

滋賀大学体育会硬式庭球部におけるコーチングの実際

道上 静香

Shizuka Michikami

滋賀大学 経済学部 / 教授

I はじめに

2002年4月に滋賀大学経済学部に着任して以来、すでに22年が経過した。着任当時の自身の現状を振り返ると、彦根キャンパスのスポーツ科学教育では、本学の教育理念や学生に即した教育を提供するという主旨のもと、1回生の必修科目「スポーツ科学I・II」、夜間主の選択必修科目「スポーツ科学I・II」、2回生以上の全学共通教養科目「身体運動の科学(テニス・バドミントン・ゴルフ)」、夏季の「ゴルフ集中授業」、冬季の「スキー教室」、専門科目「スポーツ身体論」など、極めて多くの授業を担当していた。また、2004年度からの国立大学法人化に伴って、完全セメスター制への移行や必修・選択科目の見直しなど、大きなカリキュラム改革が生じる中で、スポーツ科学関連においても、学部規定・授業概要・シラバス内容の改変とともに体育授業の在り方そのものを大幅に見直し、体育教育システムを計画的・段階的なものへと整備・構築を図りながら、必修科目としての生き残りをかけた作業が遂行されてきた¹⁾。この時期は、教員採用人事凍結の影響も相まって、長期にわたって多様な委員会業務や入試業務を負担せざるを得ない状況にもあった。研究は、上述の教育業務・学務対応・学内行政の合間を縫って行うか、土日祝日などの休暇を利用して行うかであり、仕事が深夜に及ぶことは日常的であった。着任して3年目の2004年には内地研究員として母校の筑波大学に派遣され、専門分野であるテニス選手の動作解析の研究に、翌2005年にはテニスの日本トップレベルの大学生ナショナルチーム(ユニバーシアードチーム)の指導者として従事していたこともあり、部活動での指導時間をどのようにして確保するかが課題となっていた。

このように、着任当時は教育・研究・学内行政や学務対応に忙殺されていたことで、すぐには硬式庭球部の顧問・監督を引き受けたわけではなかった。また、トップアスリートを目指しているわけではない学生たちに、どの程度のコーチング(レベル・方法・内容など)を提供したらよいのか、関与したらよいのかを知るためにも、学生たちの部活動に対する考え方・取り組み方やこれまでの部活動の歴史を十分に理解する必要があった。実質、監督を引き受けることとなったのは着任して2年目の2003年、顧問はもう少し後の2006年であった。

本論では、滋賀大学体育会硬式庭球部におけるコーチング実践について、22年間の取り組みの全てを網羅することはできないため、着任当時の部活動の状況、顧問・監督としての指導の方針・理念と具体的目標、競技力と人間的資質の向上における取り組み事例を軸として、指導者の視点から省察していくこととする。

II 着任当時の部活動の状況

着任当時の部活動の状況を振り返ると、技術レベルは低いが、学生たちが主体性を持ちながら厳しく部活動運営する一方で、本当に楽しそうにプレーしているというものであった。部員数も多く、いつコートに足を運んでも常に誰かが練習しており、ナイターは消灯時間ぎりぎりまで点灯している、そのような活気ある部活動であった。まさに驚きの連続であった。部活動の合間には、テニスのことだけでなく、学業のこと、日常生活のことや人生の悩みなど様々なことを話しては練習に戻る、そんな気さくな学生たちの集団でもあった。スポーツ推薦のない地方国立大学にありながら、体育学部を彷彿させるほど、体育教員や体育会組織の熱量

に驚かされ、硬式庭球部もまたそのような雰囲気醸し出していた。

自分自身は競技選手として長年プレーし、競技引退後も日本のトップレベルにある選手のコーチングや科学サポートに従事するなど、一貫して勝負の世界に身を置いていた。トップアスリートの現場では常に勝つことが求められる。勝利を目指して誰よりも厳しい練習に励む中で、楽しむといった姿勢や心に余裕を持つことは、この世界ではとても難しいものであった。しかし、学生たちが笑顔で楽しそうにプレーしている姿を目の当たりにして、正しいオンコート・トレーニング指導を提供できれば、経験値の高い選手たちにも勝つチャンスは充分にあるだろうと感じていた。そして、学生たちの身体から溢れ出るテニスへの意欲・情熱が後輩たちにも引き継がれるのであれば、男子部では関西大学対抗テニスリーグ戦(以下、「関西リーグ」と略す)で2部リーグ昇格も夢ではないと心躍るような、そんな気持ちを着任当時から抱いていたのを、今でも昨日のこのように覚えている。

しかし、経験値のない選手たちが経験値の高い選手たち(上部校)に勝つには、勝負に対する「決意」や、厳しい練習に耐え得るだけの「覚悟」が絶対的に必要となる。それゆえ、指導者として、学生たちからその決意や覚悟をどう引き出すかが重要な鍵を握ると考えていた。また、来たる時に備えて、個々の学生に即した個別対応のコーチングや、チーム状況に応じたコーチングが提供できるように、オンコート・オフコートにおける指導の内容・方法・アプローチの仕方など、徹底的にコーチング能力を高めておくこと、そして、わずかなチャンスを確実に掴むためにもアンテナを張り巡らせ、日々、最善の準備を図ることが重要であると感じていた。加えて、チームとして勝つためにはダブルスの強化も必須と捉えていた。

上述の通り、2005年からはユニバーシアードチームの指導者も兼務していたことから、学生の最下部層とトップの両極のチームを指導する中で、両チームの持つ良き側面をそれぞれのコーチングに積極的に活用しながら、競技力向上のために必要なコーチングスキルなど、指導者として様々な学びを得られる絶好の機会にも恵まれた。指導者として、このような幸運ともいえる状況・環境の中で、また、仕事に慣れてきた頃から、学生たちとの対話を通じて、少しずつ基礎技術を中心に指導にあたるようになった。このような取り組みを経ながら、自分自身の中で、硬式庭球部の顧問・監督としての指導の方針・理念と長期的な視点での具体的目標を少しずつ明確化していくこととなった。

Ⅲ 顧問・監督としての指導の方針・理念と具体的目標

表1は、滋賀大学体育会硬式庭球部における顧問・監督としての指導の方針・理念と長期的な具体的目標を示したものである。指導の方針・理念については、競技力と人間的資質の向上の2項目である。この2項目は、競技レベルを問わず、また、20年以上経った今も変わらず、学生たちを指導する際の軸となっている。指導哲学といっても過言ではない。競技力向上における具体的目標は、上述したように、チームでは、関西リーグで男子部2部

昇格を果たすこと、個人戦では、男女問わず、全日本学生レベルの選手を輩出することであった。これらの目標は、スポーツ推薦のない地方国立大学において、指導者としての挑戦でもあった。人間的資質の向上については、学生たちが主体的に厳しく部活動運営する中で、学生生活のみならず、人生100年時代を見据え、充実した社会生活が送れるように人間力を培うことにあった。ここでの具体的目標は、当たり前のことを当たり前に行うこととし、例えば、勉学と部活動との両立、礼儀礼節、立ち居振る舞い、感謝の心、道徳心、謙虚な姿勢、仲間との連携・協働、他者への理解・尊重、コート・用具を含む環境整備など様々あるが、部活動運営を通じて、豊かな人間性や社会性を獲得することである。まさに、凡事徹底である。近年では、部活動運営の一環として、2つの社会貢献事業を展開し、テニスを通じて地域住民の方々との交流や事業運営など様々な経験・体験をする中で、学生の人間的成長を促すという取り組みも実施しているところである。

以下、上述の指導の方針・理念に従って、競技力向上においては、男子部が関西リーグで2部昇格を果たした際の取り組み事例と、女子部が全日本学生テニス選手権大会（以下、「インカレ」と略す）・全日本学生室内テニス選手権大会（以下、「インカレインドア」と略す）に出場を果たした際の取り組み事例について報告する。人間的資質の

表1 滋賀大学体育会硬式庭球部における顧問・監督としての指導の方針・理念と長期的な具体的目標

指導の方針・理念	長期的な具体的目標
1) 競技力向上	チーム：関西大学対抗テニスリーグ戦で男子部2部昇格を果たすこと 個人戦：男女問わず、全日本学生レベルの選手を輩出すること
2) 人間的資質の向上	凡事徹底：当たり前のことを当たり前に行うこと

向上においては、2つの社会貢献事業における「わくわくテニス教室」及び「SGUテニスアカデミー」の取り組み事例について報告する。なお、ここでは、各年代における主要な取り組みについてのみ記述する。

