

## 2022 バレーボールミーティング報告



バレーボール学会主催  
2022年 バレーボール学会ミーティング 開催のお知らせ  
「日本スポーツ協会公認スポーツ指導者更新研修認定事業」

### より良いバレーボールコーチング実践を考える

ONLINE & OFFLINE SEMINAR

2022年8月29日（月）13:00～16:30

会場：日本体育大学 東京・世田谷キャンパス 記念講堂

パネルディスカッションでは日本体育大学の伊藤雅充教授（コーチング学）と、佐良土茂樹准教授（コーチング学、哲学）をパネリストにお迎えして、益子直美さんと共に「今後のバレーボールコーチング」をテーマにディスカッションをしていきます。



GUEST SPEAKER

元バレーボール女子日本代表選手  
益子 直美 氏



主 催：日本バレーボール学会（JSVR）

後 援：日本体育大学

日 時：2022年8月29日（月）13:00～16:30

会 場：日本体育大学世田谷キャンパス・リモート（Zoom）

参加者：対面16名、オンライン25名

参加費：一般非会員 ¥1,500 | 一般会員 ¥1,000 | 学生非会員 ¥500 | 学生会員 無料

申し込みサイト：<https://jsvr-2022vbm.peatix.com/>（peatix ページ）

テーマ：『より良いバレーボールコーチング実践を考える』

概要：本事業は、バレーボール学会員はもちろんのこと、バレーボールを愛好する選手・コーチ同士が現場で抱える実践的な課題を共有し、互いの活動から学び合う場を創出することで、選手・コーチの継続的な学びを支援する。また、今回は、「怒らないバレーボール大会」を企画・運営する益子直美氏を招聘し、日本体育大学コーチング学チームの佐良土茂樹准教授から「コーチング哲学」を観点として話題提供して頂き、伊藤雅充教授から「今後のバレーボールコーチングのあり方」という観点でコーチデベロッパーの実践的な活動の事例も交えながら、スポーツコーチ全体の資質を向上させることを目的とした。なお、本事業は、公益財団法人日本スポーツ協会（JSP0）資格更新講習として行われた。

#### ミーティングスケジュール

時間	内容	備考
13:00～13:10	オープニング挨拶（バレーボール学会黒川会長）	総合司会：縄田氏
13:10～13:15	登壇者紹介 益子直美氏・佐良土茂樹氏・伊藤雅充氏	総合司会：縄田氏
13:15～14:30	パネルディスカッション 「なぜ、今、怒らない大会なのか!？」 1. 「怒らない大会の総説の経緯」 (益子直美氏) 2. 「コーチング哲学の実戦～美德：求められる コーチングとは!？」 (佐良土茂樹氏) 3. 「コーチとしての成長とは!？」 (伊藤雅充氏) 4. ディスカッション 「今後のバレーボールコーチング」	ナビゲーター 対面：濱田氏 オンラインサポート：沼田氏・ 富永氏・佐良土氏 写真・記録：日体大女子バレーボ ール部
14:40～15:40	グループワーク（参加者） 「本時の学びの共有・学びを活かすために他者を どう巻き込むか!？」	ファシリテート：伊藤氏・根本氏 オンラインサポート：縄田氏・沼 田氏・富永氏
15:40～15:50	ラップアップ 登壇者：益子直美氏・佐良土茂樹氏・伊藤雅充氏	総合司会：縄田氏
15:50～16:00	クロージング挨拶（バレーボール学会吉田副会長）	総合司会：縄田氏
16:00～16:30	フリーディスカッション	参加者全員



### <内容報告>

パネリスト：益子直美氏 元バレーボール日本代表選手、日本バレーボール協会理事、一般社団法人「監督が怒ってはいけない大会」代表理事



内容：これまでの「監督が怒ってはいけない大会」の事例を用いて具体的なエピソードを交えて語ってくれた。実際の大会映像を用いて、大会に込めた思いと実際の大会での子供達と指導者の成長を讃えていたことが印象的であった。当時の自身の体験から振り返り、自己肯定感の重要性について考えること、チャレンジすることの重要性を改めて感じた。また、自身の大切にしている考え方を以下の観点で伝えていただいた。

1. 主体性・自信・チャレンジ精神・笑顔・学ぶきっかけ＝スポーツは人生を豊かにし、人間力を育てること。
2. 強気！→ 弱くてもいい・やる気を出せ！→ モチベーションアップ・緊張しすぎ！→ 準備を整える・切り替える！→ 呼吸に集中・楽しむこと！
3. メンタルを強くする→整える！！どう整えるか、メンタルは一人では整えられない。知識を知り、繰り返しの練習『一流になるには一流の知識は必要・技術だけではなれない。』

パネリスト：佐良土茂樹氏 日本体育大学准教授（スポーツコーチング哲学）、バスケットボール協会公認コーチディベロッパー



内容：スポーツ倫理について考える。「監督は怒ってはいけない大会」の意味を哲学的に考えてみることから、「怒り」について哲学的に考えてみることにチャレンジを試みる。「美徳なきコーチ」の類型として、感情過多のコーチ・名誉心の強いコーチ・抑制のないコーチ・獣的なコーチ・無知なコーチ・スパルタなコーチ・マキアヴェリ的な悪徳を誇るコーチ・弱肉強食の利己的なコーチ・勝利至上主義的なコーチとしてまとめていた。また、アリストテ

