37.5%であり, 他の選手のスパイク決定率の方が 10.12%も高い数値を示していた。

この結果, A チームが設定した「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」という目標は達成されていた。しかし, 本研究の対象は全体の半分の 3 ローテーションであったが B チームのスパイク決定率 44.83%という結果は, その後に開催された「2014-2015 V プレミアリーグ」のレギュラーラウンドにお

ける B チームのスパイク決定率 32.0%, さらに同リーグでスパイク決定率 1 位のチームの 38.9%と比較しても高い数値である. 従って, 確かに X 選手のスパイク決定率の結果はチームの目標を達成していたが, ゲームの敗戦とともに X 選手のスパイク打数の 16 に対して他の選手の打数が 42 と多かった上にスパイク決定率が 47.62%であったことを考えると, それがチームの課題となることは明らかであった.

2 状況別のブロックとスパイクの結果について

表 4 は, X 選手がフォワードの 3 ローテーションにおける状況別の B チームのスパイクに対する A チームのブロック数の結果を, 表 5 は, B チームのスパイクの結果を示したものである.

表 4 状況別のブロックの結果

			2	1.5	1	0.5	0	
レセプション	X 選手	n	5	1	2	0	1	9
		%	55.56	11.11	22.22	0.00	11.11	100
	他の選手	n	9	1	14	1	2	27
		%	33.33	3.70	51.85	3.70	7.41	100
A-pass	X 選手	n	3	1	2	0	1	7
		%	42.86	14.29	28.57	0.00	14.29	100
	他の選手	n	7	0	8	1	2	18
		%	38.89	0.00	44.44	5.56	11.11	100
ラリー中	X 選手	n	6	0	1	0	0	7
		%	85.71	0.00	14.29	0.00	0.00	100
	他の選手	n	6	0	6	0	2	14
		%	42.86	0.00	42.86	0.00	14.29	100

表 5 状況別のスパイクの結果

		打数	決定数	決定率
レセプション	X 選手	9	5	55.56
	他の選手	28	14	50.00
A-pass	X 選手	7	4	57.14
	他の選手	18	9	50.00
ラリー中	X 選手	7	1	14.29
	他の選手	14	6	42.86

まず, ブロックの結果については, ミドルブロッカーである X 選手の攻撃が最も機能すると考えられるレセプション後のスパイクに対する「2人ブロック」の確率は 55.56%, その中で A-pass の場合は 42.86%であり, ラリー中の場合は 85.71%とすべての状況で X 選手に対する「2人ブロック」の確率が他の選手と比較して高い結果であった.

前述の大学生男子を対象とした研究(松井ほか, 2008)の結果, ファーステンポの攻撃に対する「2人ブロック」の確率は 22%であったと報告されており, それと比較すると X 選手のスパイクに対する「2人ブロック」の確率は高い数値であった. しかし, データを収集する中で, B チームのフォワードのアタッカーが 3 人の R3 では X 選手にはトスが 1 本も上がっておらず, トスが上がったのはフォワードのアタッカーが 2 人の場面(R4, R5)のみであった. また, その場合に B チームのコンビネーション攻撃の中にバツ

クアタックが組み込まれていなかったことを考えると、X 選手のレセプション後のスパイクはアタッカーが 2 人の場合のみの結果である。これらのことから考えると、X 選手に対する「2 人ブロック」の確率は 100%か、可能な限りそれに近い数値が求められよう。その結果として、「2 人ブロック」の確率がレセプション後は 55.56%, さらに A-pass の場合は 42.86%であれば、これはチームとしてのブロックの課題を示していると考えられる。その一方で、ラリー中の X 選手に対する「2 人ブロック」の確率が 85.71%と高かったことは、ラリー中の場合はチャンスボールの状況を除くと相手の攻撃が限定されやすいことがその理由と考えられた。これらのことから考えると、ゲームにおいては相手のミドルブロッカーのレセプション後のスパイクに対してどのようにブロックで対応するかが重要であると言えよう。これは「レセプションからの攻撃に対するブロックが重要である」という報告(箕輪・吉田, 1990; 箕輪, 2002)によっても支持されるものであった。

次に、スパイクの結果については、X 選手のレセプション後のスパイク決定率は 55.56%であり、その中で A-pass の場合はさらに高く 57.14%, ラリー中については 14.29%という結果であった。また、X 選手を除く他の選手のスパイク決定率もレセプション後については 50%であり、状況別にみるとレセプション後は X 選手、ラリー中は他の選手のスパイク決定率が高い結果であった。

