

コロナ禍における大学女子バレーボールチームの
全国大会における好成績を残せた背景
— 16年ぶりに全日本インカレベスト4に入った
大学女子バレーボールチームの取り組み —

Background of the good performance by the university women's volleyball team
in the national tournament at the Corona Disaster

— Efforts of volleyball team what reach the final 4 in intercollegiate
for the first time in 16 years —

宮良 俊行・松波 勝

1. はじめに

濱田（2020）は、「コーチは事例研究を読み自身が携わっている選手育成やチームづくりの参考にし、コーチング力を向上させていくことができると思われる。またコーチや選手（チーム）の目標を明確にすることで、勝った事例のみならず、負けた事例も大変重要になると思われる。この様にスポーツパフォーマンス研究の事例研究の題材は、日々の練習現場にあり、そこで『何が行われているか』、『何が起こったか』を何でも記録し、論文として公表することが大切な研究分野だと思われる」と述べ、吉田（1993）、箕輪（2007）らも同様に事例研究の重要性を強調している。

コロナ禍において、九州にある小規模な地方私立大学（N大学）女子バレーボール部が、2021年度全日本バレーボール大学女子選手権大会（2021年11月29日から12月5日にかけて東京都にて開催）において16年ぶりベスト4の成績を残した。体育・スポーツ系の学部、学科のないN大学が、練習環境などに恵まれぬ中、なぜこのような成績を残すことができたのか。シングルケースデザインとしてその背景について報告する。

2. 全日本インカレ（全カレ）の大会意義および価値

大学スポーツにおいてどの競技も「全日本インカレ」と呼ばれる大会は、その競技の大学最高峰の大会であり、バレーボールにおいても、毎年11月末から12月初旬にかけて開かれる。公益財団法人日本バレーボール協会のホームページにも「日本全国から強豪が集まり、7日間かけて大学バレー日本一を決める」と明記されている。全国の強豪校が、年に1度開かれるこの大会を目指して日々精進している。大学の事情にもよるが、4年生は学生最後の大会として熱い思いを込めてこの大会に臨んでいる。

2010年から2021年度までの全カレ（バレーボール：女子）のベスト4の成績は以下の通りである（表1）。表2にはベスト4の成績を収めた各大学の学生数を示した。

表1. 全日本インカレ（バレーボール：女子）ベスト4の成績一覧

回数	年度	優勝	準優勝	第3位	第4位
第57回	2010年	鹿屋体育大学	東海大学	日本体育大学	福岡大学
第58回	2011年	東海大学	日本体育大学	嘉悦大学	筑波大学
第59回	2012年	嘉悦大学	日本体育大学	東海大学	京都橘大学
第60回	2013年	鹿屋体育大学	青山学院大学	東京女子体育大学	中京大学
第61回	2014年	日本体育大学	福岡大学	東海大学	中京大学
第62回	2015年	東海大学	日本体育大学	青山学院大学	日本女子体育大学
第63回	2016年	鹿屋体育大学	筑波大学	日本体育大学	順天堂大学
第64回	2017年	青山学院大学	筑波大学	嘉悦大学	鹿屋体育大学
第65回	2018年	筑波大学	青山学院大学	松蔭大学	日本体育大学
第66回	2019年	筑波大学	福岡大学	東海大学	順天堂大学
第67回	2020年	鹿屋体育大学	東海大学	筑波大学	順天堂大学
第68回	2021年	東海大学	日本体育大学	筑波大学	N大学

上記の記載している各大学の学生数（2021年度）とベスト4に残った回数を下記に記す。

表2. ベスト4の成績を収めた各大学の学生数（2021年度）とベスト4に残った回数

大学名	学生数	ベスト4に残った回数
東海大学	27,608人	8回
青山学院大学	18,991人	4回
福岡大学	18,711人	3回
筑波大学	9,715人	7回
日本体育大学	7,442人	8回
京都橘大学	5,891人	1回

順天堂大学	5,512 人	3 回
中京大学	3,444 人	2 回
日本女子体育大学	2,112 人	1 回
東京女子体育大学	1,407 人	1 回
松蔭大学	1,362 人	1 回
嘉悦大学	1,187 人	3 回
鹿屋体育大学	768 人	5 回
N 大学	2,236 人	1 回

