

球技スポーツにおけるシーズンを通したチーム作りにおける事例研究

— 大学男子のチームを指揮した指導者を対象に —

A Case Study on Season-long Team Building in Ball Sports

— For leaders who have directed a college men's team —

体育学部体育学科

仙波 慎平

SEMBA, Shinpei

Department of Physical Education

Faculty of Physical Education

要旨：本研究は、大学男子のチームを指揮する監督を対象にシーズンを通したチーム作りに関するコーチング活動の中で、それらに関する語りを質的に分析し、コーチング活動の実践知について明らかにすることを目的とした。その結果1) シーズンにおけるチームの初期段階においては自チームの習熟度を高めること2) ゲーム観の共有のためのコーチング行動の一つに褒めることが有効であること3) シーズン終盤にかけては、リーダーシップを発揮する選手が出てくることにより、チーム内でのコミュニケーションが積極的に行われること明らかになった。

キーワード：コーチング, ゲーム観, コミュニケーション

I. はじめに

膨大な経験を積んでいる指導者は、状況と行動とを結びつけるのに分析的な原則に頼らず、一つひとつの状況を直感的に把握している(藤原, 2015)。そのため、指導者が有する実践知は、通常、自覚されることなく、長い指導経験の中で暗黙的に形成され、他者が理解できるように明示されることもない。しかし、それを暗黙知のレベルにとどまらせるのではなく、次世代の指導者が活用できるように整理し、記述できれば、指導者の学びの教科書となると考えられる。

近年、自然科学的な手法などの方法論に限定されない形で、コーチング活動そのものを対象にした研究が行われるようになってきている。指導者の思考・決断過程といった実践知のような量的な指標が存在しないものを対象とした研究に、質的研究がある(無藤ほか, 2004)。質的研究の利点は、調査された人々の考えや体験、またその行動の背後にある理論を全体的に「理解」し、データに根ざしたかたちで新しい概念や理論を「発見」できるという点であり、質的分析で生成された概念や理論は現場などの「現実」に密着している」という特徴を持つ(小田, 1999)。質的研究は

さまざまな学問・分野で行われており、特に医学、看護学、教育学においては、実践に従事する医師、看護師、教師の語りや対話を手がかりに、実践的能力の改善に有用な知見がもたされている(斎藤・岸本, 2003; ベナー, 2004)。体育・スポーツ科学の領域においても、有効な研究方法として、採用されるようになった(會田, 2008; 青山ほか, 2009)。

そこで本研究では、大学男子のチームを指揮する監督を対象にシーズンを通したチーム作りに関するコーチング活動の中で、それらに関する語りを質的に分析し、コーチング活動の実践知について明らかにし、コーチング活動の実践現場に貢献できる知見を導くことを目的とした。

II. 方法

1. 対象者

対象者は、2021年度においてK大学男子ハンドボール部を指揮した監督A氏である。K大学はP地区学生ハンドボール連盟に所属しており、6期連続優勝しているチームである。対象者としている監督は選手として、全日本学生選手権大会(以下、インカレ)で優勝

しており、大学卒業後は日本リーグに所属するトップチームに所属し、日本代表の経験を持つ。また、日本スポーツ協会公認コーチ資格4を有し、調査期間までの指導経験は10年であった。これらのことは本研究では、経験豊かな指導者であり、活動の実践知について検討できる可能性を示している。なお対象者には、本研究の趣旨を事前に文書および口頭で十分に説明し、調査の協力を得た。インタビューに先立ち、いずれの質問に対しても回答を拒否できることを伝え、調査内容の音声記録に関して了解を得た。調査の趣旨説明からインタビュー調査実施までの間に、ラポール（桜井・小林, 2005）の形成に努めた。

2. 調査期間

調査期間は、2021年度のシーズンが始まった4月～11月までの8ヶ月間である。その中で行われた公式戦を調査対象期間とした（表1）。しかしながら、新型コロナウイルスの影響により当初予定されていた公式戦が延期、対戦形式に変更（表2）があったが、研究の目的を達成するためには影響がないと判断し、調査期間を変えずに研究を進めた。