IV 男子部における関西リーグ2部昇格への取り組み事例

図1は滋賀大学体育会硬式庭球部における関西大学対抗テニスリーグ戦の結果を、図2は滋賀大学体育会硬式庭球部における部員数を示した

ものである。男子部の結果を概観すると、4部リーグのレベルにあるが、2003年においてはリーグ戦の規約改正により5部から4部へ自動昇格した後、3・4部入替戦で勝利し、3部リーグ昇格を果たした。2008年～2011年にかけては、段階を経ながら、5部から2部へとリーグ昇格を果たしていることがわかる。部員数については、2003年～2009年頃までは30名以上の学生(特に、男子学生)が加入していたが、それ以降は20名前後を推移していることがわかる(図2)。ここでは、2008年～2011年にかけて、男子部の関西リーグ2部昇格を果たした取り組み事例について報告する。

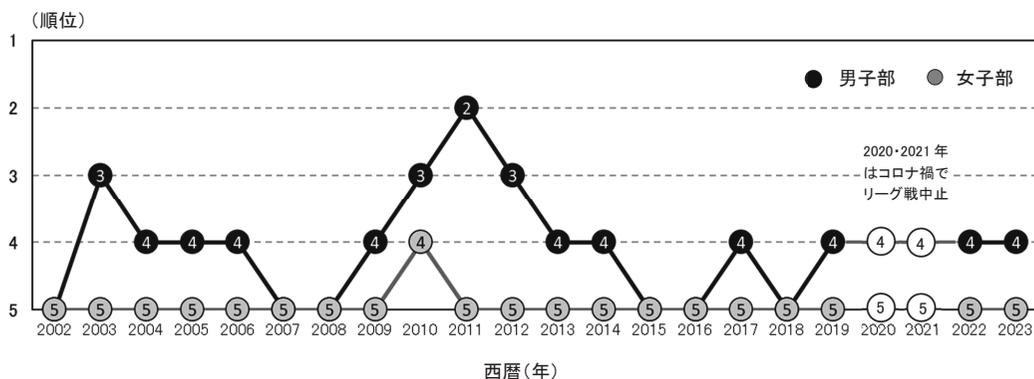


図1 滋賀大学体育会硬式庭球部における関西大学対抗テニスリーグ戦の結果

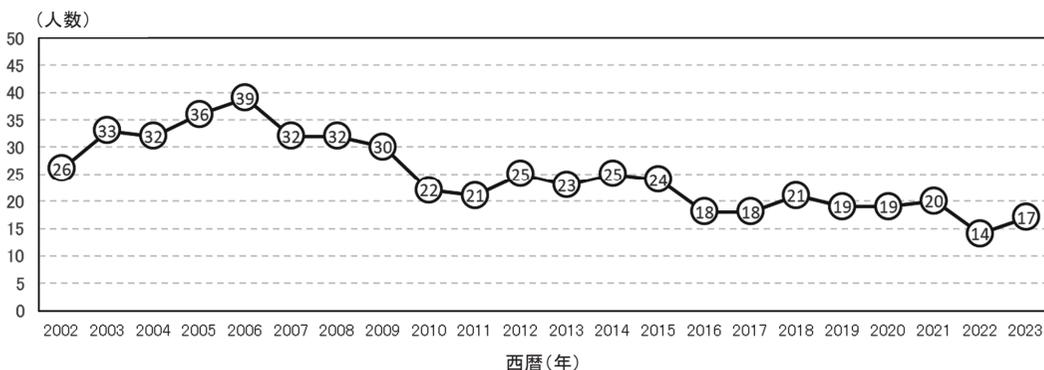


図2 滋賀大学体育会硬式庭球部における部員数(男女合同)

表2は、2008年～2011年における男子部の関西リーグ2部昇格へ向けた主な取り組み内容を示したものである。2007・2008年頃においては、大学経営という観点から、少子高齢化や大学全入時代に対応すべく、スポーツ・健康・福祉という名

の学科や学部を立ち上げ、スポーツ選手の確保に努める大学、特に、私大が急増し、5部リーグとはいえ競技レベルの高い大学が増えた時期でもあった⁸⁾。一方で、本学部では、2008年頃からテニス経験のあるものが複数名加入してきたことで、下部校

表2 2008年～2011年における男子部の関西リーグ2部昇格へ向けた主な取り組み内容

西 暦	男子部における関西リーグ2部昇格に向けた主な取り組み内容と競技成績
2008年 5部リーグ 残留	<p>スローガン：みんなで昇格</p> <p>主な取り組み： 部活動の運営・体制の見直し（悪しき伝統の廃止／練習・トレーニングの内容・方法・取り組み方の見直し／チーム力向上のための取り組みなど）</p> <p>主な競技成績： 団体戦：5部リーグ残留（5部リーグ決勝トーナメント1Rで関西国際大学に3-6で敗退）</p>
2009年 4部リーグ 昇格	<p>スローガン：目先のその先</p> <p>主な取り組み： 1. 少数精鋭での強化練習の導入（水曜日・金曜日の午前中を利用し、オンコートでの徹底指導／部活動時間外での練習の量・質の獲得） 2. 体幹トレーニングの導入 3. 対外試合への参戦（JOP大会・クラブ対抗戦・滋賀県テニス選手権大会などで実践経験の獲得） 4. 全日本大学対抗テニス王座決定試合などの試合観戦（4部リーグ昇格以降、来年度の3部リーグ昇格に向けたチームのモチベーションアップのための取り組み／戦術の理解の獲得）</p> <p>主な競技成績： 団体戦：4部リーグ昇格（5部リーグ1位通過、4部リーグ6位大阪経済大学に5-0で勝利）</p>
2010年 3部リーグ 昇格	<p>スローガン：前進</p> <p>主な取り組み： 1. 専門的体力トレーニングの導入（オンコートでのスプリント系・パワー系・ファンクショナル系・持久系や、トレーニングセンターでの高重量負荷によるウエイトトレーニングなどの専門的な体力トレーニングの実施） 2. 対抗戦の拡大・拡充と他大学との積極的な交流（更なる実践経験の獲得） 3. 関東遠征の実施（関東リーグ1部に属する亜細亜大学への練習参加） 4. Aチーム・Bチームによるレベル別強化練習の導入 5. 情報戦略への取り組みとその活用（他大学の選手の多様な情報収集・分析・評価作業などの導入）</p> <p>主な競技成績： 個人戦：関西学生テニス選手権大会男子ダブルス本戦出場（浅田・松本組） 団体戦：3部リーグ昇格（4部リーグ2位通過、3部リーグ5位の龍谷大学に5-4で勝利） 近畿地区国立体育大会男子部3位</p>
2011年 2部リーグ 昇格	<p>スローガン：挑戦</p> <p>主な取り組み： 1. 長期関東遠征の実施（関東リーグ1部に属する早稲田大学・亜細亜大学や上智大学への練習参加） 2. 小浦猛志先生による強化練習会の開催 3. 左利き選手への対策 4. 練習メニュー会議の定期開催（任意参加者による自由な議論の場の設定） 5. モチベーションビデオの作成・活用</p> <p>主な競技成績： 団体戦：2部リーグ昇格（3部リーグ1位通過、2部リーグ6位の京都産業大学に5-3で勝利） 近畿地区国立体育大会男子部優勝</p>

の中では安定して勝てる試合も増えた。5部リーグの中でもかつてないほどの強さをみせ、決勝トーナメントに進出した。しかし、上述の通り、この年からスポーツ推薦を導入し、選手獲得に注力し始めた強豪校の関西国際大学と1Rで対戦し、善戦及ばず3-6と敗退、5部リーグ残留が決定した。相手校のプレーの質そのものが別格で、学生たちにとっては、試合に勝つためには高い技術や戦術を身につけることが急務であることを体感できた貴重な機会となった。その一方で、相手校は1回生で構成されていたチームであり、チーム力という点においては相手校を上回っていたため、真摯に練習を積み重ねてきた学生たちにとって、この敗戦のショックは計り知れなく、翌年のリーグ戦に向けて奮起するきっかけとなった試合でもあった。このように、選手層が厚くなってきたとはいえ、格上の相手に勝つには技術・戦術レベルともに低く、また、大学を巡る情勢も相まって、4部リーグ昇格を果たすことが困難な時期であったといえる。

この当時の学生たちによる部活動運営について振り返ってみると、これまで受け継がれてきた伝統(挨拶・立ち居振る舞い・礼儀礼節など)を大切にしながら、練習の取り組み方も試行錯誤しながら、自主的・主体的に厳しく取り組む姿勢が認められた。指導者としては、学生たちの4部リーグ昇格を目指して必死に頑張ろうとする姿に感心する一方で、様々な側面で違和感も覚えていた。それは、時代遅れの規律に縛られていたり、目的意識のない練習・トレーニングが散見されたりなどであった。また、チーム内では十分なコミュニケーションが図られていなかったり、人間関係がうまくいかなかったりなど、チームとしてうまく機能していない時期でもあった。本来、個人競技であるテニスというスポーツがチーム戦ともなると、お互いの気持ちを揃えていくことは非常に難しい。「来年こそは上部