河部(2005)は、第 11 回 V リーグ女子のレギュラーシーズンにおける上位 4 チーム同士の対戦のレセプション後のスパイク決定率は 32%であったと報告している。この報告と比較すると、前述したミドルブロッカーである X 選手の攻撃が最も機能するレセプション後のスパイク決定率の 55.56%や、A-pass の場合の 57.14%, さらに他の選手の 50%というスパイク決定率は高い数値である。このことから、確かに A チームが目標と設定した「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」は、TOTAL の数値では 37.5%(表 3)と達成されていたが、状況別に考えるとレセプション後の X 選手のスパイクの対応にチームの課題があることが明らかになった。また、これらの結果から、ゲームにおいてミドルブロッカーのスパイクに対する目標設定は、レセプション後と A-pass 時について行うことの必要性が認められた。米沢(2004)、箕輪ほか(2016)は、レセプション後のスパイクに対する切り返しであるファーストランジションがゲームで勝利するために重要であることを指摘している。このことから考えると、X 選手の結果だけではなく、レセプション後の B チームのスパイクに対する A チームの対応に課題があることは明らかであった。

3 X 選手のワンレグ攻撃の結果とそれに対する切り返しについて

表 6 は、X 選手のワンレグ攻撃に対する A チームのブロックの結果を、表 7 は、X 選手のワンレグ攻撃の結果を示したものである。

まず、ブロックの結果については、X 選手のワンレグ攻撃に対する A チームの「2 人ブロック」の確率は 44.44%であり、その中でレセプション後の場合は 33.33%, A-pass の場合は 20%であった。

箕輪(1995)は大学生女子を対象として研究を行った結果、レセプション後のワンレグ攻撃に対する「2人ブロック」の確率は 15.06%であったと報告している。本研究の 44.44%という結果はこれと比較して高い数値であった。ただ、前述のように、相手のアタッカーが 2 人の場合に「X 選手に対しては 2 人でブロックに跳ぶ」のであれば、その「2人ブロック」の結果は 100%か、それに近い数値が求められよう。従って、X 選手のワンレグ攻撃に対する A チームのブロックの結果は「2人ブロックでの対応ができな

かった」ことを示していると言える。そして、これは X 選手のワンレグ攻撃はスピードが速い上に種類が多いため、それに対する「2人ブロック」による対応の難しさを示した結果と考えられる。

表 6 X 選手のワンレグ攻撃に対するブロックの結果

		2	1.5	1	0.5	0	TOTAL
レセプション	n	2	1	2	0	1	6
	%	33.33	16.67	33.33	0.00	16.67	100
A-pass	n	1	1	2	0	1	5
	%	20.00	20.00	40.00	0.00	20.00	100
ラリー中	n	2	0	1	0	0	3
	%	66.67	0.00	33.33	0.00	0.00	100
TOTAL	n	4	1	3	0	1	9
	%	44.44	11.11	33.33	0.00	11.11	100

表 7 X 選手のワンレグ攻撃のスパイクの結果

	打数	決定数	決定率
レセプション	6	2	33.33
A-pass	5	2	40.00
ラリー中	3	0	0.00
TOTAL	9	2	22.22

次に、X 選手のワンレグ攻撃の結果については、TOTAL のスパイク決定率は 22.22%、レセプション後の場合は 33.33%、その中で A-pass の場合は 40%であった。

この結果、A チームが特に対応を重視していたワンレグ攻撃のみを取り上げた場合も「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」という目標は達成されていた。これについては、前述の研究(箕輪, 1995)におけるレセプションからのワンレグ攻撃の決定率は 48.2%であり、それと比較しても決定率は低い結果であった。

しかし、X 選手に対しては「2人でブロックに跳ぶ」としながらのワンレグ攻撃に対するブロックの結果(表 6)と X 選手を除く他の選手のスパイク決定率が高かった(表 2)ことから、チームとしては「ワンレグ攻撃」に対しては「1人ブロックとディフェンスで対応すること」として、他の選手の攻撃への対応を重視する戦術についても検討する必要があると考えられた。これについては、「ワンレグ攻撃」のスピードや種類の多さにもよるが、それに対して「2人でブロックに跳ぶ」としても、結果として「1人ブロック」になってしまうことが多いのであれば、本研究の結果のように打数が多かった他の選手のスパイク(表 2)への対応を優先する戦術の検討は重要であると思われる。

