

# アメリカ女子強豪ジュニアバレーボールクラブの調査研究

## —育成年代の指導環境および指導方針と内容—

鈴木 敦子\*

Research Study of Top-Ranking Junior Women's Volleyball Clubs in USA

Atsuko SUZUKI\*

### Abstract

This paper attempts to clarify how the U.S. women's volleyball team trains the next top players. It is beneficial to study U.S. top junior volleyball clubs when we consider how junior / youth players in Japan are trained and supported, conducted on-site interviews on the coaches of the several top junior teams in the United States. As a result, their training environments and methods were revealed based on coaching policies, methods, motivations and expectations for the players.

Clubs have their own court and carry out phased special program with specific goals and policies divided into ages. Clubs try to bring up and train players by dividing them with a merit-based system. Coaches can select working conditions and have two jobs if they get the licenses. So we can expect that the number of coaches will increase, and they will be motivated more to train players. Also their skills for training will be improved.

It is likely that improving the system for club influences training junior volleyball players in U.S. positively.

Keywords: USA, Volleyball, Junior Club, Teaching content, Professional leaders

キーワード: アメリカ、バレーボール、ジュニアクラブ、指導内容、専門指導者

## I. 緒 言

アメリカバレーボール協会 (USA volleyball: 以下、USAV と略記する)<sup>8)</sup> に統括されている女子バレーボール代表は、近年 2008 年北京、2012 年ロンドンオリンピックで準優勝、2014 年世界選手権では優勝を果たしている。2015 年 8 月現在、国際バレーボール連盟 (Federation Internationale de Volleyball: 以下、FIVB と略記する)<sup>2)</sup> シニア、アンダーカテゴリーの U18 ランキングにおいて、共に第 1 位にランキングされており、ジュニア育成からシニアまでの実績が顕著に示されている。強豪国であるアメリカの女子バレーボールにおける育成世代の指導者の役割、および指導方針・内容を明らかにすることは、バレーボールにおけるコーチング及びマネジメント研究、またスポーツ組織研究として、意義がある。また、アメリカのジュニアバレーボールクラブの指導内容を抽出し、明らかにすることは、ジュニア・ユース世代の競技環境を検証する際に有用な情報を提供することが期待できる。以上のことから、本研究はアメリカの育成年代の活動の中心となっている女子ジュニアバレーボールクラブの指導に焦点を当て、指導環境と内容を明らかにすることを目的とした。

## II. 研究 方 法

調査対象は 2010 年～2015 年(5 年間)全米ジュニアバレーボールクラブ 12 歳～18 歳の年齢別大会における総合ポイントランキング<sup>10)</sup> 1 位 Texas Advantage Volleyball Club (以下、TAV と略記する)、2 位 Kentucky Indiana Volleyball Academy (以下、KIVA と略記する) 18 歳年齢別カテゴリーランキング<sup>9)</sup> 1 位 Sports Performance Volleyball Club (以下、SPVB と略記する) の 3 チームを対象とし、TAV、KIVA については各クラブ本拠地 (TAV: テキサス州キャロルトン、KIVA: ケンタッキー州レイビル) への訪問を行い、口頭、及び後日質問があった場合は、メールでの調査を行った。SPVB については、メールで調査を実施した。インタビュー方法は、質的アプローチによる半構造化インタビューを用い、口頭、及びメールにて行った。

表 1 に、インタビュー対象者、表 2 には、共通インタビューのうち 10 項目を示す。また、Web 文献調査として FIVB、USAV 公式ホームページを用いた。

表1 「インタビュー対象者」

インタビュー対象者	役職	所属チーム	実施日
John Sample	President Director, Coach	TAV	2016/11/18
Ping Cao	17's Head Coach	TAV	2016/11/18
Courtney Robinson	Jr. Program Director, Coach	KIVA	2016/11/21
Rick Butler	Owner Director, Coach	SPVB	2016/11/24
Erik Vogt	Recruiting Coordinator, Coach	SPVB	2016/11/24

\* : 中央大学高等学校 Chuo University High School  
(受付日: 2017 年 5 月 24 日, 受理日: 2018 年 2 月 16 日)

