

高校生アメリカンフットボール部員における意識化とパフォーマンスの関連性

The relation between the conscious and performance of athlete of high school student

1K04A225

指導教員

主査 堀野博幸先生

丸山 祐丞

副査 広瀬統一先生

緒言:

トップアスリートになるために必要なものは何であろうか。その必要なものの一つとして環境が挙げられ、その環境というものの中には指導者という存在があるであろう。たとえどんなに素晴らしい競技的な才能を持って生まれたとしても、それを伸ばす環境がなければ世界のトップになる可能性はとて小さいものになってしまう。

スポーツの世界では良い選手を選別し、その選手から優先的に指導を行うというのが一般的である。しかし、晩熟の選手でも世界に通用する例があり、そのような選手がしっかりとした指導を受けられる環境作りを行うことが重要である。そのためにも、優れた指導者を多く育てるということをしなければならない。

指導を行う際、指導者は変化し続ける状況で、指導行動がどのように認知されるのか、パフォーマンスをどのように変えるのか、そして選手の行動がどのように変わるのかということに対しての予測をもとに指導を行っている。この指導者の行動決定の枠組みは「メンタルモデル」として捉えることが出来る。良い指導者を育てるために、それぞれの状況にいる指導者がどのような行動指標を持つべきか、ということをはっきりとすることは大切である。

スポーツに関するメンタルモデルに関する研究は様々行われてきた。北村(2007)はスポーツ指導者がもつメンタルモデルをコーチングメンタルモデルと定義し、高校生エキスパートコーチを対照にインタビューを行い、エキスパートコーチが持つメンタルモデルを報告している。北村は高校生エキ

スパートコーチのもつメンタルモデルのカテゴリーは、「熟達化」、「意識化」、「支援」の3つからなっていると考えた。「熟達化」とは高校生が最後の育成年代であることから、スキルの向上を主眼において指導を行っているという意味である。そのスキル向上の手段として、指導者は選手の「意識化」を目指す。北村の研究ではエキスパートコーチの持っているメンタルモデルは明らかになったが、そのメンタルモデルがパフォーマンスや成績に関連しているかどうかは不明である。レベルの高いチームの選手が本当に意識化されているのか、そして意識化されていることはパフォーマンスの向上に貢献しているのか、ということは明らかになっていない。本研究では選手の意識化レベルが競技力、そしてチームの成績に本当に貢献しているのかということの研究する。

方法:

全国の高校アメリカンフットボール部から過去2年間の成績を元に、全国決勝まで進出した高校を全国優勝レベル、関東、関西大会まで進出した高校を全国レベル、県大会まで進出した高校を地域レベルとし分類した。

全国優勝レベル1校、全国レベル2校、地域レベル2校の計5校の部員を対象に「意識化」に関するアンケート調査を実施し、レベル別、試合出場経験、統計学的処理を行った。

結果および考察: 地域レベルとその他のレベルではほとんどの項目で大きな開きが出た。その大きな要因として、練習時間の違い、指導頻度の違いがあると考えられる。全国レベルと全国優勝レ

ベルとの間には意識化レベルに大きな差が出なかった。また全国レベルを全国優勝レベルに上げるには選手の「意識化」を進めるだけでなく、教えた戦術を柔軟に変化させることの出来る「応用力」を養うことが必要となってくるであろう。

レギュラーと非レギュラーでは意識化レベルに大きな差があり、指導頻度にも差があった。指導

頻度を増やす手法としては専属の指導者の数を増やす以外に、指導者としての役割を持つ選手をどのように成長させていくのかということも考えられる必要があるであろう。本研究で、意識化がパフォーマンスに影響を与えることが示唆されたが、これはアメリカンフットボールでの話でありその他のスポーツではどうなのかという研究が待たれる。