リーグ昇格を果たす」という強い信念を持った学生、空き時間があればとにかく練習に励む学生、壁を相手に黙々と練習する学生などといった成長意欲の高い学生たちの集団であったが、有り余るエネルギーを誤った方向に向けてしまう学生も少なくなかった。このような中で、どこか鬱屈としたチーム状態が続いていたため、主将と対話を重ねながら、勝敗にこだわるだけでなく、部活動の規則を見直し、また、学生同士の対話を通じて「人間力」を磨くよう、人間的資質の向上やチーム力の向上という部分において、部活動の運営・体制の見直しを図った時期でもあったといえる^{7)、8)}。

2009年に入ると、4部リーグ昇格に向けて熱量の極めて高かった2回生を中心とした競技力向上に向けた取り組みが遂行された。2回生自らが、体育教官室や研究室を訪ねるなどして、昨年の反省を踏まえた取り組み、部活動運営の在り方(学生間での連携・協働・対話の重視)、練習の内容・方法の見直し、個人においては体力やメンタルの強化など、様々な相談が持ち掛けられるようになった。また、「リーグ戦昇格」は毎年のチームの合言葉になっていたが、この頃から「関西学生本戦出場を果たす」「インカレ出場を目指す」と個人の目標を明言する学生も認められるようになり^{9)、10)}、少しずつ学生の勝負へのこだわり、所謂、決意と覚悟というものが垣間見られるようになった。前述の通り、この時期の学生は練習量も多く、やる気に満ち溢れ、エネルギーを持て余していた学生たちであった。このことから、指導者としてはここをチャンスと捉え、上部リーグ昇格や個人戦への具体的な取り組みについて少しずつ対話を重ねるようになった。その具体的内容は、リーグ戦においては、目先の勝利ではなく「3年後に2部リーグ昇格を果たす」という長期的視点に基づいた部活動運営を行うというものであった。つまり、技術と

いうものは一足飛びに身につくものではないことから、焦らず、じっくりと先を見据えた部活動運営を行い、その中で個人戦も大切にしながら個々の総合的なレベルアップを図ること、そして、学生間での連携・協働を大切に、人間性を高め合いながら確固たるチーム力を得ること、また、3年後の目標から逆算して、今すべきことを思考し、行動することが、目標達成の近道であると説いた。5部リーグに属していた学生たちではあったが、自分自身の経験も踏まえ、思考は現実化すること、3部を目標にしていたら3部昇格すらできないこと、学生自身の持つ可能性を信じて疑わないこと、常に前進し続けること、運を引き寄せる努力をすることなどを伝えながら、3年後の目標達成に向けて、日々の部活動運営に計画性と明確な目的意識を持って取り組むよう促した。

一方で、部活動以外の時間で、授業のない水曜日と金曜日の午前中のまとまった3時間を使って、少数精鋭での強化練習を導入した。ここでは、学生たちの背中を押しつつ、「基本の重視・徹底」を掲げ、とにかく練習の量と質を確保し、心・技・体・戦術の総合的なレベルアップを図る取り組みを行った。この当時の学生たちには「ボールの質」と「集中力の質」の改善に取り組むことが最重要課題であったため、この2つの課題解決のための練習を中心に遂行した。「ボールの質」については、テニスのストローク動作における適切な身体の使い方、良い動きの原理・原則を学び、それを体得してもらう必要があった。具体的には、スタンスを広くし、地面から力を得る、運動連鎖の原則に従って、身体全体を使ってボールを打つなど基本を重視し、1球ごとに筋出力を上げてボールを打つ練習を導入した。初期段階においては、全身を使って、ボールを遠くに飛ばすことを目的としたドライブボレー練習を徹底的に行った。対人練習の中では、筋出

力を上げながらコートの高い位置にボールを打ち続けること、ラケットとボールがインパクトする際に常に良い音をだすこと、オールアウトの状態でも常にボールを打球することなどを学生たちに問いかけながら練習を行った。また、メディシンボール投げ、体幹トレーニング、ジャンプ系トレーニングや、チューブトレーニングなど競技特有のトレーニングを対人練習の合間に導入し、プレーに直結する専門的体力を徹底的に鍛えた。いずれも、上部校に対応できるストローク力を獲得することが目的であった。

「集中力の質」については、上述の練習内容とともに、2-1による打ち込みや振り回しなど様々な実践練習の中で強化した。ここでは、集中力の立ち上がりの早さ・深さ・持続時間を確認しつつ、試合と同じ集中度合いで練習に向き合うこと、1球目からギアを上げた練習に取り組む姿勢を持つこと、“魂を込めて”ボールを打つこと、最後までボールを追い続けることや、良いルーティンワークでプレーし続けることなど、1球1球に声掛けをしながら練習に取り組んだ。「集中力の質」の問題は、技術の出来・不出来のみならず、心・体力・戦術などの問題とも関連があるため、経験値の低い学生たちが本番においても様々なプレースタイルの選手と対峙できるように、試合中に起こりうる様々な状況を想定した実践練習も取り入れ、それを繰り返し実施した。練習の難易度もまた、学生たちの心・体力の状況に応じて調整した。プロ選手とのヒッティングも定期的に取り入れ、練習への取り組み方、試合に対する考え方、集中力の保ち方などを、直接、体感してもらう作業も遂行した。

その他にも、上述の練習が、一通り成立するようになった段階で、学生との対話を重ねながら、技術・戦術の幅を広げるためにスライスやショートアングルなどの応用技術の獲得を目的とした基礎・

実践練習や、ジャックナイフ・股抜きショットなどのラケットを含む身体の操作性やコーディネーション能力を高めることを目的とした練習も適宜導入し、プレーの幅を広げる作業を行った。さらに、ネットプレーを主体とする学生やグラウンド・ストロークを軸に置く学生など、個別対応の練習も導入するようになった。一方で、この当時の学生は絶え間なく練習・トレーニングを積み重ねていたため、栄養・休養の側面も重視すること、特に、オフの日を計画的に設定し、その過ごし方を大切にしよう促した。このような、少数精鋭での強化練習は2011年まで実施された。

学生たちによる部活動運営においては、少数精鋭での練習内容を部活動内でも共有してもらい、学生間で指導し合ったり、体幹トレーニングに着手したり、主体的に強くなるための様々な取り組みが遂行された。また、学生大会のみならず、JOP大会など様々な対外試合へ積極的に参加したり、オフ期間を利用して学生間で試合数を重ねたり、テニス留学をしたりするなどして、実戦経験を積む作業も導入された。リーグ戦直後においては、全日本大学対抗テニス王座決定試合を観戦し、翌年のリーグ戦に向けたモチベーションアップや戦術を学ぶための取り組みも行われた。人間的資質の向上という点については、前年の反省・課題を活かし、学生間での対話を重ね、下回生であっても意見が発言できるような風通しの良い部活動づくりを行うなど、縦・横の繋がりを深めるための取り組みが積極的に遂行された。

このように、学生たちが前年の反省・課題を活かしながら、年間を通じて、競技力と人間的資質の向上の2点において具体的目標・計画を持ちながら、また、経験値の高い選手との差を埋めるための様々な作業を必死に遂行してきた結果、5部リーグでは1位通過を果たし、4・5部入替戦では4

部リーグ6位の関西学生本戦選手を擁する大阪経済大学に5-0で圧勝、4部リーグ昇格を果たした。

2010年には、学生たちの具体的目標も3部リーグ昇格へと引き上げられた。2008・2009年の取り組みは継続しながらも、新たな取り組みとして、「体力レベルの向上」と「外部環境に挑戦・順応する」という2つの課題克服に挑戦する年となった^{10)、16)}。

上部校に勝利し続けるには、技術・体力ともに高いレベルが要求される。この数年間の取り組みから、学生たちの急激な技術力の向上にもなっており、それを下支えする体力レベルの向上が必然的に求められるようになった。それゆえ、この年から本格的に専門的体力トレーニングを導入することとなった。具体的には、トレーニングセンターを利用した高重量負荷によるウエイトトレーニング、オンコートではスプリント系・パワー系・ファンクショナル系・持久系など競技に特化した専門的体力トレーニングであった。年間を通じて、明確な目標と計画に基づき、ウエイトトレーニングは週2～3回を基本とし、様々な方法・内容を提供しながらの取り組みとなった。雨天時の部活動においても、トレーニングセンターを積極的に活用した。パワー系・スプリント系・ファンクショナル系などのトレーニングは夜間練習時のオンコートメニューの一環として、持久系トレーニングは、主に、冬季のトレーニングやオフ期間のメニューとして設定された。いずれのトレーニングも、トレーニングの原理・原則に従い、正しいフォームでトレーニングがなされているか、オンコートのプレーと直接的に関連するフォームや内容で取り組んでいるか、身体各部の適切な連動性や可動性が引き出されているか、バランスの保持がなされているかなど、トレーニングの質にもこだわりながら繰り返し遂行された。試合期間中であっても、体力レベルを一定に保つ、