次に、「X 選手のワンレグ攻撃に対してはセンターから切り返す」という目標については、まず、A チームのブロッカーの位置取りに関しては図 2 に示した通りの対応ができていた。その中で、X 選手のワンレグ攻撃後のラリーで A チームが切り返すことが可能な場面は 4 度あったが、それはすべてレフトからのスパイクによる切り返しであった。これは、A チームの選手が目標としたプレーを遂行することができなかった結果を示すものである。今回は、特に X 選手の「ワンレグ攻撃」を重視して、そのスパイク決定率を 50%未満に抑えることを目標とし、その切り返しについては 6 人対 6 人の形式による練習のみであった。本研究の結果から、チームとして「ワンレグ攻撃に対してはセンターからの切り返す」という

目標達成のためにはその練習だけでは不十分であり、ブロックとディフェンスの場面からの切り返しを想定した練習を行うべきであったことが確認された。さらに、このことはブロックとディフェンス後に起こりうる様々な状況の中での切り返しについては、より時間をかけて練習する必要があることを示唆していると考えられた。

4 ゲームにおける失敗事例と課題の明確化について

ここでは、対策練習を行ったトップレベルのチームであっても、ゲームにおいては実際にこのようなことが起こりうるという失敗事例を示し、それについて検討を行う。その際、ブロックについては「相手のトスを見てからジャンプするのが<リードブロック>、相手のトスを読んでアタッカーと同時にしくはそれより早いタイミングでジャンプするのが<コミットブロック>」(高梨, 2008)を前提として考察を行うものとする。

図4は、第1セット3対3で同点のR3で、X選手のSCに対して2人のブロッカーがコミットブロックしてしまい、Bチームのライトサイドのアタッカーがノーブロックになった場面である。



図4 第1セット Aチーム(3-3)Bチーム ローテーション3の場面

この場面は、Bチームのフォワードのアタッカーが3人であるためミドルブロッカーがX選手にコミットブロックすることはあるとしても、レフトサイドのブロッカーはX選手に対してはリードブロックとし、そこから相手のライトサイドのアタッカーへ対応して、少なくともノーブロックにはならないようにすべきであった。これについては、ゲーム開始直後で、選手にも「X選手の攻撃をブロックで防ぐ」という意識が強くあり、仕方のないプレーであったかもしれない。しかし、第3セット後半のR3でも図4と同様な場面があり、それについては、前述のようにR3ではX選手にはトスがまったく上がっていないことを選手が理解していれば、ゲームの後半になってX選手のSCに対して2人のブロッカーがともにコミットブロックすることはあってはならず、これは解決すべきチームの課題を示していると考えられた。

図5は、第2セットAチームが6対5でリードしているR5で、X選手のSCの位置で2人のブロッカーがコミットブロックしてしまい、SDがノーブロックになった場面である。また、図6は、第4セットAチー

ムが 16 対 12 でリードしている R4 で、X 選手の SD に対して、A チームのミドルブロッカーが SC の位置でコミットブロックしてしまい、ブロックが 1 人になってしまった場面である。



図 5 第 2 セット A チーム(6-5)B チーム ローテーション 5 の場面



図 6 第 4 セット A チーム(16-12)B チーム ローテーション 4 の場面

A チームは今回の目標に対して「X 選手に対しては 2 人でブロックに跳ぶ」としていたが、その際にコミットブロックで対応するのかリードブロックで対応するのかは選手の判断に任せていた。これについては図 4 の事例にも同様なことが言えるが、これらはそういった選手自身の判断によるプレーの結果を示していると考えられる。もちろん、選手の育成を考えればその判断に任せることも必要な場合もある。しかし、チームがプレミアリーグの開幕戦を意識した上で X 選手のワンレグ攻撃への対応を特に重視していたのであれば「X 選手に対しては 2 人でブロックに跳ぶ」だけでなく「SC に対してはリードブロックで

対応する」といったことまで指示を徹底すべきであったと思われる。そして、その結果をその後のコーチングに活用する方がチームにとっての課題も明確になり、プレミアリーグに向けても得られることも多かったのではないかと感じられた。