表2 共通インタビュー項目

1. クラブの指導者について (人数、配置、資格) 教えてください。
2. 指導者としてのポリシーを聞かせてください。
3. 各年齢段階における指導方針の特徴や重要点を挙げてください。
4. 選手のモチベーションを保持、向上させることのポイントはありますか。
5. バレーボースで選手が学ぶべき重要点はどのようなところですか。
6. このクラブの一番優れている点はどのようなところですか?
7. 卒業生にはどのような進路を期待しますか? 実際にどのような進路選択をしていますか?
8. 試合出場メンバーはどのように編成するのでしょうか?
9. アメリカ代表のバレーボールの強さのカギは何だと思えますか?
10. 指導者として、これからのビジョンをお聞かせください。

### Ⅲ. 研究結果

#### (1) チームの施設環境とコーチ人数

表3に、各チームの施設環境とコーチの人数を示した。

#### (2) 指導者について

##### 1) クラブ指導者の資格

ジュニアクラブのディレクターを含む指導者は、アメリカバレーボール指導者協会 (American Volleyball Coaches Association: 以下、AVCA と略記する)<sup>1)</sup> に統括されており、ジュニアクラブのコーチはUSAVの主催するコーチング教育コース (IMPACT 認定) の取得を必須としている。

USAV 本部は、クラブコーチを勤めるための資格取得は「義務化」しているが、特にコースの「更新」は必要としていない。しかし、各クラブでは、コーチング技術の向上、コーチの競争と意欲喚起のため、2年ごとにコース受講及び更新を義務とし、積極的に、CAP (USAV の定めるコーチング認定レベル) の向上に努めている。

##### 2) 指導者の本業

各クラブとも専任コーチは少数で、大半は本業を別に行っているパートタイムコーチであった。コーチは週2~3回、1時間につき15ドル程度の報酬で勤務している。またアメリカではスクールシーズンとクラブの試合シーズンが重複していないため、学校指導者との兼任も多く、教員職に就いている指導者も多数見られた。

##### 3) 指導者の配置

指導者の配置人数は、個人レッスンを希望し、オプショ

ンでコーチを指名1対1で行う形態以外、各クラブ、コースやクラスによって多少の違いはあるものの、定期レッスン、クリニック、ポジション別、スキル別レッスンにおいても、選手は1クラス10人前後に制限され、2人以上のコーチが指導にあたっていた。

##### (3) 各クラブ指導方針とU12~U18年齢別指針

#### 【TAV】

TAVにおけるチームの目的は、まず各々が自分のポジションで最高の信頼を得ること、1つ1つのボールの質を向上、そして勝つことである。常に競争を意識し、バレーボールの正しい技法の教育、最高の学習環境を提供することに重点を置いている。また、選手には、コーチの話を聞く時に姿勢を正すことや、口紅、マニキュア、ジュエリー、メイクなどを禁止し、規律を厳しく重んじている。バレーボールを通じて、チームプレーの手段を勝利と敗北から学び、人間的な成長が大切だということを理解すること、どのような道に進んでも幸せになることなど、正しい人生のレッスンを教え説いていくことを指導理念に置いている。

#### 指導方針・育成のポイント

- ①幼年期から、守備、攻撃のシステムを教える教育指導。
- ②幼年期からの身体成長を考えた一貫性のあるフォーム形成の習得。
- ③チームの能力とマッチした個人能力の開発。
- ④スキル向上のための短期プログラムの実施や積極的なクラブ内のトーナメント大会の開催。表4に、TAVの年齢別指導指針を示した。

表3 「チームの施設環境とコーチの人数」

チーム	TAV	KIVA	Skyline	SPVB
主な施設・設備	コート10面 トレーニングルーム ミーティングルーム	コート6面 トレーニングルーム ミーティングルーム	コート7面 トレーニングルーム ミーティングルーム	コート8面 トレーニングルーム ミーティングルーム
コーチ人数 ※ () 内は専任コーチ数	60 (1) 名	60 (1) 名	60 (1) 名	60 (1) 名

表4 指導指針 U12～U18 TAV

U12	適切なフォーム(パスとサーブ)技術と楽しさ、チームの結束力を学ばせる
U13	より多くの技術習得と複数の攻撃的(スパイクコンビネーション)、守備的な状況(ブロックとレシーブコンビネーション=ブロックの空いたポジションにレシーブが入る)を身につけ、競い勝つ意識を持たせる。
U14	ラリー継続技術訓練開始、試合を想定した技術発揮の仕方、ロジカルシンキングと実践の結び付けの指導。
U15	複数の攻撃オプション(クイック、時間差、バックアタック)、複数の防御(ブロック)オプションの習得。サイドアウトを取る練習、点数の運ばせ方を学ばせる。
U16	全米レベルの大会を常に練習から意識する。(スピード、コントロール、パワー)チームの勝利を優先で考えるポジションの役割を指導する。
U17	大学タイプの実践を主体とした激しい練習と大学への準備となる身体パワーアップやプレーでの体の使い方を意識した練習を習得させる。
U18	大学と同様のレベルで、高い意欲とモチベーションを持たせ、バレーボールの精神面や頭脳の部分を注視し、より多くのプレーを実践で指導する。