表1. 従来のシーズン大会予定

日程	大会名	形式
5月上旬	地方春季大会	リーグ戦
7月中旬	西日本大会	リーグ戦
9月上旬	地方秋季大会	リーグ戦
11月中旬	全日本インカレ	トーナメント

表2. 2021年度の大会

日程	大会名	形式
7月上旬	地方春季大会	隔週・トーナメント
8月中旬	西日本大会	トーナメント
10月上旬	地方秋季大会	隔週・トーナメント
11月上旬	全日本インカレ	トーナメント

3. インタビュー調査内容および方法

インタビュー方法は、半構造化面接を用いた。インタビューの聞き手は、研究者自身が務めた。この聞き手は、ハンドボール指導者としての経験を持っており、対話的に語りを構築できる十分な経験を有する。インタビューの場所は、語り手と聞き手が1対1で対話できる、聞き手の勤務先の研修室であった。インタビューの場では、聞き手は語り手に敬意と好奇心

を持って臨むこと、語り手に対して先入観を持たずに共感する態度を持ち合わせることを心がけた。すべての発言はICレコーダーを用いて録音した。調査日は、各公式戦後の1週間以内に行った。

4. テクストの作成

得られた語りの内容を研究者と協力者2名で精読し、コーチングに関する記述がされた部分を抜き出し、テキストとして再構成した。協力者はいずれも日本スポーツ協会の公認コーチ資格を有し、ハンドボール指導歴が5年以上ある指導者である。その際、実践現場のリアリティが損なわれないように注意した。語りの内容がテキストとして再構成された時に、意味内容が恣意的に変換されていないことを語り手に、必要であれば修正、加筆を確認しながら進めた。

5. テクストの分析および解釈

テキストの分析および解釈は、研究者と語り手の2名で進めた。いずれもハンドボールの専門とし、競技場面において選手および指導者としての活動経験を持つものだった。このことは、個別事例の具体的様相の解読、他の現場に通じる普遍の構図の描出（浜田, 2010）。すなわちチームや選手が違って共通すると思われることの提示が、妥当性と信頼性を持って行われたことを保障するものであると考えられる。

Ⅲ. 結果

文中の（ ）は文言の補足を、[]は文言の説明をそれぞれ示している。

1. 春季大会

春大会でのチームの状態は（自チームも含めて）どこのチームも仕上がっていません。過去に、この（春大会）段階でチームを完成させた経験もありますが、その後が伸び悩みました。そこから上がっていきイメージが湧きません。それを避けるためにも、春大会では、誰がメンバーに選ばれるか分からない緊張感のある状態で練習を行い、メンバーを選びます。また、いつも全体練習の後に10分間の自主練習の時間を取りますが、個人がどういった課題に取り組んでいるのか、誰と合わせているのかを重視しながら見ています。そこで、練習したプレーは試合で活かされてきます。遊び感覚の中で行うプレーが意外に重要であり、そのプレーの質を高めていきたいと考えています。そ

れは指導者が指示するのではなく、味方同士で目が合って、次はこれやるぞとか、何気ないパス回しの中で、味方のブロックがどこに来るとかが分かるようになる。そういったプレーが緊迫した試合の中で、得点を挙げて勝利を手にすると思います。

今回の大会では、1週目は普段なかなか試合に出られないメンバーを選びました。練習の中で一生懸命頑張っている選手を選びました。やはりユニフォームを着て、コートに出すと、嬉しそうな顔をしますね。そして、またユニフォームを着たいと頑張ってくれています。また、普段の練習で見えていない部分も、公式戦で見ることが出来ました。ある選手が（相手の）速攻を一人で止めまたシーンがありました。普段そういったイメージは無かったのですが、一生懸命バックチェックして、そういった部分も見られたのは良かったと思います。すかさず「バックチェックよく頑張ったな」と褒めてあげると、次の日の練習も頑張っていましたね。そういった成功経験は大事だと思うし、その積み重ねだよ。2週目に関しては3年生を中心とした来年の主力になるであろうというメンバーを選びました。ライバル校も、来年も同じメンバーになるので、そこになるべく点差をつけて勝つ、うちとやるのは嫌だなと思わせることが大切だと考えていました。ただ（スタートで出場している）ゴールキーパーがいないため、その不安はありました。ディフェンスに関してもB選手 [192cmの大型の選手] 要の選手がいないことは不安でした。流れが悪くなった時、特に（オフェンスで）ミスをした後に、ディフェンスでも失点して、焦ってまたミスをする。そこに対してリーダーシップを取れる選手がいないことが今回の課題になります。自分達の試合展開をするために、人間的な部分も成長していかなければなりません。