図7は、第4セットAチームが17対13でリードしているR5で、X選手に対して2人のブロッカーがマークをしていたため、レフトサイドからのスパイクに対して、チームの中では低身長のセッターの「1人ブロック」になった場面である。



図7 第4セット Aチーム(17-13)Bチーム ローテーション5の場面

これについては、目標に対して選手が忠実にプレーを行った結果と考えられる。ただし、この場面は「1人ブロック」の状況なので、本来であればミドルブロッカーが遅れてでもフェイントレシーブに入り、バックライトの選手は下がって強打レシーブに備えたところからフェイントボールに対応すべきであろう。また、得点はリードしている場面とはいえセットカウント1-2での第4セットの終盤であれば、低身長のセッターが1人でブロックするという選択が正しかったかどうかはチームとして明確にするべきであろう。さらに、このことは前述のように「ミドルブロッカーのスパイクに対して2人でブロックに跳ぶ」といった戦術を用いる場合には、他のアタッカーが「1人ブロック」になる確率が高いので、それに関連したディフェンスの対応が必要とされることを具体的に示している。この事例は、チームが「X選手のスパイクへの対応」に目標を絞っていたことによる結果とも言えるが、人間がプレーをする以上、どのような準備をしていたとしてもこういった「ミス」と考えられる場面を作り出してしまう可能性があることも否定できないだろう。ただ、こういったことは、目標を設定してゲームに臨んだ結果を検証していく中で明確になっていくものでもあり、ゲームの内容を検討し、それをその後のコーチングに活用する取り組みが重要であると考えられる。

5 総合的考察

ここまで、A チームがサマーリーグにおける B チームとの対戦の目標を「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」に設定して臨んだゲームの結果とその内容について検討、考察を行ってきた。ここでは、「ゲーム内容を検討した結果をその後のコーチングにどう活用するか」について考察を行う。

まず、このゲームにおいて A チームが設定した数値の目標を達成したことは、選手の育成を考えれば当然それを評価すべきであろう。そして、A チームがこのサマーリーグをプレミアリーグのプレシーズンマッチと位置づけていたことから、その目的が「選手が経験を積むこと」とだけ考えていたのであれば、その結果から判断して「目標を達成した」として終えることはできよう。しかし、その内容について検討した結果、数値の目標は達成していたがゲームの敗戦を含めて考えれば、チームの課題が明確になったことも事実である。渡辺 (2014, p.198) は「試合が終わったら、もちろん振り返って反省し、次の課題設定も行わなければいけません」とし、岩出・森 (2015) は「失敗も成功も、そこで得た結果を活用しなければ、それで終わり。必ず次につなげるためにも、振り返りはすぐ行うこと。しかも何回も行うことが重要で」と指摘している。これらのことから考えると、目標を設定して取り組んだゲームの結果の評価ではなく、ゲーム内容を検討することによって明らかになった課題を次なるチームの目標設定の材料とし、その解決策を探ることによって、その後のコーチング活用することこそが重要であると言えよう。そして、本研究のように目標を設定したゲーム内容を検討した結果として「目標達成のためには指示をどこまで徹底すべきであったか」といった指導者自身の課題が明らかになる場合もあり、そういったこともその後のコーチングにおける重要な価値があると考えられた。さらに、チームとしての課題を明確にするためには多くの目標を設定するのではなく、今回のように焦点を絞って目標を設定することが有効な方法の一つであることも感じられた。

また、ゲーム内容の検討を行っていく中で、選手がチームの指示に従ってプレーするだけでなく「ゲームにおける相手への対応力」が重要であることが感じられた。例えば、具体的なデータは示していないが、B チームの R3 のレセプション後の攻撃においては X 選手には一度もトスが上がっていないことは前述した通りである。これについて B チームに戦術的意図があったかどうかを確認することはできないが、重要なゲームであればそういった情報はアナリストからベンチスタッフに伝えられ、ブロックのマークの変更も指示されるであろう。しかし、そういったことをスタッフからの指示ではなく、選手自身がそれまでのゲーム内容から判断して「X 選手に対するブロックのマークを 1 人に変更する」、「X 選手に対してはリードブロックとして、そこから逆サイドの選手へもブロックに行く」といった対応ができることがチームの勝利のために求められることも事実であろう。小川 (2012, p.46) は、ゲームにおける選手の対応力の必要性について「そのためには、選手たちがその場で考えてプレーできる能力も求められます」と述べ、国吉 (2006) は「大事なことは、選手が瞬間的にやらなければならないことを判断して実行すること」と指摘している。これらのことから、設定された目標に対して練習の中で具体的な対策を選択肢として身につけてゲームに臨むことは重要であるが、それをゲームの中でどう判断して実行するかが勝利のために選手に求められる能力であると考えられた。もちろん、チームとして設定した目標に対して最善を尽くすことは重要であるが、その中で柔軟な対応力も必要であり、そういった選手の育成が指導者には求められることが本研究を通して感じられた。