## 【KIVA】

KIVAにおけるチームの目的は、まずはバレーボールを始めること、始めてからしばらくは楽しませることを優先し、そして、それぞれの選手の競技終了までには、より良いアスリート選手に育成することである。また、人間力向上についての教育を大切にしており、大きなトーナメントやゴールを目標に常に訓練する過程に重点を置いている。コーチの仕事は、子供達のモチベーションを維持するために重要なプラクティスやトレーニングに楽しさを組み込むこと、バレーボール競技から、時間管理やチームワーク、倫理感を養って、チームに献身する素晴らしさを伝えることであり、すべての選手が大学に進学し、大学の学位を取得して、強い女性として、仕事に就くことを期待している。選手が高校のチームやカレッジチームで活躍出来るかは、次の段階であり、最も大切なことは、選手自身が意欲的で独立した女性のモデルとなることに対して、アシストしていききたいということを指導理念に置いている。

## 指導方針・育成のポイント

- ①ハードワークをやりきるモチベーションの開発。
- ②中学、高校(学校)との連携トレーニングプログラム。
- ③高校とクラブ連携の試合(独自トーナメント)設定。

表5に、KIVAの年齢別指導指針を示した。

## 【SPVB】

SPVBにおけるチームの目的は、常にナショナルチャンピオンシップの優勝を目指し、アスリートを育成して能力を伸ばし、チームと個人に質の高い経験の提供をすること、タイトルに向けてどのように戦うかという考えに対応力を持ち、勇気を養い、どんな状況においても自信ある選手を育成することである。コーチや選手は、具体的な目標設定や競争力の中で努力を継続することに重点を置いている。卒業生達は、バレーボール環境の中で心身ともに様々なトレーニングを学び、様々なキャリアに進み、それぞれの立

表5 指導指針 U12～U18 KIVA

U12	基本(オーバー、アンダーパス、サーブ主体)とローテーションの基礎を教え、ゲームコントロールを指導する。
U13	基本技術をさらに磨き、ローテーションの特異性を教え、ゲームのコントロールの仕方を指導する。
U14	基本レシーブ(レセプション、ディグフォーム)と細かな技術(ハードスパイク、タッチスパイク)などのスキルアップブロックのフォーム(ソフト、キルブロック)やゲームの勝ち方の考え方を導入、指導する。
U15	基礎、技能ドリル、タイミングブロック(コミット、リードブロック)ブロックシステム(パンチ、スプレッド)の導入、防衛的で攻撃的なシステム(切り返し練習)とラリーの勝ち方のパターンを増やした指導をする。ウエイトを含めたフィジカルトレーニング開始。
U16	基礎、技能ドリル、ブロックシステム(パンチ、スプレッド、スプリットブロック)の応用、防御および、攻撃システムの導入(切り返し練習)、簡易なボールが返球されたパターンや各ポジションからの攻撃からの切り返しセットプレー(昆布ネーション)、試合運び、戦い方を伝達する。
U17	各技術レベルアップのための基本動作のチェック、他チームのスкауティングについて理解させ、実践対応を養成する。
U18	他のチームのスкауティングについての理解と実践での対応力アップを養成する。

場で成功を収めている。多くのナショナルレベルの選手を輩出し、活躍すること、そして人生のあらゆることに置き換えても最大限の可能性に達し、成功できるような選手の開発、スケジュール管理していくことを指導理念に置いている。

## 指導方針・育成のポイント

- ①全ての選手に、全てのスキル、全てのポジションの経験を与える。
- ②できるだけ多くの選手の大会参加とゲームスキルの獲得。
- ③選手の10年後がどうなっているのかということ(強いフィジカルとロジカルシンキング、モチベーションの維持)を重視した長期計画プログラムの設定。