筋への刺激を与えるなどの理由から、負荷を軽減した形でのトレーニングも取り入れられた。個別対応で指導する際には、トレーニング直後に栄養摂取できるよう、トレーニング時間にもこだわった。この時期の学生の体型の変化は著しく、4部リーグにおいて体力負けは考えられないと実感できるほどであった。また、体力レベルの向上にともなって、オンコート上でのプレーの粘り強さやボールへの執着心というものが見違えて変化するようになった。現在では、当時のトレーニングの一部が引き継がれ、当たり前のように高重量負荷のウェイトトレーニングや競技に特化した専門的体力トレーニングが実施されている。

学生たちによる部活動運営においては、前年のリーグ戦を振り返る中で、4部リーグ昇格は果たしたものの、「本番になると緊張から思うようなプレーができない」「コートサーフェス・会場など普段とは異なる環境での試合や、様々なプレースタイルの選手と対峙すると、練習通りの力が発揮できない」「練習してきたことがなかなか試合で活かせない」などといった外界への適応能力、まさに実践経験の低さが課題として挙げられるようになった。それゆえ、学生たちは、この課題克服のために、外部環境での試合に慣れることが必須であると判断し、2008・2009年の取り組みは継続しながらも、対抗戦の数を増やして、年間を通じて、実践経験が積める機会を多くした。この取り組みは、初心者・未熟練者に対しても同様に実施された。また、対外試合や対抗戦で知り合った他大学の学生たちや社会人選手に積極的に声を掛け、ホームコートで、日常的に、合同練習や試合を重ねる取り組みも導入された。自分たちとは異なる考え方や多様なプレースタイルに触れる機会を学生自らが積極的に設定し、双方で刺激を与え合いながら、切磋琢磨しながら、課題克服のための部活動運営

が実施された。この時期には、本当に多くの他大学の学生たちや社会人選手が彦根を訪れ、テニスを通じた交流も図られ、競技力のみならず、人間的資質の向上という点においても有用な取り組みであったと考える。この年の学生たちは多くのヒトとの出会いがあり、とてもヒトに恵まれた、そんな年であったといえる。さらに、夏季休暇には初の関東遠征が実施された。武者修行と称して、関東リーグ1部に所属する亜細亜大学の練習に参加させて頂く中で、大学トップチームの練習・試合に対する取り組み方・考え方や、技術獲得のための様々な練習方法を学ぶ一方で、学生自身がこれまで取り組んできた練習が間違っていなかったことや、自分たちのプレーが上部校でも比較的通用することが確認できた、そのような大きな収穫を得た遠征となった。そして、この遠征を通じて、その後の練習にも、一段と熱を帯びるようになった。

その他にも、細部に渡る様々な取り組みが行われた。例えば、Aチーム(レギュラー組)・Bチーム(非レギュラー組)によるレベル別強化練習会を導入し、各チームでレベルアップを図る取り組みがなされた。また、この年からは、情報戦略への取り組みにも一段と力を注ぐようになった。チーム戦において、試合を有利に進めるためには、的確なオーダー作成が必須となる。対戦する可能性のあるチーム・選手の情報収集・分析・評価に多くの時間を割き、得られた情報に基づき、対戦相手を想定した具体的な練習も導入されるようになった。人間的資質の向上という点においても、この年に新調された部旗「絆」に象徴されるように(写真5)、互いの考えや意見をぶつけ合い、積極的に話し合う、仲間を思いやりサポートする、礼儀礼節を大切にするなど、チーム力・人間力を磨くことが極めて重視された。

指導者としての学生とのかかわりは、オンコートのみならず、オフコートにおいても、部活動運営の在り方、練習計画の立て方や練習メニューの組み立て方、個々人の心・技・体・戦術やコンディショニングなど多様な悩み・課題について、本当に多くの時間・情報を共有した時期であった。この時期の学生たちとの対話は、適切なコーチングを提供する上で重要な役割を果たしていたものとする。

このように、前年からの取り組みの拡大・拡充とともに新たな取り組みに着手した結果、4部リーグでは2位通過を果たし、3・4部入替戦では3部リーグ5位の龍谷大学に5-4の僅差で勝利を収め、2003年以来の3部リーグ昇格を果たした。4部リーグは6チーム中3チームが国立大学を占めるという、国立大学の学生たちには意地をかけたリーグ戦となった。大阪産業大学との第1戦目は、緊張により思ふような試合運びができずに敗退するという悪い出だしとなったが、チームですぐさま立て直しを図り、その後は、全ての試合において僅差で勝利を収める結果となった。チームの勝負にかける思いと選手たちのボールへの執着心、まさに、予想通りの体力勝負と綿密な情報戦略戦が勝敗を分けたリーグ戦となった。また、多くのヒトとの縁・繋がりを大切にしながらホームコート内外で積み重ねてきた多様な実践経験が、勝敗を分ける大事なポイントでの勝負強さにも活かされた、運も味方につけた、そんなリーグ戦ともなった(写真1、2)。この年は、その他にも、男女チームとして多くの戦績を得た。男子部では、近畿地区国立体育大会3位や個人戦において関西学生テニス選手権大会ダブルス本戦出場(浅田・松本組)を、女子部では、初の近畿地区国立体育大会準優勝や4部リーグ昇格(5部リーグ2位通過、4部リーグ5位の大阪府立大学に4-0で勝利)を果たした。いずれの結果においても、個人・チームの両方において、明確な



写真1 試合前に円陣を組む学生たちの様子



写真2 ポイントを決めた直後の学生たちの様子

目標・課題を設定しながら、男女チームが互いに協力し合いながら、また、多くのヒトとの縁・繋がりを通じて多様な支援を受けながら、練習・トレーニングに励んできた結果であり、その取り組みが着実に実を結んだ年であったといえる¹⁰⁾。そして、3部リーグ昇格以降、リーグ戦後の長期オフ期間を返上し、翌年の「近畿地区国立体育大会優勝」と「2部リーグ昇格」を新たな具体的目標に掲げて¹¹⁾、すぐさま練習に突入するという熱の入れようとなった。冬季休暇には、再び、学生主体での長期の関東遠征にでかけることとなった(後述)。

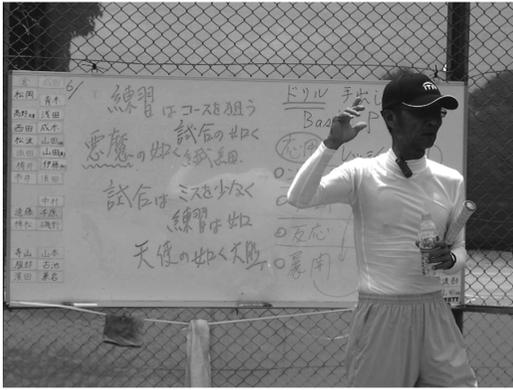


写真3 小浦猛志先生による強化練習会の様子



写真4 小浦猛志先生から学生に向けた激励のメッセージ

2011年においては、上述の通り、「近畿地区国立体育大会優勝」と「2部リーグ昇格」を目指し、前年の「外部環境に挑戦・順応する」という課題から、「競技レベルの高い外部環境に挑戦・順応する」という課題克服に向けた年となった。そして、これらの目標達成・課題克服のために、長期関東遠征の実施、小浦猛志先生の招聘¹¹⁾、左利き選手への対策、練習メニュー会議の定期開催、モチベーションビデオの活用の5項目が新たな取り組みとして導入された。

1つ目の取り組みについては、前年のリーグ戦前に実施した関東遠征の取り組みを拡大・拡充させたもので、その年の冬季休暇を利用して、関東リーグ1部に属する早稲田大学・亜細亜大学や、上智大学といった複数大学の練習に参加するというものであった。早稲田大学での練習では、運よく、インカレチャンピオンと同じコートで練習する機会に、また、ユニバーシアードチームの強化合宿が同場所・同時期に開催されていたため、日本の大学トップチームの練習を間近で観戦する絶好の機会にも恵まれた。その後、亜細亜大学・上智大学には2チームに分かれて行動し、多くの試合経験も積むことができた。環境の異なる様々な大学での練習・試合を通じて、また、競技レベルの優れた指導者・学生たちとの触れ合いを通じて、部活動運営の在り方や様々な練習方法を学ぶと同時に、競技力や人間的資質の向上において、自分たちの不足している点や優れている点、そして、選手としての立ち位置を学生自身がしっかりと認識できるようになった。このように、長期の関東遠征を通じて、学生自身の持つ課題や置かれている状況が今まで以上に明確になると、更なる熱量ある部活動運営が遂行されるようになった。すでに、この時期の学生たちは、勝負に対して揺るぎない決意と覚悟を持っての部活動運営を遂行していたことから、指導者としての仕事は極めてシンプルなものとなった。それは、学生たちにリーグ戦で最高のパフォーマンスが発揮できるよう、年間を通じて適切なタイミングで、刺激を与え、的確な助言・声掛けすることに集約された。それが、2つ目の取り組みと関連するものである。

