

卓 話

『バレーボール指導と育成について』

卓話者 岐阜市スポーツ少年団西部ブロックバレーボール
中原 弘貴 様



毎年協賛いただき開催させていただいております岐阜北ロータリーカップ、先ほどもありましたように（今年で）24回を数えています。

この大会は岐阜市の西部と北部、合同の大会になります。24回といいますと、第1回（大会）に出場した子は単純に考えて36才なので、第1回目、第2回目に出場した子たちの子供を、今、選手として（私が）指導しています。長い歴史のある大会でして、上位に入ると大きな優勝旗、それからメダルをもらえて選手

たちも大変楽しみにして毎年参加させていただいております。素晴らしい大会にできるよう、サポートしていただきますようよろしくお願いいたします。

簡単に自己紹介します。私は背が高いですけれども、生まれは北海道の釧路市でラムサール条約にて保護されている湿原しかないところで、さびれた町です。

そこで高校までバレーボールをして、チームメイトに恵まれて全国大会に出させてもらった所で愛知県にある豊田合成という会社がバレーボールチームを作るということで呼んでもらいまして26, 7才まで現役でございました。結婚を機に岐阜に移り住んできて指導することになりました。今は岐阜の西部にあります大野スポーツ少年団で監督をしています。指導はそこでもう13~4年になります。

岐阜西中学校の社会人講師として午前中に小学校、午後から済美学園、当時は女子高から指導だけでいけばもう20年やっています。

成績としては、高校生の時でも県大会ベスト8が最高ですし、小学校でも県大会ベスト16が最高です。これは私の指導方針もあって、そこを今日は簡単に説明させていただきます。

そこで感じたことは、高校での部活動というのは、小・中・高とやってきてその集大成です。大学まで部活動でさらに実業団へ行く子はごく一部で、大体の選手は高校までで終わります。そうすると、高校でどうやって輝くか、いい成績を残すのかという所が大事になってきます。

高校を指導してどれだけ素直か、技術というのはクセです。バレーボールは時速100kmでスパイクが飛んできます。それを距離にして6mくらいのところでボールをレシーブする。6mの距離で時速100kmの速さで飛んできてくるボールをレシーブしてセッターに飛ばすというのは、目から入った情報を頭で考えてはボールが落ちてしまうので、見た瞬間にもう体が動かなくちゃいけない。そのときに効率よくコントロールができる動きをしなきゃいけない。それをするためには繰り返し（練習して）体に覚えさせる。

高校1年生で悪いクセをつけた子が、クセを治そうとすると、部活動ができる2年半で良いクセに治せるのか。正直に言うと難しいんです、だとしたらどうするのかというと、小

学生は、まっさらの状態でご々のところに来るわけだ。その真っ白いキャンパスに、最初どういふ色をつけるかということだ。良いクセ、というのを体に染み込ませるといふことをやっています。これが非常に大事だと思ふのでその新聞にも書いてありますが、全国大会まで行った選手が色々な合宿とかに行っても「お前は基本ができていふな」と言ってもらえたというのが、小学校の時にしつこいくらいに指導し続けてきたことに尽きるのだと思っております。大切な時期に良い指導をしてスポーツの楽しさをと願っております。

ご静聴ありがとうございます。