表6に、SPVBの年齢別指導指針を示した。

表6 指導指針 U12～U18 SPVB

U12	バレーボールを、楽しく、チーム指向のスポーツであることを認識させ、やる気と意気込みを大切にさせる。
U13	バレーボールでの競争力と成功のための段階をどのように取り組んでいるかを理解する。プレーヤーは将来のポジションに関係なく、全てのスキルを習得し、優れた技術を伝達する。
U14	とにかく基本を大切に。選手が正しい組み立てと基礎プレーが確立しているかを確認する。スキルを備えた強固な身体基盤を構築する。
U15	得意な技術を専門化し、より早いテンポと前の年に比べてより高度なプレーを実践する。チームにストレスをかけ、対応できる技能と精神力を身につけさせる。
U16	最高レベルでパフォーマンスを発揮する力、スピード、敏捷性に焦点を当てたトレーニングを開始、試合での勝ち方を指導する。
U17	最高レベルでパフォーマンスを発揮する力、スピード、敏捷性をさらにアップさせ、自己分析と試合での勝ち方を伝達する。
U18	スキルに関して高度な知識と、質の高い得意ポジションを獲得させる。競争意識を常に意識づけ、精神的頑健性、運動能力、コンディショニング、リーダーシップ、ゲームでの戦略に重点を置く。

#### (4) 年齢部門別のチームの編成

各クラブとも、レッスンクラスや、試合出場メンバーの編成は、担当コーチに全権を委ねた完全実力制で編成している。TAV では、各年齢部門で、3 チームずつを編成し、試合出場している。ゲームができるスキルに達していない選手に対しては、ノントラベルクラス（遠征なし）や、スキルアップ練習のみのクラスで指導対応している。

また KIVA では、チーム編成やポジション決定に対して、選手側から意見や質問がある場合は、24 時間以内にコーチに申し出、個々の選手が納得した上でゲームを迎えるシステムをとっている。ただし、異議を申し立てた選手に対しては、チームへの在籍、ポジションの保証はない。

SPVB では、各年齢部門で、全ての選手が試合に出場できるようチーム編成しており、クラブ内で合計 100 チーム以上がそれぞれのカテゴリーの試合にエントリーするケースもある。

#### (5) 試合中の PC タブレットの利用意義

各クラブは、選手のロジカルな考え方を養うことを目的に、全てのチームの出場試合において、試合中の戦略及び試合前後の自他のチーム概況を客観的に認識、分析するため、PC タブレットを必携としている。使用ソフトは、「Volleyball Ace」や「Solo stats」等の特に PC に熟練した者でなくても利用できる比較的入力が簡単なものを利用している。選手は、試合中のアドバイスやミーティングにおいてデータを利用し、ローテーションやポジショニングを学び、判断力、自己分析、他者分析を伴ったパフォーマンスの発揮を目指している。

#### (6) 練習用具

研究対象のチームは、全ての年齢カテゴリー（主に 12～18 歳）において、ボールは 5 号球、ネットの高さ 2m24cm を使用していた。

#### (7) 目的別練習

各クラブは定期的にポジション別、技術別の「Clinic」を開催している。競技の練習に置き換えて意味するところは、選手の技術の未熟な部分や不足部分を見つけ、その箇所を直す、改める指導を施す練習形態ということである。各クラブは、定期的に各々の選手が技術修正や技術矯正できる機会を設けていた。その他、通常のポジション別プログラム、ファーストタッチプログラム（基本動作練習）などもあり、個人で必要な練習を選択、受講できるシステムになっている。

## IV. 考 察

### 競技環境と指導者環境が育成・強化に与える影響

これまで、アメリカのジュニア・ユース世代のバレーボール環境についての先行研究では、諸隈<sup>6)</sup>や Rick butler<sup>7)</sup>らの単独のクラブについての調査研究が行われていた。本研究では、複数の強豪国アメリカのトップジュニアクラブを訪問調査し、クラブごとに指導内容を並列し、コーチを兼任する経営者へのインタビューを実施、指導に関わる環境、方針・方法、実態、指導者のモチベーションや選手に対する将来へ向けての期待を、抽出し、検証することができた。

ジュニア年代の指導については、他種目の団体競技の世界強豪国における事例を、東野<sup>3)</sup>や岩畔<sup>4)</sup>で示すように、指導環境や指導者の確保・配置、指導方針・内容が、組織の形成や育成・強化の成果に、大きな影響を与えることが分かっている。