表2の14大学のうち、学生数が多いことによる資金面や体育・スポーツを専門的に学修している体育学部、スポーツ系学部がある大学。あるいは女子バレーボール部が優先的に使用できる体育館を持っている大学がほとんど（14大学中9大学）である。N大学も学生数2,000人程度の小規模大学であり、体育・スポーツを専門的に学修する学部はなく、下記に記す通り体育館も優先的に使用できない。つまり練習環境には必ずしも恵まれておらず、選手たちが集めたお金で学外の施設の使用料を払いながら練習に取り組んでいた。

3. 練習環境、チーム情報

3-1. 練習環境

練習環境に関しては、専用の体育館をもっておらず、一つの体育館を6団体（男女バドミントン部、男女バスケットボール部、男子バレーボール部、バレーボールサークル、剣道サークル）が使用しており、表2に示した他の大学と比べ、恵まれた環境にあるとは言い難い状況であった。

表3には、女子バレーボール部の練習スケジュールを示した。特に2年前からのコロナ禍で、体育館の使用時間制限やN大学独自の利用条件が厳しく、たびたび利用中止や使用制限がかけられた。

表3. 練習スケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
時間	off	18:30～ 21:00	18:00～ 21:00	18:30～ 21:00	学外の体育館利用またはトレーニング	9:00～ 12:00	13:00～ 16:00
使用可能コート		1面	2面	1面		2面	2面

3-2. チーム情報

部員は21名（4年生：6名、3年生：7名、2年生：3名、1年生：5名）、そのうち、スポーツ推薦入学生4年生：4（2）名、3年生：7（5）名、2年生1（1）名、1年生：5（4）名、合計：17（12）

名であった。

※（ ）内は付属高校からの内部進学者

一般入試入学生 4 年生：2 名、3 年生：0 名、2 年生 2 名、1 年生：0 名、合計：4 名。

高校期にバレーボールで実績を残してスポーツ推薦入学で入ってくる学生が部員全体の 8 割を超えている。この割合が多いか少ないかに関しては、選手のプライバシーに関する事なので、他の大学との比較はできなかった。ここに示したのは、決して全員がバレーボールによるスポーツ推薦入学ではないことを示したまでに過ぎない。

女子バレーボール部の年間活動運営費に関しては、大学学生会からの支援費、長崎県国体成年女子強化チームとしての強化費も含め、年間 900 万円程度かかる。

部員から部費として毎月 3 万円ずつ徴収して何とか年間支出をやりくりしている。特に全カレは開催地が東京のため九州などの地方大学は、約 1 週間の開催期間で宿泊費、交通費などを含め約 200 万円程度の高額の支出となる。

このようにさまざまなハンディを背負って学生日本一を目指して、日々練習を実施するにあたって、監督は、全国の強豪校を倒すためには、「練習内容の工夫とともに選手一人一人が自律して練習に取り組まなければならない。」という方針を示し、選手全員に役割を与え自分たちがチームを支えるという「オーナー意識」の浸透に力を入れてきた。その具体例を表 4 に示した。

表 4. 選手の役割とその内容

学生の役職に関しては、主将 1 名（4 年生）、副将 4 名（内訳：4 年生 2 名、3 年生 2 名）、主務 1 名（4 年生 ※公益財団法人日本バレーボール協会と九州学生連盟の登録担当を兼務）、副務 1 名（3 年生）、学連担当 2 名（内訳：2 年生 1 名、1 年生 1 名）

背番号	学年	担 当 係		
1	4 年			攻撃（主）
2	4 年	教育係	コンディション（栄養）	ディフェンス（主）
3	4 年	データ係・広報係	体重管理	ブロック
4	4 年	会計係	コンディション（メディカル）（主）	ブロック
5	4 年		コンディション（ストレングス）（主）、体重管理（主）	攻撃
6	4 年	JVA 係・データ係	コンディション（栄養）（主）	サーブ
7	3 年	教育係・JVA 係	コンディション（メンタル）（主）	ディフェンス
8	3 年	道具係	コンディション（メンタル）	ブロック（主）
9	3 年	データ係	コンディション（栄養）	サーブ（主）
10	3 年	広報係	コンディション（ストレングス）	サーブ
11	3 年	会計係・教育係	体重管理	ディフェンス
12	3 年	データ係	コンディション（メディカル）	攻撃

13	3年	データ係	コンディション（ストレングス）	ブロック
14	2年	広報係・教育係	コンディション（栄養）	ディフェンス
15	2年	会計係・JVA係	コンディション（メディカル）	サーブ
16	2年	道具係	コンディション（ストレングス）	ブロック
17	1年	会計係	コンディション（ストレングス）	攻撃
18	1年	広報係	コンディション（栄養）	サーブ
19	1年	データ係	コンディション（メンタル）	攻撃
20	1年	道具係	コンディション（メディカル）	ディフェンス
21	1年	JVA係	コンディション（栄養）	ディフェンス