レスの概念を軸に、「美徳あるコーチング哲学」についての考え方を以下の観点から伝えていただいた。

1. 美徳は中間にあり、悪徳は両極端にある（アリストテレス）感情・自身・恐怖・贈与・怒り・仮借のない（怒りっぽい）人
2. 怒りをコントロールすること＝抑制＜理性が優勢：然るべき事柄についてしかるべき相手に対して、然るべき仕方、然るべき時に、然るべき時間＝習慣を身につけることが大切である→怒りを適切に抑えることで、穏和な人になること。

### 3. フロネーシス・コーチに必要な「学びの場」=きっかけを掴む・現場で共に学ぶことの大切さ。

パネリスト：伊藤雅充氏 日本体育大学教授（スポーツコーチング学）、日本パラリンピック委員会強化本部長、東京都バレーボール協会強化委員（学識）

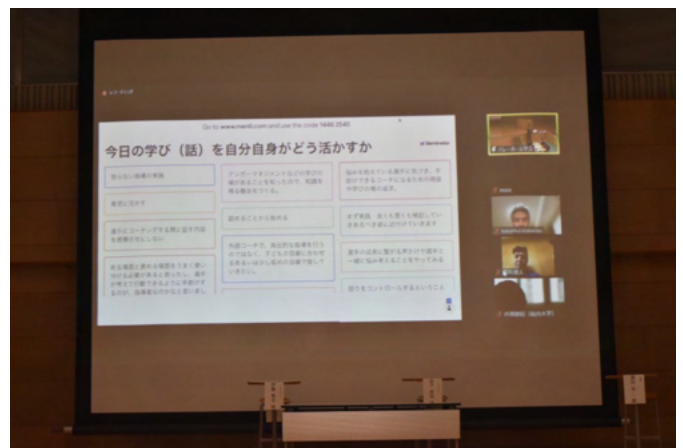


内容：コーチとしての成長について、ご自身の息子さんのコーチング体験談をもとに、日本スタイルと海外でのコーチングスタイルの違いを映像から考える。気持ちで向かっていることに加えて、何ができていて何ができていないのかを考えることの大切さ、自分で自分をコーチできる選手育成を目指すこと。JSP0プレイヤーズセンタード・セルフチェックシートを用いて：基本姿勢・トレーニング実践・コミュニケーションスキル・コーチの学習

の観点からデザインされているスキームについて説明があった。また、以下の観点からコーチの成長について伝えていただいた。

1. 文脈によって使い分けよう 4つのアプローチ: TELL (指示)・SELL (提案)・ASK (質問)・DELEGATE (委譲) の観点から意思決定のプロセスを大切にすること。
2. 一人では成長できないこと・コーチ育成について他社からのアプローチの重要性。

#### <グループワーク>



内容：以下のようなキーワードが創出され活発な議論が展開された

- コーチの変化についてのきっかけの大切さについて
- 理想のコーチについて思い持ち続けること
- 専門家ではない方からのアプローチが必要ではないか
- その人に寄り添って一緒になって考えることの重要性
- 指導者資格について、怒りに頼るコーチング=効果は絶大=思考が止まり成長が止まる

- 機会さえあればいつでも変わる。
- 変わるきっかけをどう作るか＝現場から離れて学ぶことの重要性
- 種目間の垣根を超えて交流すること。自分達の枠に囚われないことの大切さ。
- 種目を越えての学び合いの有効性について考える
- ネガティブな経験からの学びについて、益子さんから振り返られた
- ポジティブなコーチングについてどう考えるべきか、戦う気持ちと練習のバランスについて
- 自身のギャップに気づくことの大切さ
- 思考の習慣づけ、メディテーション、アンガーマネジメント、マインドセット
- どうなるかは相手にいい意味で期待しない
- 相手への目標設定には介入せず、自身のコントロールできることに焦点を当てる
- 怒り＝価値観が破られること。「……べき」の考え方から修正すること
- 人は一人一人違うもの、成長過程を考える。

以下のメンバーが本事業の講習会準備および運営サポートを行った。

総合司会：縄田亮太氏（愛知教育大学）

愛知教育大学 准教授／男子バレーボール部 監督

日本バレーボール学会 理事

ナビゲーター：濱田幸二氏（鹿屋体育大学）

鹿屋体育大学 教授／女子バレーボール部 監督

日本バレーボール学会 理事

ナビゲーター：根本研氏（日本体育大学）

日本体育大学 准教授／女子バレーボール部 監督

日本バレーボール協会指導普及委員会、強化委員会

東京都バレーボール協会 理事（強化委員長）

日本バレーボール学会 理事

会場運営・オンラインサポート等：沼田薫樹氏（鹿屋体育大学）、富永梨沙子氏（日本体育大学）

事前準備・会場設営・会場撤収：尾崎さくら氏（日本体育大学）、日本体育大学女子バレーボール部

文責：根本研（日本体育大学）