西日本大会はインカレの出場権を獲得するために、とても重要な試合だと考えています。そのために、4年生が練習に戻ってきて良い緊張感が生まれると思います。4年生は3年生に負けなようにと思うし、3年生も4年生を含めたメンバー構成はどうなるのかと思っていと思います。その中で、1・2年生も（公式戦を経験して）伸びてきて、アピールしてくれている。そういった（選手同士で）競争が生まれている状態であり、良い状態だと思います。指導者の立場からすると、みんな平等に見ているという姿を見せることが大事だと思います。全員が（メンバーになれるかもしれないという）モチベーションを落とさず、練習をしていくのが大切だと思います。

2. 西日本大会

西日本大会に向けて、順調に段階を踏んで、チームが仕上がっているという感覚がありました。なかでも、ディフェンスでコミュニケーションをとるようになり、相手のミス誘発させて、速攻につなげて、スピードの中でオフ・ザ・ボールの動きで（ディフェンスの視野外から）中に入ってきたり（即興的に）スカイプレーが出てきたのはすごいと感じました。練習中も練習後もそのプレーを褒めると（他の選手も）「俺らもやってみようぜ」っていうのが見られて、チーム雰囲気も良い感じに仕上がっていました。ただ、大会前に練習が出来なくなり、コンディションを整えるのが難しかったです。怪我をさせないという部分が一番ですが、練習が出来なくなって、戦う準備が出来ていませんでした。肉体的にも精神的にも。それは私自身も、選手達も心のどこかで感じていたと思います。

実際の試合では、試合が始まると、ノーマークシュートを多く外しました。その時に（いつもの）うちのチームじゃないと感じました。色々手を打っていましたが、やることなすこと、裏目に出てしまし、何気ないパス回しでも、キックボールになるとか、あり得ないミスが出現していました。そういった状況の時に、やはりリーダーがいないことがチームとしての課題だと思います。流れが悪い時に引張れる力を持った選手がいないこと。自分達で立ち直ってくれるという部分にも期待していましたが、声も上げましたが（自分達の流れが来るのが）後半のラスト10分～15分だったので遅かったです。

秋大会に向けては、まずは自信を無くしていないかが心配です。選手一人ひとり、スタッフも含めて、表情や雰囲気を注意深く観察していこうと思います。エースプレーヤーが（国体予選のため）帰省したり、4年生が就職活動や教育実習で抜けたりし、人数が（全員）揃わないが（試合に出ている）メンバーがいないことをピンチではなくチャンスに変えて、色々試していきたいです。

3. 秋大会

秋大会では、ハンドボールの競技力以外の部分の強さを感じました。西日本大会で、自分達の力を発揮できず、自信を無くしていないかと心配していましたが、4年生が責任を持って行動してくれ、チーム・選手のモチベーションとコンディションを上げて、大会に臨むことが出来ました。（指導者の方から）こちらから、違う方向で刺激を入れなければならないかと

思っていました。キャプテン・副キャプテン、そしてD選手〔4年生のレギュラー〕を中心に、チームが上がっていくのを感じました。

例えば、こっちが（戦術やプレーの内容を）指示しようと思った時に、選手間で改善しようとして、話したことをプレーで表現しようとしているのが見えました。これは明らかに今までと違って、実際の試合でも立ち上がりから勢いに乗ってプレーすることが出来ました。また、メンバーが交代する時も、コート内の選手と同じ温度感で入れるように、選手同士でコミュニケーションを取って、強くなってきていると感じました。その中でも、来年以降の（チーム）ことを考えて、下級生も試合に出ることが出来たのは一つの収穫です。上手くいった部分、いかなかった部分はありましたが、それを経験できたことが大きな収穫です。