そして、ゲームの中で選手に対応力を求めるのであれば、やはり練習における準備が重要であろう。例えば、A チームが目標とするプレミアリーグであれば、まず「X 選手のワンレグ攻撃を行わせないためにサーブでどこを狙うか」といった準備をするのは当然のことである。また、ゲームの目的は相手の得点を防ぐことではなく得点を取り勝利することにあるので、相手の中心選手の攻撃を防ぐだけでなく、それをいかにして防いで得点を取るかといった準備をすべきである。こういった目的を明確にして練習、練習ゲームを行い、その結果として明らかになったチームの課題を解決し、目標とするゲームに臨むことが勝利のためには必要と考えられる。

ただ、チームとして目標とするゲームに際しても「分析頼みになる落とし穴もある。データにとらわれるあまり、思い切ったプレーができなくなるようでは本末転倒だ」(田尻, 2010, p.256)ということは忘れないようにしたい。そして、「データは試合前に＜準備＞しておくものである。そしてデータだけではゲームは戦えない。データ(情報)は、あくまでも参考資料である」(野村, 2008)と言われており、データは重要であるがそれがすべてではない。また、データに頼りすぎることによって選手が失敗した原因や言い訳にデータを理由にしてしまう場合もあるが、それは許されるものではない。データはあくまでも過去の情報であり、相手チームも当然のことながらデータをもとにした対策や作戦・戦術を考えてゲームに臨んでくるのである。野村(2008)は「生きた情報は、動いている試合の中にたくさん含まれている。それをいかに速く、正確に掴み取り活かすかで勝敗が決まる」と指摘している。指導者は、そういったことを前提としてコーチングを行うべきであり、選手に対して、練習における準備とゲーム中の対応力が勝利のためには重要であることを理解させておく必要がある。

また、ゲームの内容を検討した結果、A チームは目標に対して「成功した」とは言い切れなかったかもしれない。しかし、ゲーム内容を検討し、その後のコーチングに活用する取り組みができるのであれば、それは最終的なチームの「成功」につながると考えられる。そして、それができるチームこそ、最終的な勝者になる資格があることが本研究を通して感じられた。

最後になるが、本研究は一人のコーチによる研究であり、実際にプレーした選手の感覚や内省についての聞きとりなどは行っていない。これについては小川(2012, p.204)が「試合後の振り返りと判断は、本来選手たち自身がすることが大切です。自分たちで話し合って今後につなげることで、本当の成長につながっていきます」と指摘しているように、今回のような取り組みをチームの成長につなげるには、選手自身による振り返りと反省が重要と考えられる。また、「分析をし、準備をして成功体験を積み重ねること、勝ち進むことで初めて見える世界がある」(田尻, 2010, p.255)と言われているが、やはり目標を設定してゲームに臨み、その成功とともにゲームに勝利することが選手の自信につながり、その効果を高める可能性があるのは事実であろう。これについては野村(2016)も「何かの目的のために対策を立て、きっちりと準備をして試合に臨み、勝利を得られれば、そこに一つの成功のための方法論が蓄積される」と指摘している。指導者は、目標を設定した上で準備を行ってゲームに臨んだ場合、その結果として勝利を得ることが重要なことを忘れてはならないだろう。

IV まとめ

本研究は、A チームが 2014 年度の V・サマーリーグ決勝大会において「X 選手のスパイク決定率を 50%未満に抑えること」という目標を設定して臨んだ B チームとのゲームを対象として、その内容について検討、考察を行った。