4. 選手の体格および体力

N大学のハンディは以上のような環境面ばかりでなく選手としての体格や体力にもハンディがあった。表5、表6には、2021年度に全カレベスト4に残った大学のレギュラー平均身長と最高到達点を示した。

表5. レギュラーの平均身長の数値

※（ ）はセッターを除いたスパイカー5名の平均値

最終成績	大学名	平均身長
優勝	東海大学	171.7cm（174.2cm）
準優勝	日本体育大学	174.2cm（174.4cm）
第3位	筑波大学	175.7cm（177.0cm）
第4位	N学	168.2cm（169.0cm）

表6. レギュラーの最高到達点の数値

※（ ）はセッターを除いたスパイカー5名の平均値

最終成績	大学名	最高到達点
優勝	東海大学	286.3cm（290.6cm）
準優勝	日本体育大学	290.8cm（292.2cm）
第3位	筑波大学	290.8cm（293.0cm）
第4位	N学	282.7cm（283.8cm）

N学におけるレギュラーの平均身長や最高到達点は他の3チームに比べて低く、最も高いチームと比較すると平均身長で7.5cm（8.0cm）、最高到達点で8.1cm（9.2cm）であり、かなりの差があると考えられる。これらは単なる一要素であるが、これもバレーボールにおいては大きなハンディでありN

大学の今回の成績は価値あるものと考えられる。

また、このハンディを克服するために最高到達点を2週間おきに測定し、レギュラーの平均身長が低い分、少しでも高さを出そうと最後まで粘り強くトレーニングを行った。

これに関しては、濱田（2020）が、バレーボール競技で『体力』として、特にジャンプ力の必要性を重視している。また高梨（2018）は、バレーボールにおけるスパイク跳躍高を増大させるための条件を明確に示しており、バレーボール競技において跳躍高の指標である最高到達点は非常に重要な要素であることが伺われる。

表7に定期的な最高到達点を測定した結果を示した。

練習の中でトレーニングを実施しながら少しでも高さの差を解消しようとしたが、なかなかその成果は測定値に関してはでなかった。このことに関しては実施方法や実施頻度、練習内容との関連性などを再考していかないといけないことを感じた。

表 7. 最高到達点の一覧表

No.	ポジション	7月18日	8月1日	8月15日	8月29日	最高値
①	L	269	266	264	269	269
②	WS	274	275	269	277	277
③	MB	276	273	268	276	276
④	WS	285	286	278	288	288
⑤	MB	277	282	272	282	282
⑥	PS	255	256	250	261	261
⑦	MB	288	285	275	286	288
⑧	S	274	274	266	274	274
⑨	OP	285	282	275	286	286
⑩	OP	277	280	271	278	280
⑪	S	277	274	265	279	279
⑫	MB	283	287	278	282	287
⑬	WS	269	269	264	273	273
⑭	PS	267	269	266	270	270
⑮	MB	285	283	277	287	287
⑯	WS	280	281	欠	281	281
⑰	OP	280	279	276	285	285
⑱	S	274	270	266	275	275
⑲	WS	275	274	267	277	277
⑳	PS	277	275	269	280	280

このデータの活用に関しては、チームの平均値を出して各自が目標を立てるのではなく、予め指導者側から目標値を設定して各自がチーム全体のトレーニング時や自主的なトレーニング時において明確な目標値をクリアするモチベーションの一環として使用した。

5. チームづくりの理念と方針

最後に監督の指導に関して、普段の練習から事ある毎に選手たちに言い続けてきた「チーム理念」、「指導方針」、「女子バレーボール部員の約束事」を以下に記す。

チーム理念

“私たちN女子バレーボール部は、人間尊重とホスピタリティを大切にし、人々に感動を与え、学生スポーツとして模範となるようなチームを目指します！”

指導方針

N女子バレーボール部は、

“自主、自立（律）、自治”をモットーとした運動部であり、バレーボールができる環境やそれに関わる人々への感謝の気持ちを忘れず、一生懸命日々の練習に取り組み、常に全力でバレーボールすることを心掛け、本気で日本一を目指します！