今回の大会は出来栄としては、満足のいく結果になりましたが、（西日本大会以降）チームで取り組んできた、ノーマークシュートを外してしまう所がまだ改善されていません。点差を離すべき所で外して、自分達で苦しめてしまう。インカレでこれが出ると、一気に流れが相手に行ってしまう、10点差ぐらいならひっくり返る可能性があります。その部分に意識付けは、スタッフを含めて、チームに言い続けていかなければならないと感じています。

今後の課題としてインカレまでは、遠征に行けていないのは初めての経験であり（トップレベルとの試合が）体感できていない部分がありますが、部員数が多いということは、様々なタイプの選手と練習ができるということでもあります。このメリットを活かしながら、戦術的な思考力を育てていくことです。相手に対してこのプレーが（効果的に）効いていると感じたら、そこを徹底的に狙っていく。効いているプレーを継続していくことで、相手も嫌がって、次のプレーに展開していくことが必要だと思います。ただ、こちらが指導しすぎると、せっかく育った選手が自ら考えて行うプレーが無くなってしまいます。正解を言いすぎるのではなく、道標を作ってあげて、それぞれの長所を活かして、この状況ではどうする？とか、確率の高い攻撃は？と聞いていきたいと考えています。

4. 全日本インカレ

全日本インカレまでは、とても良い雰囲気練習が出来ていました。特に、コミュニケーションの部分が大きく変わっていききました。普段の練習から、「コ

ミュニケーションを取りなさい」と指導しています。そのコミュニケーションも（チーム始動の）よく話すのですが、幼稚なものでした。（実際の）試合の中では、短く簡潔に伝えなければなりません。人に伝えるのも必要な力だと思います。それが、インカレが近くにつれて、特にディフェンスでコミュニケーションを取るようになって、締まっていきました。対戦相手の試合をミーティングや分析したことによって、イメージがついたのも大きかったです。それによって、こちらが指示す前に選手達、自らが動いてくれて（インカレにむけて出発する）10日前ぐらいに、いける（勝てる）なって思いました。私も不思議な感覚でした。また、インカレの前日は実業団の施設を使用させてもらいました。そこでの練習が、今までに見た中で最高の練習でした。選手の雰囲気、テンション、攻防のクオリティが高く、最高の盛り上がりで大会に入ることが出来ました。

1回戦では、対戦相手に対して前半は名前負けしていました。3点差離れた所で、チームタイムアウトを申請しましたが、このまま終わるのかなという雰囲気が（チームに）流れていた。「ここからだよ。俺たちは後半強いから大丈夫だよ」とポジティブな声かけをしていきました。そこで食らいついて（相手も）なかなかしぶといと感じていたと思います。その結果、後半にボンって逆転することが出来ました。相手チームの方が、個々の競技力は上だと感じますが、チームで一つのことをやり切る力、団結力で勝ったと思います。相手が格上のチームに対しても、点差が離れても諦めないのは、強さを感じるし、見ている人も感動すると思います。実際に試合後に感動したと言ってくれる人もいて、勝利したのも嬉しいですが、そういった感動を与えられるチームになったのが一番の収穫ですね。

全体の評価としては、二重丸だと思います。今年はハンドボールの競技力だけでなく、学内の評価も良く、指導をしていて余計なストレスを感じませんでした。特に4年生が何事にも真面目に取り組んでくれて、そういった人間性の部分が試合に影響することを3年生以下も感じてほしいと思います。キャプテンはチームのリーダーとして、時には厳しく言わなくてはいけない場面もあり、その時に副キャプテンがフォローしたり、下級生にも気を使いながら、全体を見て活性化させてくれました。そのような、リーダーがいる中で、チーム内でのコミュニケーションが取れ、問題点を自分達で改善する能力がついたのが良かったと