主な結果は以下の通りである

- 1) A チームは X 選手のスパイク決定率を 37.5%に抑え、設定した目標は達成していたが、ゲームの敗戦とともにその内容を検討した結果、チームの課題が明らかになった。
- 2) 目標を設定して臨んだゲームについて重要なことは、結果を評価することだけではなく、そのゲーム内容を検討することによってその後のコーチングに活用することである。
- 3) 相手の「ワンレグ攻撃」のスピードや種類の多さにもよるが、チームとしては「ワンレグ攻撃に対しては1人のブロックとディフェンスによる対応として、他の選手の攻撃への対応を重視する戦術」についても検討する必要があると考えられた。
- 4) 目標を設定したゲーム内容の検討することによって指導者自身の課題が明確になる場合があり、それはその後のコーチングにおける重要な価値があると考えられた。
- 5) 勝つためにはゲームにおける選手の対応力が必要であり、その能力を発揮するためには練習における準備が重要であると考えられた。

本研究で対象としたのは一つのゲームのみであり、設定された目標も焦点を絞ったものであったが、得られた結果は今後のバレーボール指導の資料となるものであった。

引用・参考文献

- ・ A・セリンジャー, J・アッカーマンブルント, 都沢凡夫〔訳〕(1993): パワーバレーボール, ベースボールマガジン社, p.133.
- ・ 平井伯昌 (2008): 見抜く力 夢を叶えるコーチング, 幻冬舎, p.149.
- ・ 岩出雅之, 森吉弘 (2015): 負けない作法, 集英社, p.33.
- ・ 河部誠一 (2005): サイドアウトとブレイク, Coaching & Playing Volleyball 40, 2-5.
- ・ 国吉好弘 (2006): 学ぶ人 オシムに学ぶ, ベースボールマガジン社, p.117.
- ・ 眞鍋政義 (2012): 女性マネジメント 最大限に女性の能力を引き出す技術, 扶桑社, p.105.
- ・ 松井泰二, 内田和寿, 黒川貞生, 鈴木陽一, 佐藤重芳, 矢島忠明 (2008): バレーボールにおけるブロック局面の off the ball movement の評価に関する研究 ～大学トップチームを対象として～, バレーボール研究, 10-1, 1-13.
- ・ 箕輪憲吾, 吉田敏明 (1990): バレーボールにおけるラリーポイント制のゲームの勝敗に関する研究, スポーツ方法学研究, 3-1, 55-62.
- ・ 箕輪憲吾 (1995): バレーボールにおけるスライドスパイクに関する基礎的研究, 長崎県立女子短期大学 研究紀要, 43, 63-71.
- ・ 箕輪憲吾 (2002): 25 点ラリーポイント制のバレーボールゲームに関する研究 ―ゲームにおける得点内容について―, 県立長崎シーボルト大学国際情報学部紀要, 3, 129-136.

- ・ 箕輪憲吾, 今丸好一郎, 松本勇治 (2016): バレーボールのファーストランジションにおけるパフォーマンスとゲームの勝敗に関する研究 ―大学女子チームを対象として―, バレーボール研究, 18-1, 19-26.
- ・ 野村克也 (2008): 野村の「眼」, KK ベストセラーズ, p.184.
- ・ 野村克也 (2009): 弱者の兵法 野村流必勝の人材育成論・組織論, アспект, p.32.
- ・ 野村克也 (2016): 言葉一つで, 人は変わる, 詩想社, p.106.
- ・ 小川良樹 (2012): バレーボール 監督・コーチ入門, 池田書店, p.46, 204.
- ・ 田尻賢誉 (2010): 高校野球 弱者の戦法 強豪校に勝つために, 日刊スポーツ出版社, p.255, 256.
- ・ 高梨泰彦 (2008): バレーボール 試合に強くなる戦術セミナー, 実業之日本社, p.144.
- ・ 渡辺英児 (2014): バレーボール メンタル強化メソッド, (株)実業之日本社, p.103, 198.
- ・ 渡辺啓太 (2012): なぜ全日本の女子バレーは世界と戦えるのか, 東邦出版(株), p.38.
- ・ 渡辺啓太 (2013): 伸びる人のデータの読み方, 強い組織のデータの使い方, 日本文芸社, p.123.
- ・ 米山一朋 (2010): バレーボール練習メニュー200, 池田書店, p.158.
- ・ 米沢利広 (2004) バレーボールゲームの First Transition に関する研究 ―First Transition に影響を及ぼすパフォーマンスについて―, 福岡大学スポーツ科学研究, 35-1, 1-9.