2つ目の取り組みについては、2部リーグ昇格への後押しとして、小浦猛志先生を招聘し、強化練習会を開催することであった。先生は競技選手として活躍した後、沢松和子・順子、伊達公子、浅

越しのぶなど、数々のトップアスリートを育て上げた「名伯楽」と呼ばれる指導者であった(ある)。私自身、先生との出会いは20年以上前に遡る。2005年からユニバーシアードチームの指導者として従事するきっかけとなったのも先生との繋がりによるものであった。この当時は、先生から指導者としての基礎を学ぶ一方で、その素晴らしい人柄にも触れてきた。このようなご縁を頂く中で、長年、学生たちに指導して頂く機会を窺っていた。しかし、先生に指導を依頼するにしても先生の指導哲学からして、学生たちの精神性、勝負事・厳しい練習に耐え得るだけの覚悟や、勤勉さ・真摯さ・素直さ・実直さといった人間性が備わっているかどうかは非常に重要な要素であった。この数年の学生たちの真摯な部活動運営を間近で観察してきて、また、競技力が向上してきたこともあって、先生の指導を受けるに値するだけのチームとしての形が出来上がってきたこともあり、この年に指導を依頼し、タイミングよく、運よく、実現することができた。当初、2日間の強化練習会であったが、先生の計らいで3日間、基礎的な練習内容からトップ選手が行ってきた(いる)高度な練習内容まで、様々な指導をして頂けることとなった(写真3)。そして、それらの練習を通じて、プロフェッショナルとは何か、優れた技術・身体の使い方とは何か、プレッシャーに打ち克つ方法や、練習・試合への取り組み方・考え方など様々なことを教えて頂いた。また、優れたアスリートになるためには、人間性を高めることの重要性についても説かれた。この3日間は、学生たちにとって、強烈で、刺激的で、大変に充実した時間となった。先生も、一生懸命に学ぼうとする学生たちを大変に気に入ってくれたようで、その後も、度々、彦根に訪れては学生たちの指導にあたってくれる、そんな素晴らしい関係性が構築された。学生たちは、先生からリーグ戦期間中に送



写真5 2011年近畿地区国立体育大会優勝時の集合写真



写真6 2部リーグ昇格時の集合写真

られた「勇気と誇りを持って!」という言葉に、何度も助けられた¹⁾。このような先生からの励ましの言葉やメッセージ(写真4)は、当時のリーグ戦や入替戦期間中のキーワードとなり、チームの士気を高めるための、また、選手たちを奮い立たせるためのペップトークとしても取り入れられていた。

3つ目の左利き選手への対策については、本学部では左利き選手が少なく、左利き選手との対戦を苦手としていた。また、これまでの情報戦略の取り組みから、上部校になればなるほど左利き選手を擁する大学が多くなることや、2・3部入替戦に臨

んだ場合、対戦相手6名中4名が左利き選手を擁する大学と対戦する可能性が高いことが明らかとなっていたため、その対策として、左利き選手を招聘して、その攻略に特化した練習にも力を注いだ。その他にも、練習メニュー会議を定期的に開催する試みが導入された。ここでは、性差・学年・技術レベルを問わず、任意参加者で、練習メニューを考案する、よりよい部活動を運営するためには何が必要か、2部リーグ昇格に向けて必要な取り組みを考えるなど様々なテーマに基づき、自由に発言・議論できる場を設定した。そして、得られたアイデア・意見を集約して、個・チームの強化に役立てる作業が積極的に遂行された。特に、練習・トレーニングの内容の充実化・目的意識の明確化や、左利き選手への対策、試合前のチームの士気を高めるためのモチベーションビデオの作成・活用などは、学生主体でのミーティングや練習メニュー会議によって生み出されたものとなった。

このように、「競技レベルの高い外部環境に挑戦・順応する」という課題克服のために、これまでの取り組みは踏襲しながらも、長期の関東遠征や小浦猛志先生による強化練習会の開催を通じて、また、学生自らが厳しい練習・トレーニングを課す中で、情報戦略への取り組みやミーティング・練習メニュー会議を通じて、事前準備を怠らずに、様々な対策を打ち立てながら地に足をつけた部活動運営に取り組んできた結果、近畿地区国立体育大会優勝(写真5)、3部リーグでは1位通過を果たし、2・3部入替戦では2部リーグ6位の京都産業大学に5-3で圧勝、初の2部リーグ昇格を果たした(写真6)。この年の入替戦を含むリーグ戦において、選手の競技力という点においても、応援・審判・ポラー・トレーナーなどサポーターを含めたチーム力という点においても、運を味方につけるという点においても、いずれの対戦チームを圧倒

する形となり、学生たちの細部に渡る不断の取り組みが、このような優れた結果に結びついたものといえる。

スポーツ推薦のない地方国立大学の学生たちが、この4年間のうちに、レベルの高い関西リーグにおいて5部から2部へとリーグ昇格を果たした背景には、「2部リーグ昇格」という高い目標に向かって、最後まで、自分自身の可能性を信じて疑わず、強い決意と覚悟を持って勝負に向き合ってきたこと、不断の努力を積み重ねてきたこと、このような学生たちの高い成長意欲による熱意ある取り組みが大きな要因といえるだろう。良き学生たちとの出会いによって、コーチングもうまくいった、全ての歯車がうまく噛み合った、運も味方につけた、そんな数年間であったといえる。

V 女子部における 全日本学生レベル選手の 輩出への取り組み事例

2013年4月、一回生の正課体育「スポーツ科学 I」第2回目授業において、学生たちと恒例のウォーキングにかけた時のことであった。彦根城の天守閣に到着すると、1人の女子学生から「テニス部に入部するのでよろしくお願いします」と声を掛けられた。この数年後に、インカレ・インカレインドアに出場を果たすことになる松村明香選手との初めての出会いがこの時であった。松村選手は、幼少期からテニスに親しみ、高校でもテニスの強豪校で腕を磨いてきた。しかし、全国大会には団体戦での出場はあっても、個人戦での出場はなかった。そのため、「インカレに出場する」という強い決意を持っての入部であった¹²⁾、¹³⁾。松村選手のプレーを初めて見た際には、“強さ”という部分では欠けていたが、非常に丁寧で、頭脳的なテニス

表3 松村明香選手の大学4年間の競技戦績

大会名	競技成績
2013年(1回生) 関西学生春季テニストーナメント チャレンジテニストーナメント 関西学生テニス選手権大会 関西学生新進テニストーナメント	未エントリー S:本戦1R 怪我のため予選欠場 S:予選通過・本戦1R/D:予選1R
2014年(2回生) 関西学生春季テニストーナメント 関西学生テニス選手権大会 関西学生地域テニストーナメント 関西学生新進テニストーナメント	S:予選通過・本戦1R S:予選通過・本戦1R/D:予選通過・本戦1R S:準優勝 S:予選通過・本戦3R/D:予選通過・本戦1R
2015年(3回生) 関西学生春季テニストーナメント インカレ 関西学生テニス選手権大会 関西学生新進テニストーナメント	S:本戦2R・インカレ出場選考試合2勝1敗(インカレ出場確定)/D:予選通過・本戦1R S:予選1R S:本戦1R/D:予選通過・本戦1R S:本戦1R/D:予選通過・本戦Best4(P:樋口選手)
2016年(4回生) 関西学生春季テニストーナメント インカレ 関西学生テニス選手権大会 インカレインドア	S:本戦1R/D:本戦2R・インカレ出場選考試合1勝(インカレ出場確定)(P:樋口選手) D:予選決勝(P:樋口選手) S:予選1R/D:本戦2R(P:樋口選手) D:予選1R(P:樋口選手)

* S:シングルス、D:ダブルス。P:パートナーを示している。なお、ここでは個人戦のみの競技成績を示している。

をしているという印象であり、選手としての素地は十分に備わっていた。あとは、松村選手が、4年間を通して、勝負事に対する決意と覚悟をどれだけ持ち続けられるか、プレーの中で表現し続けられるか、指導者としては、松村選手の“強さ”をどれだけ引き出せるか、そのようなコーチングを提供することが鍵を握っていると感じていた。