本研究の調査対象であった全てのバレーボールクラブにおいても、それぞれのクラブが独自の明確な目標と指導指針を掲げ、段階的な育成計画プログラムの作成、常時使用できる多数の専用コート施設と多くの資格指導者を確保し、少人数制の指導が可能となる指導者配置がなされていた。さらに、レッスンクラス編成及び、試合のチーム編成は、完全実力制となっており、選手間の競争システムが確立している環境が設定されていた。このような競技環境や組織のシステムが、選手のパフォーマンスの向上に繋がり、個人はもとより、チームの育成・強化にも非常に重要な役割を果たしていると考えられる。

また、内藤<sup>5)</sup>が示すように、アメリカではスクールとクラブシーズンがはっきりと区分されており、選手及びコーチは、練習期間や指導期間（常勤またはパートタイム）を選択することができる。

多くのコーチの本業は学校教員であるが、指導を希望し、コーチ資格を取得、クラブに応募、合意となれば、コーチとして兼業が可能となり、報酬を受け取ることが出来る。

競技指導を希望する者が、指導する場所や時間を選択し、就業、兼業できるシステムが、競技指導を希望する人材の増加と、指導者の確保に繋がっていると考えられる。さらに、指導者のライセンスレベルの向上を常に推進しているクラブ組織の体制は、指導者のモチベーションアップや高度な指導技術の養成を図り、選手の競技の育成・強化へ多大な影響を及ぼしていると推察される。

## V. 結 論

本研究は、アメリカの育成年代の活動の中心となっている女子ジュニアバレーボールクラブの指導に焦点を当て、指導環境と内容を明らかにすることを目的として実施し、以下の6点が明らかとなった。

- 1) クラブの指導者は全員専門資格を持ち、この資格は2年毎に更新を義務化している。また、クラブ指導者の多くは教員であり、週に2～3回、1時間につき15ドル程度の報酬を受け、アルバイトとして行っていた。指導には、1クラス10～15人の選手に対して、2名以上のコーチが指導にあたっていた。
- 2) 各クラブは、それぞれ明確な目的と指導理念を持ち、クラブ運営にあたっていた。また、指導方針と育成のポイントを踏まえ、それぞれ年齢別の指導指針を設定していた。
- 3) 各クラブは、練習環境の提供、クラブの所属チームの勝利の獲得、多数の選手を大学バレーに輩出していくことを目的としている。
- 4) 各クラブのクラス編成、試合出場チームの編成は、完全実力制となっていた。
- 5) 各クラブは、全ての年齢カテゴリーの試合において、タブレットを使用し、データ分析における客観視点と、ロジカルな考え方を学ぶための手段としていた。
- 6) 各クラブは、全ての年齢カテゴリー（主に12～18歳）において、ボールは5号球、ネットの高さは2m 24cmを使用していた。

## VI. 引用・参考文献

- 1) AVCA アメリカバレーボールコーチ協会 (<https://www.avca.org/>)
- 2) FIVB 国際バレーボール連盟 (<http://www.fivb.org/en/volleyball/>)
- 3) 東野智弥：男子アルゼンチンバスケットボールの強化・育成に関する研究，早稲田大学 大学院スポーツ科学研究科修士論文，pp.19-23, pp.41-43, 2011.
- 4) 岩畔道徳：南アフリカボート軽量級をロンドン五輪優勝に導いた強化策，早稲田大学 大学院スポーツ科学研究科修士論文，pp.21-31, 2014.
- 5) 内藤拓也：アメリカの高校年代の女子が取り組む2つのバレーボールのプログラム，Sports medicine, pp.26-28, 2015AVCA アメリカバレーボールコーチ協会 (<https://www.avca.org/>)
- 6) 諸隈英人：ジュニアバレーボールクラブチーム設立による「まちおこし」～アメリカのクラブチームを研究事例として～，早稲田大学大学院スポーツ科学研究科リサーチペーパー，pp.26-28, 2006.
- 7) Rick butler：アメリカの学校・クラブの現状と長期的な視野に立った選手の育成，Coaching Playing Volleyball 70号 9/10月号，pp.20-25, 2010.
- 8) USAV（アメリカバレーボール協会）(<http://www.teamusa.org/>)
- 9) U.S. Volleyball Club rankings (<http://www.usclubrankings.com/vb/2015/>)
- 10) U.S. Volleyball Club Over5Year rankings (<http://cdn.usclubrankings.com/vb/2015/>)

## VII. 付 記

本研究は早稲田大学大学院スポーツ科学研究科に提出した論文より一部加筆・修正したものである。