思います。そういった時は、選手も楽しそうだし、指導する私も見ていて嬉しい気持ちになりました。

IV. 考察

1. シーズン序盤のコーチング

チームの初期段階では「(自チームも含めて) どのチームも仕上がっていない。過去に…」と述べているように、自身の選手および指導者の経験からチームの習熟度のある程度に抑えていることが考えられる。そのため、競技力は劣るが一生懸命頑張っている選手や誰がメンバーに選ばれるか分からない緊張感を作り出し、選手同士の競争を図り、個々の選手の競技力向上を狙っていることが考えられる。安保(2019)は選手交代を行う時の観点には5点あり、その中の育成的・教育的観点から試合を経験させることを目的としていつことが考えられる。つまり、この段階においては、球技の競技力を構成する相手に対する戦術の有効性を選択するのではなく、自チームの戦術の習熟度を高める(會田, 1999)ことを意図して、選択して選んでいることが示された。また選手の技術力に関しては「いつも全体練習の後に10分間の自主練習の時間を…」と述べているように、遊びの中で習得した技術に対して、肯定的な意見を述べており、その技術力の質を高めることが必要だと述べられている。これは動きの自動化によって選手は負担が軽減され、来るべき困難を先取りするのに自由な状態になること(マイネル, 1983)を目指す、初期段階であり、シーズン当初のこの時期に行う必要性を感じていることが考えられる。しかしながら「リーダーシップを取れる選手がいない」という課題が述べられている。この場合のリーダーシップは「流れが悪くなった時…」と述べられているように、いわゆる悪い流れを止めるまたは変えることが出来る行動であることが考えられるが、その改善策として、人間的な部分の強化を挙げている。そのために、チーム内における誰で競争を行い、優越動機(伊藤, 2019)を軸に選手およびチームのモチベーションを高めていることが考えられる。

2. シーズン中盤のコーチング

西日本大会における準備の段階において、練習が出来なくなり「戦う準備が出来ていなかった」と述べられている。また、試合中においても「やること、なすこと全部裏目に出た」と述べられているように、ゲーム構想(會田, 1999)が崩れ、戦術的な変更、指示を

行っても修正が効かなかったことが考えられる。また、春大会においても課題の一つであった「リーダーシップを取れる選手がいない」の部分や「悪い流れになった時に…」といった課題はこの時期においても改善されていないことが考えられる。坂井(2019)はゲームを構成する要素には「自分の領域」「他人の領域」「神の領域」という示唆に富んだ表現を示しており、競技目的の達成に影響を与える要素として構造的に把握しておくことが必要だが、監督は自分にコントロールできる要素に絞って意識をむけていくことで、試合に挑む際の不安を抑え自信を高め、結果的に勝利を手にする確率が高めることができると示している。つまり、西日本大会前では、監督および選手達は自分の領域以外の部分に注意を向けていた可能性が示唆された。しかし、倉石(2019)は敗戦したときにことチームの真価が問われる場面と捉え、敗戦を謙虚に受け止め、指導者および選手が自らの思考を常に勝利のための課題設定や解決策準備に向けていくことが重要であると示している。秋大会においては主力の選手が中心に積極的にコミュニケーションを取り「チームが上がっていくのを感じた」と述べられている。また、試合中においても「メンバーが交代する時も…」と述べられているように、選手間における試合中の解決策のイメージの共有(會田, 2017)が出来るようになったと考えられる。

3. シーズン終盤のコーチング

シーズン終盤では、競技力に関しては戦術思考力を高める練習を行い、個人またはチームとして有効なオフフェンスまたはディフェンスを選択できることを目指していたことが考えられる。また、最大の目標である全日本インカレにおいては、対戦相手の分析を行い、自チームと対戦相手の競技力を掛け合わせた結果(會田, 1999)「練習の雰囲気から10日前にいけると確信を持てた。」と述べられている。それは、自チームの戦い方が明確に確立していたためだと考えられる。またこれまで指導者が重視してきたコミュニケーションの方法も短く、簡潔的に行えるようになったことにより、選手のプレーの向上、特にディフェンスにおいては対戦相手を考慮しながら、攻防の質が向上したことが挙げられる。指導者が自ら指示をするのではなく、選手が監督の考えを実行し、表現することができたと述べられている。つまり大会が近づくとつれ、選手およびチームの状態を観察した結果、選手の知的構造の柔軟性は増し、選手は状況に応じたフレキシビ

ルな対応ができるようになった（藤本，2019）と考えられ、A氏は「不思議な感覚」と述べられているように、トーナメント戦に望むためのゲームプランが確立したと考えられる。