表3は、松村選手の大学4年間の競技成績を示したものである。1年目においては怪我などの影響もあり目立った成績を残すことができなかった。2年目に入ると、シングルスでは関西学生地域テニストーナメントで準優勝を果たすなど、後半から、関西学生本戦レベルにおいても少しずつ成績を残すようになった。3年目の関西学生春季テニストーナメントでは、前年後半の勢いを維持したまま、

選考試合も勝利し、シングルスでのインカレ出場権を得た。初めて経験するインカレでは、多くの応援が駆けつける中、大舞台独特の緊張感に飲み込まれ、予選1Rで敗退した。しかし、念願叶ったの個人戦(シングルス)での全国大会初出場となった。その後、シングルスでは振るわなかったが、大阪大学の樋口菜穂子選手と初参戦した関西学生新進テニストーナメントのダブルスではベスト4に入る好成績を残した。ダブルスは、そのままの勢いで4年目の関西学生春季テニストーナメントでの選考試合も勝利し、2度目はダブルスでのインカレ出場権を得た。インカレの予選1Rでは、出だしはやや緊張していたが、試合が進むにつれて普段通りのパフォーマンスを発揮し、大事なポイントをものしにしながらの勝利となった。しかし、予選



写真7 2015年インカレ時の集合写真
(前列中央右側:松村選手)



写真8 2016年インカレ時のダブルスの練習風景(後衛:樋口選手、前衛:松村選手)

決勝では強豪チームに敗退し、本戦出場には至らなかった。大学最終年度であったこの年には、運良くダブルスでインカレインドアへの出場権も得た。松村選手が1年目に掲げてきた「インカレに出場する」という目標は、シングルスでは3年目に、ダブルスでは良きパートナーに恵まれて4年目に2度、計3度の全国大会出場という形で達成することができた(写真7、8)。

このように、過去に個人戦で全国大会出場を果たすことができなかった松村選手が、大学4年間において3度の全国大会出場を果たすことができ

た大きな要因には、男子部の2部リーグ昇格時と同様に、松村選手自身が勝負事に対する決意と覚悟を持ち続けたことにあると考える。振り返ってみると、3年目のインカレ出場を果たすまでは、強い決意を持って一心不乱に練習・トレーニングに励み、試合に臨む姿があった¹²⁾、¹³⁾。不断の取り組みに加え、大学トップ選手が参加する関西学生強化合宿や早稲田大学への関東遠征など様々な経験を経て、1球1球に“魂を込めて”ボールを打つこと¹⁷⁾、最後まで諦めないこと、泥臭くプレーすることなど、“強さ”という部分を少しずつ身につけながら、試合で勝つための大切な事柄を少しずつ理解しながら、総合的なレベルアップが図られ、結果もだせるようになった。また、「1球1球に魂を込める」という意識改革を通じて、試合の結果よりも過程を大事にすることの方が、自分自身の力を発揮できる適した取り組み方であることも理解するようになった¹⁷⁾。しかし、1度目のインカレ終了後から、勝負への決意と覚悟が本人の中で揺らぎ始めるようになった。ダブルスではインカレ出場が決定しても、シングルスではなかなか勝てずに自信を失っていたこともあり、目の前にある課題に果敢に挑戦することよりも、自分自身の立てた目標に対して「できない理由」ばかりを探し¹⁶⁾、プレーの質が上がってこない状態が長く続いた。指導者としては、本人がこれまでと同じように、真摯にテニスに向き合うようになるまで、待つより他なかった。

試合の1ヶ月前、研究室で長時間にわたり対話を重ね、強い決意と覚悟を持っての再始動となった。最終調整の段階としてはすでに間に合っていない状況の中ではあったが、多くの仲間がサポートする中で、最後まで諦めず、もがき苦しみながらもプレーし続けた結果、1度目は大きな緊張感に飲み込まれてしまったインカレにおいて、2度目のインカレでは樋口選手との好プレーを生み出した。

また、このような取り組みが運も味方につけたのか、当初は参加見込みのなかったインカレインドアにもダブルスでの出場権を得ることができ、3度の全国大会出場の中では最も松村選手らしいプレーが披露され、現役生活の最後を良い形で締め括ることとなった。

勝負事への並々ならぬ決意と覚悟を持って取り組むプロセスというのは、目標達成の有無に関わらず、苦しいことの方が圧倒的に多い。そして、対戦相手がいるテニスというスポーツでは、厳しい練習を積み重ねてきたからといって、相手に勝てるとは限らず、報われないことの方が多い。長年、勝負の世界に身を置いてきた松村選手だからこそ、勝負に拘り続けるのが故の悩み・葛藤を抱え、一時期はうまくいかない現状をなかなか打破することができずに、もがき苦しんでいたのであろう。しかし、それでも、最後まで諦めずに、自分自身を奮い立たせながらコートに立ち続けてきたこと、目標達成に向けて1球1球に“魂を込めて”ボールを打ち続けてきたことが、結果として3度の全国大会出場に繋がったものといえる。また、松村選手の場合、男女問わず、切磋琢磨できるテニス仲間や先輩・後輩・指導者たちなど、多くのヒトたちに恵まれ、様々な支援を得ることができたことも、全国大会出場を後押ししたものと考える。高い競技力を獲得するには、多くのヒトたちとのかかわりや信頼関係を大切にしながら、多様な支援を得る必要があるが、そのような支援は、その選手に優れた人間性という土台があって初めて得られるものである。この点からしても、松村選手は競技力のみならず、優れた人間性も兼ね備えていたものといえる。

VI 2つの社会貢献事業を通じた 人間的資質の向上への 取り組み事例

滋賀大学体育会硬式庭球部では、現在、地域住民に対して2つの社会貢献事業、本学公開講座「わくわくテニス教室-プロ・学生と楽しむテニス-」と産学連携による「SGUテニスアカデミー」を開講している。

「わくわくテニス教室」は、硬式テニスというスポーツを通じて、明るい豊かな街づくりや地域社会との交流・連携を実現したいとの思いから、2015年に発足して今年で10年目を迎える。また、地域社会との連携・交流を図る場や機会を創出することは、ヒトとヒトとの交流が少なく限定的な環境下にある学生たちの人間的資質の向上という点においても極めて有用となると感じていたことから、当時の主将と話し合いを重ね、また、プロ選手にも協力を依頼し、多くのヒトの力を借りながら実現したものとなった。現在では、地域住民に対して、地域スポーツ・生涯スポーツとしての「硬式テニス」の普及とともに、本学の持つ専門性を活かしながら、最新のスポーツ科学に基づいた、より専門的で高度な理論知と卓越した経験値を融合した技術指導を行うことで、硬式テニスの持つ楽しさを提供する、また、硬式テニスというスポーツを手段として世代間交流の場を提供するなど多様な目的のもとに、その取り組みが継続されている³⁾。

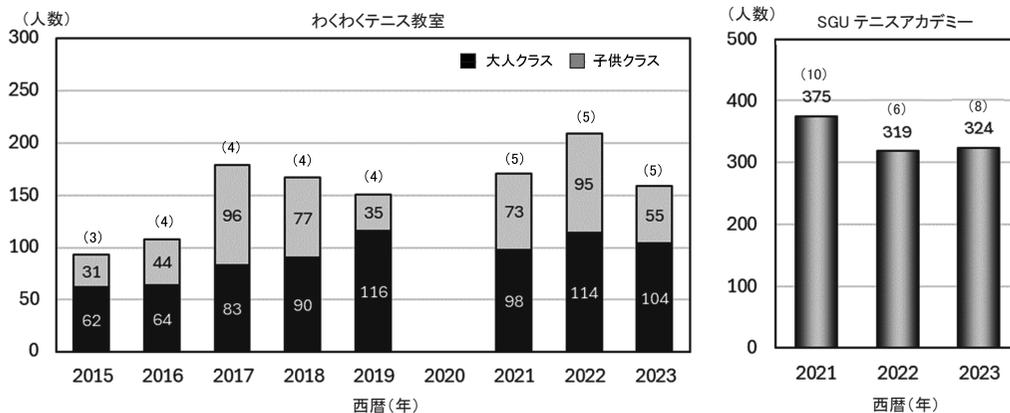
本講座の平均受講者数は36±6.2名であり、概ね定員数40名に達している(図3)。この9年の間に、本事業の認知度が高まるにつれて、定員数40名を大幅に上回る申込数の増加や、大人クラスの未経験者・小学生クラスの経験者の増加など、受講者の特性も少しずつ変化するようになった。また、2020年には新型コロナウイルス感染症の影響に