また、学業を含めた学生生活においても、他人に迷惑をかけず、本学の模範となるような学生になります！

さらに、4年間で自己管理、時間管理、金銭管理ができる社会人となって卒業し、即戦力として社会に貢献します！

女子バレーボール部員の約束事

文責：宮良俊行

1. 高額な学費を払ってくれている人への感謝の気持ちを忘れない！
⇒ユニフォーム、遠征費など他にも費用が掛かるので無駄遣いしない！
2. 授業をサボらない！
⇒授業料が高額であることを知る！学生の本業はバレーボールではない！
3. 身なりを整え、愛嬌があり、品位もあるスポーツウーマンになる！
⇒体育館内（遠征移動時も含む）と授業時等、学内外における服装などを区別する。
4. 社会人予備軍としてハウ・レン・ソウ（報告・連絡・相談）を怠らない！
⇒休まなければならない場合は事前（少なくとも1週間前）に連絡する。連絡手段・方法に注意す

る！

5. 時間を守る！（何事も 10 分前には準備万端の状態にいること）
⇒時間を守れない人は“信用”を失う！
6. 施設や道具を使えることを当たり前と思わない！
⇒施設や道具は自分だけのものではない！
7. 言葉づかいをキチンとし、目上の人に対する態度、行動を間違えない！
⇒目上の人から可愛いがってもらうコツ！
8. 仲間を大切に作る！
⇒苦勞を共にした仲間は一生の友！
9. いろいろな人の話を聞ける人間になる！
⇒他人の“いいとこ獲り”をしよう！聞く態度にも気をつける！
10. 空気が読める（気が利く）人間になる！
⇒“気が利く”人間は重宝される！

部の運営に関しては、入学時から卒業するまで常に上記の「チーム理念」、「指導方針」、「女子バレーボール部の約束事」を事あるごとに示し、学生に常に意識させ、大学側や他の学生たちから応援されるチーム作りを目指した。全日本インカレが終了して大学に戻った時に想像以上に女子バレーボール部以外の学生や教職員からお祝いや労いの言葉をかけていただいたことは、応援されるチームに少しは近づいたのかなと実感した。

6. 最後に

今回はコロナ禍において、九州にある小規模な地方私立大学（N 大学）女子バレーボール部が、2021 年度全日本バレーボール大学女子選手権大会において 16 年ぶりベスト 4 の成績を残した。その背景について N 大学女子バレーボール部の事例を報告した。吉田（1993）、箕輪（2007）、今丸（2010）、濱田（2020）らは、全カレで素晴らしい実績を残した多くの指導者が事例報告として研鑽を積み重ねていくことが現場の指導者には必要かつ重要なことであると述べている。

今後は、記録ノートやデータ、選手たちのレポートなどを振り返り、その当時には感じなかったことや改めて気づいたことを明らかにし、報告したいと考える。

参考・引用文献

- 1) 河部誠一「Coaching & Playing Volleyball 122号 (2022年3/4月号)」, (有) バレーボール・アンリミテッド p.6-8
- 2) 沼田薫樹, 濱田幸二, 坂中美郷 (2022)「コロナ禍における大学女子バレーボールチームを対象としたインカレ優勝までの過程」, コーチング学研究 第35巻第2号, p.295-302
- 3) 濱田幸二 (2020) 日々の練習から導き出される事例研究への取り組み, スポーツパフォーマンス研究, 2020, p.28-32
- 4) 吉田敏明 (1993) チームづくりに関する事例研究 -大学女子バレーボールチームの場合-, スポーツ運動学 6, 1993, p.11-22
- 5) 今丸好一郎 (2010) チームづくりに関する事例的研究 -本学女子バレーボール部(6人制)の平成19・20年度における活動報告-, 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学紀要 第45号, 2010, p.107-115
- 6) 箕輪憲吾 (2007) バレーボールのチームづくりに関する事例研究 -短期大学女子チームの失敗例について-, スポーツ運動学 20, 2007, p.83-95
- 7) 高梨泰彦 (2018) 助走の方法がバレーボールのスパイク跳躍高に与える影響, 京都産業大学論集 自然科学系列 第45号, 2018.3, p.171-184
- 8) 第74回秩父宮賜杯全日本バレーボール大学男子選手権大会・第68回秩父宮妃賜杯全日本バレーボール大学女子選手権大会 スーパーカレッジバレー 2021 プログラム, p.32-51
- 9) 公益財団法人日本バレーボール協会ホームページ <https://www.jva.or.jp> (2022年12月20日参照)