4. A氏のコーチング観

A氏はシーズン序盤において競技力の高い選手でメンバーを固めるのではなく「練習を一生懸命頑張っている選手」を行う選手を中心に選考し、全員がユニフォームを着て試合に出られるチャンスがあるという共通の目標を設定することによって、競技に対する動機づけを行っていることが考えられる。さらに、来年度以降のことも考え、下級生にも経験を積ませることで、チーム全体の競技力向上を考えていることが示唆された。またプレー内容に関しては、成功すれば「褒める」（バックチェックよく頑張ったな）（即興的なプレーを褒める）と述べており、A氏の求めるゲーム観を個人およびチームに共有していることが考えられる。またコーチング行動により「俺らもやってみようぜ」とチームとしての課題解決像が共有されていることが考えられる。またその中でもリーダーシップを重視しており、練習におけるコミュニケーションや試合中における流れが悪い時にリーダーシップを発揮する選手を育成することを考えている。そのために練習中の雰囲気大切にすること、選手同士のコミュニケーションを大切にしていることが考えられる。

V. 結論

本研究の目的は、大学男子のチームを指揮する監督を対象にシーズンを通じたチーム作りに関するコーチング活動の中で、コーチング活動の実践現場に貢献できる知見を導くことを目的とした。その結果以下の内容が明らかになった。

- 1) シーズン序盤には個々人の選手の競技力向上を図り、自チームの習熟度を高める。また試合に出るといった共通の目標を持つことにより、競技に対するモチベーションを高める。
- 2) ゲーム観を共有するためのコーチング行動の一つとして、成功体験を見逃さず、褒めるコーチングを行う。
- 3) シーズン終盤にかけては、リーダーシップを発揮する選手が出てくることにより、チーム内でのコミュニケーションが積極的に行われる。

VI. 参考文献

- 安保 澄. 日本コーチング学会編集 (2019). 『球技のコーチング』 p283.
- 會田 宏. (1999). 球技の監督にとって戦術とは?. バイオメカニクス研究. 3 : 68-73.
- 會田 宏. (2008). ハンドボールのシュート局面における個人戦術の実践知に関する質的研究：国際レベルで活躍したゴールキーパーとシューターの語りを手がかりに. 体育学研究. 53 : 61-74.
- 會田 宏. 日本コーチング学会編集 (2017). 『コーチング学への招待』 p135.
- 青山清英, 越川一紀, 青木和浩, 森永和浩, 森永正樹, 吉田孝久, 尾縣 貢. (2009). 国内一流走幅跳選手におけるパフォーマンスに影響を与える質的要因と量的要因の関係に関する事例的研究. 体育学研究. 54 : 197-212.
- ベナー：早野真佐子訳. (2004). エキスパートとの対話－ベナー看護論・ナラティブス・看護理論. 照林社：東京.
- 藤本 元. 日本コーチング学会編集 (2019). 『球技のコーチング』 p201.
- 藤原裕美子. (2015). 第5章人を相手とする専門職2 看護師. 金井壽宏・楠見 孝編, 『実践知－エキスパートの知性』有斐閣：東京, p65.
- 浜田寿美男. (2010). 現場の心理学はどこまで普遍性をもちうるのか：渦中の視点, 観客の視点, 神の視点. 日本質的心理学会第7回大会, 大会プログラム抄録集：21-23.
- 伊藤豊彦. 日本コーチング学会編集 (2017). 『コーチング学への招待』 pp184-189.
- 倉石 平. 日本コーチング学会編集 (2019). 『球技のコーチング』 p236.
- マイネル, 金子明友訳. (1983). 『マイネル・スポーツ運動学』大修館書：東京, p97.
- 無藤 隆, 山田洋子, 南 博文, 麻生 武, サトウテツヤ編. (2004). 『質的心理学』新曜社：東京.
- 小田博志. (1999). ドイツ語における質的健康研究の現状. 日本保健医療行動科学会年報. 14 : 223-239.
- 斉藤清二, 岸本寛史. (2003). 『ナラティブ・ベイスト・メディスンの実践』金剛出版：東京.
- 桜井 厚, 小林多寿子編著. (2005). 『ライフストーリー・インタビュー』せりか書房：東京.
- 坂井和明. 日本コーチング学会編集 (2019). 『球技のコーチング』 p31.