より開催中止となり、ヒトの運動不足・健康問題への懸念なども生じるようになった。そのため、本講座ではこのような様々な状況に照らし合わせながら、少しでも多くの方々が参加できるように、そして、少しでも楽しい時間が過ごせるように、受講回数を段階的に増やしたり(図3)、技術レベル別の指導を提供したりするなど様々な取り組みに挑戦してきた(写真9、10)。

2023年度の本講座における受講者の受講動機を概観すると、「大学生やプロとの触れ合いを楽しみにしている」「技術向上のため」「運動不足解消・健康のため」「以前から受講していて、とても楽しいから」「交流の場として」「受講内容が充実しているから」「親子で参加できて楽しいから」「久しぶりにテニスをしてみたいから」などであり、まさに、目的に合った講座となっている。

一方、「SGUテニスアカデミー」は、2021年に発足して今年で4年目を迎える。「わくわくテニス教室」はテニスの普及という側面が大きな特徴の1つであるが、小学生クラスの中には、技術レベルの高いジュニア選手も散見されるようになり、次第に

「ジュニアの育成・強化を行ってほしい」「毎週・毎月開催してほしい」「レベル別教室を開催してほしい」「専門講義を開催してほしい」など、ジュニアの育成・強化に特化した意見を多く頂くようになった³⁾、⁴⁾。このような経緯があって、日本トップ選手の育成・強化に尽力している橋本総業ホールディングス株式会社に協力を依頼し、産学連携の取り組みの一環として、大学内に「SGUテニスアカデミー」を立ち上げ、ジュニアの育成・強化を柱とした事業を本格的に稼働することとなった(写真11)。ここでは、プロの選手・指導者や医療従事者・トレーナー、栄養学・バイオメカニクス・体力学など各専門分野の先生方を招聘し、受講者に「本物」を提供する中で、硬式テニスの魅力を発信するとともに、充足した活力ある生活(QOLの向上)の提供・専門的知識の提供・競技力向上・人材育成などに貢献することを目的とした事業内容が提供されている。本事業の平均受講者数は44±8.3名と多く(図3)、「わくわくテニス教室」において、受講できなかった方々や事業内容として対応しき



* 両グラフのカッコ内の数字は事業回数を示したものである。

図3 公開講座「わくわくテニス教室」(左図)及び社会貢献事業「SGUテニスアカデミー」(右図)の受講者数(延べ数)の推移

れない普及の部分において、その受け皿にもなっている。

2つの社会貢献事業におけるこれまでの学生たちの取り組みを概観すると、発足当初は、小学生・大人の方々と世代間交流という側面やプロの選手・指導者への対応など、まさに思考錯誤の連続であった³⁾。指導の内容・方法についても手探りの状態であった。しかし、長年にわたって、事業ごとに課題点・反省点を洗い出し、事業運営や指導の仕方、ヒトとの接し方・声掛け、学生間での連携・協働など様々な側面に対して真摯に向き合い、改善を図りながら、ブラッシュアップさせながら取り組んできた結果、現在では、上述の受講者の受講動機や表4の受講者の報告内容にみられるように、若さ溢れる学生たちの力は、魅力ある事業を展開する上でも、スムーズな事業運営を行う上でも必要不可欠なものとなっている。

表4の社会貢献事業に携わった学生たちの報告内容をみると、学生自身が事業運営を行う中で、様々な気づきや学びを得ていることが理解できる。ここには記載されていないが、その他にも、コロナ禍の中でヒトとの付き合いの温かさを再確認できたこと、技術レベルや考え方の異なる方々や初対面の方々との交流を通じて見識が広がったこと、視野を広く持ち、周りを見渡すことができるようになったこと、物事を客観視できる能力を得たこと、指導能力や運営能力が向上したことなど、多岐に渡る側面において人間的成長を感じたことを報告している^{4)、5)}。

これらのことから、日常的な部活動運営に加えて、部活動の一環として取り組んでいる2つの社会貢献事業を通じて、規律遵守・挨拶・謙虚な気持ちや自分の行動に責任を持つことの大切さなど様々な気づきを得る、主体性やリーダーシップ能力を獲得・発揮する、状況把握力・臨機応変に対



写真9 学生たちによる小学生クラスの指導の様子(わくわくテニス教室)



写真10 学生たちによる大人初心者クラスの指導の様子(わくわくテニス教室)



写真11 滋賀大学経済学部と橋本総業ホールディングス株式会社による締結式の様子(SGUテニスアカデミー)

応する力・コミュニケーション能力などの社会性を身につける、また、1つの事業を成功裏に導くために学生同士が対話を重ね、チームとしての連携・協働に努めるなど様々な学びを得ることは、学生の人間形成・人間的成長という側面において、大

いに役立っていたものとする。「座学」では決して学ぶことのできない「実学」を体験する中で、社会人基礎力の獲得という点においても、極めて、有意義な時間が提供されていたものといえる^{4),5)}。

表4 社会貢献事業が学生の人間の資質の向上に及ぼす影響についての報告内容の一例^{4),5)}

SGU テニスアカデミーに参加した受講者(保護者・コーチ)による学生への評価の一例	
1.	2度目の参加でしたが、今回もやはり学生さん達の元気と礼儀正しきは素晴らしく、感心しました。私までパワーを頂きました。
2.	学生のみなさんから、優しく、楽しく接していただき、楽しく練習ができました。
3.	大学生の方々と一緒に過ごさせて頂くことで、テニスのレベルアップだけでなく、挨拶や返事は大きな声で元気よくすること、周りの事を考え自主的にキビキビと行動すること、先輩は先輩らしく、後輩は後輩らしく、チームワークを大切にすることなど、大人になっても大切な事を学べる機会だと感じました。テニスを通じて、皆さまと一緒に子ども達も自己の成長に繋げてくれることを願っています。
4.	当日は大学生からの前向きな声かけ、またどうすれば1ポイントが取れるか、試合中のメンタルについても直接プロからアドバイスも頂くことができ、これからの試合で心掛けていけたらと思ったようです。
5.	滋賀大学の学生さん達の礼儀が素晴らしく、またイベントのサポートに本当に感心し、安心して子供を任せることができました。
6.	学生の皆さんの礼儀正しさに驚きました。そして、最後まで嫌な顔せずラリーにお付き合いして頂いてありがとうございました。そんな皆さんを見ていて、私も元気をもらいました。またこの様な機会が行われる事を切に願います。
7.	とても楽しい練習会だったこと、とても素晴らしい学生さん達だったことを本人から聞きました。テニスはもちろんのことですが、テニスだけではなく娘にも皆様のようなそんな格好いい大人になって欲しいです。文武両道が続けていくことはとても大変かと思いますが、皆様のこと心から応援しています。
SGU テニスアカデミーの事業運営に関する学生の報告内容の一例	
1.	部活動内の幹部の役職や年次に関係なく各コートに割り振られた部員が中心となって、受講者に対して技術的指導だけでなく練習態度なども教育するため、部員1人1人の責任感やリーダーシップ能力の向上に繋がった。また、そのような様々な指導を通じて、部員自身も普段の練習態度や取り組む姿勢を見つめ直す良い機会となった。
2.	受講者に対して、笑顔で挨拶して迎えられるようになった。当初はそれすらも出来なかった。また、ジュニアと部員が試合や練習を一緒に行う中で、ジュニアの精神的成長を感じる事があった。学生がジュニアの見本として振舞っていたことがその一因となっているのではないかと思います、成果を少し感じた。改善点として、技術指導はもちろんのこと、教育的観点から礼儀、マナーという部分をさらに伝えていかなければならないことであり、当初よりは伝えられるようになったと感じているが、徹底していくことが必要だと考える。
3.	昨今のコロナウイルスの影響によるオンライン授業・インターネットの普及により、人との直接的な交流がほとんどないことに気づいた。事業運営を通じて、受講者と積極的にコミュニケーションをとることで、相手の立場になって考えることやわかりやすく伝えることなど、社会に出て会話をする際に必要なことを考える機会になった。また、サービスを享受する側から提供する側に立場が変わったことで、普段、自身がお金を払って受けている教育などのありがたさを感じた。社会人になってからは、サービスを提供する立場へと明確に変わるため、大学生の間に自身が何かを他者に与えることの大変さを知ることができた。
4.	挨拶の大切さや謙虚な気持ちを持つことの大切さなど、テニス以外のことも指導した。挨拶をしなければならない理由や、謙虚な気持ちを持たなければならない理由をジュニアの方たちに向けて説明する中で、普段、当たり前のように挨拶を行い、謙虚な気持ちを持っているものの、改めて、それらの大切さを実感した。普段の自分の行いを見直す良い機会を得ることができた。
5.	普段の部活とは異なる状況において、各々の役割はもちろんのこと、自分の行動に対する責任感、行動のスピーディーさを意識して取り組んだ。また、臨機応変に対応すること、周りを見て行動することが非常に大切だった。部活動や普段の生活、今後社会に出てから必ず必要となってくる周囲の状況に応じて自分の行動を考えることの大切さについて改めて理解することができた。
6.	幹部となり、後輩の手本となれるよう、自分たちも技術力や人間力を向上させようという強い意識をもって参加した。物事に対して意欲的に取り組むことで、自分にも周りにもいい影響を及ぼすことができるということがわかり、これからはたとえ辛いことがあっても、意欲的に取り組もうと思えるようになった。
7.	コミュニケーション能力が向上した。本事業での経験は、就職活動にも活かした。初対面の面接官に対して緊張しすぎずに対応できたのは、本事業の取り組みの成果であると考えている。

VII 硬式庭球部における コーチング実践を通じて 得られたもの

テニスは、技術的要素の高い種目であるため、学生たちにとって2部リーグ昇格やインカレ・インカレインドア出場は極めて高い目標であった。しかし、それらの目標を達成できた背景には、学生たちが、それぞれの高い目標に向かって、強い決意と覚悟を持ち続けてきたこと、最後まで自分自身の可能性を信じて疑わず、前進し続けてきたこと、1球1球に“魂を込めて”ボールを打ち続けてきたこと、アドバイスを素直に受け入れながら、謙虚な姿勢で部活動運営に取り組んできたこと、運を味方につける努力を惜しまなかったことや、様々な側面からチーム力の向上に努めてきたことなど、学生たちの高い成長意欲による熱意ある不断の取り組みが最も大きな要因といえるだろう。そして、指導者たちは、そのような熱意溢れる学生たちを冷静に観察しながら、対話を大切にしながら、その時の状況に適した多様な支援ができたこともまた、目標達成に繋がったものといえる。

落合(2006)は、「コーチングとは、経験や実績を備えた指導者(上司)が、いかに選手(部下)を教育するか、という一方通行的なものではない。愛情を持って選手を育てようとする指導者と、必死に学んで成長しようとする意欲に満ちた選手とのハーモニーである」⁶⁾と述べている。競技力という点においても、人間性という点においても、成長意欲の高い素晴らしい学生たちとの出会いによって、双方での良好な関係性を築きながら、落合氏が述べるようなコーチングが遂行できたことは、まさに、指導者冥利に尽きるものといえる。部活動での学生たちとのかかわりは、いつの年代においても様々な課題・難題をつきつけられるものである。し

かし、その一方で、ヒトには無限の可能性があることや、強い決意と覚悟を持って取り組むこと、明るく笑顔でプレーすること、成功するまでやり続けることなど多くの大切な事柄もまた、学生たちから再認識させられたことである。指導者として、選手が気づきを得るまで待つ姿勢を持つことの大切さも教えられた。硬式庭球部でのコーチングというものは、学生たちから多くの学びを得られる、指導者として成長させてくれるそんな学びの場であるといえる。

硬式庭球部の指導者として、競技力と人間的資質の向上という2つの側面を大切にしてきたが、競技力向上を果たす際には、「目標に向かって、課題解決を図るプロセス」「最悪の事態を想定し、最善の準備を図るプロセス」、この2つのプロセスが重要と考える。試合に勝つためには、誰よりも長くコートに立ってボールを打ち続け、心・技・体・戦術を磨くのは、選手である以上、至極当然のことである。しかし、それだけで試合に勝てるほど甘くはない。試合は不測の事態の連続であり、その事態を上手く対処できてはじめて、勝利を手繰り寄せることができるものである。試合に勝つには、9割が準備、残りの1割が本番での取り組みと運である。勝負というものはコートに入る前に既に決まっていると言っても過言ではない¹⁵⁾。

つまり、試合で勝つためには、前者のプロセスである明確な目標設定とその設定された目標達成のために、一心不乱に練習・トレーニングを重ね、競技力向上に努めること、そして、後者のプロセスである本番で起こり得るあらゆる事態を想定し、本番から逆算して、今、何をしなければならないのか、4つの環境(選手を取り巻く環境、オンコート環境、オフコート環境、チーム環境)²⁾に対して思考を巡らせ、あらゆる側面から最善の準備を図る行動をすることである。強いチーム、謙虚な姿勢でテニス

と向き合うチームというのは、まさに、この2つの思考・行動が備わっているチームであるといえる。2部リーグ昇格を達成できた背景には、この2つのプロセスで部活動運営がなされてきたことも大きな要因の1つであったと考える。そして、その競技力向上を下支えするものが、チームを構成する学生たちの人間性に他ならない。個々の優れた人間性、そして、優れたチームづくり・仲間づくりという土台があってはじめて、真の競技力向上に繋がるものといえる。

今後も、学生たちの主体性・自主性を大切にしながら、また、多くのヒトとの縁・繋がりを大切にしながら、競技力と人間的資質の向上という2つの観点から、新たな具体的目標を設定しつつ、学生たちの支援をし続けていきたい。

【付記】

本論を執筆するにあたり、道慶知子様、西田健様、松村明香様には多大なるご協力を頂きました。ここに深く感謝申し上げます。

参考文献

- 1) 道上静香 (2012) 「滋賀大学経済学部における正課体育の歴史の変遷」『彦根論叢』391:74-93
- 2) 道上静香 (2016) 「私の考えるコーチング論：エリートテニス選手のコーチング」『コーチング学研究』29(3):119-125
- 3) 道上静香 (2019) 「滋賀大学公開講座「わくわくテニス教室」の実践事例－平成27～29年度を対象として－」『テニスの科学』27:9-19
- 4) 道上静香・小関みちか (2022) 「2021年度国立大学法人滋賀大学経済学部と橋本総業ホールディングス株式会社との包括連携協定における活動実施報告書」
- 5) 道上静香・小関みちか (2023) 「2022年度国立大学法人滋賀大学経済学部と橋本総業ホールディングス株式会社との包括連携協定における活動実施報告書」
- 6) 落合博満 (2006) 『コーチング—言葉と信念の魔術』ダイヤモンド社、東京
- 7) 岡本敏一編 (2007) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水32号」』双林印刷社、京都
- 8) 岡本敏一編 (2008) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水33号」』双林印刷社、京都
- 9) 岡本敏一・水野裕太編 (2009) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水34号」』双林印刷社、京都
- 10) 岡本敏一・倉竜也編 (2010) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水35号」』双林印刷社、京都
- 11) 岡本敏一編 (2011) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水36号」』双林印刷社、京都
- 12) 岡本敏一編 (2013) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水38号」』双林印刷社、京都
- 13) 岡本敏一編 (2014) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水39号」』双林印刷社、京都
- 14) 岡本敏一編 (2016) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水41号」』双林株式会社、京都
- 15) 岡本敏一編 (2018) 『滋賀大学彦根キャンパス硬式庭球部「陵水43号」』株式会社 スイッチ、ティフ、京都
- 16) 高橋亮編 (2023) 『滋賀大学彦根キャンパス硬式庭球部「球趣48号」100周年記念号』菊田印刷株式会社、大阪
- 17) 渡邊泰広編 (2015) 『滋賀大学経済学部硬式庭球部「陵水40号」』双林株式会社、京都

Coaching Practices in the Tennis Team at the Hikone Campus of Shiga University

Shizuka Michikami

The purpose of this study was to review and describe in detail the coaching practices of the tennis team at the Hikone campus of Shiga University over a period of approximately 20 years from the coaches' perspective, based on the following four aspects: 1) the circumstances surrounding the tennis team in the early 2000s, 2) coaching philosophy and specific goals, 3) coaching practices to improve competitive performance, especially that of the men's team from 2008 to 2011 toward promotion to the second division of the Kansai Intercollegiate Tennis League, and that of the women's team from 2013 to 2016 for competing in the All Japan Intercollegiate Tennis Championships, and 4) coaching practices to improve the human qualities of the team members.

The tennis team at the Hikone campus of Shiga University does not offer sports scholarships, and yet the men's team was promoted to the second division of the Kansai Intercollegiate Tennis League and the women's team competed in the All Japan Intercollegiate Tennis Championships.

The factors that contributed to the achievement of these extremely high goals are as follows:

- 1) The team members maintained a high motivation to grow and continued to make enthusiastic efforts to improve their competitive performance and acquire excellent human qualities.
- 2) By carefully observing and valuing communication with the team members, the coaches were able to provide various forms of support appropriate to the situation at any given time.
- 3) The successful functioning of coordination and cooperation between the team members and the coaches had a positive effect on competitive performance.

In order for tennis players to achieve true competitive performance, it is necessary not only to develop the mind, techniques, strength and tactics required for playing tennis, but also to have the excellent human qualities that will serve as a foundation for this. As a coach, therefore, I hope to continue to provide coaching with a focus on improving both the competitive performance and the human qualities of tennis team members, while valuing their independence and self-initiative.