

高校バスケットボール部を対象としたスポーツ医科学サポートに関する調査研究

A Study on the Medical and Scientific Supports for Basketball Clubs in High School

1K05A007

指導教員

主査 広瀬統一先生

足立 拓麻

副査 倉石平先生

[緒言]

バスケットボールは、得点を得る為のゴールのポジションが高い位置にあることと、身体のコントラクトを伴うという競技特性により、平均身長やフィジカルスキルに勝る選手が所属する国の代表チームが有利である。したがって、日本のバスケットボールが国際競技力を向上させる為には、成長期であるジュニア期から科学的根拠に基づいたトレーニングや栄養補給の指導により、運動能力や形態的に海外の代表チーム選手に劣らない選手を育成するための医科学サポートが必要である。

本研究は、医科学サポートの具体的方策を作成するため、アンケート調査を実施し、医科学サポートに対する全体的な意識の傾向と、競技レベル間、男女間、指導者選手間での意識の違いの資料を得ることを目的とした。

[方法・統計]

質問項目は、「基本的属性」、「医科学サポートの経験」、「今後期待する医科学サポート内容」、「体力づくり支援」、「栄養面の支援」、「ケガや痛みの相談」の6種類を設定し、選手用と指導者用二種類の質問紙を作成した。平成20年10月中旬から11月下旬にかけて各学校のバスケットボール部指導者を通じて質問紙を配布および回収した。(郵送留置法)収集されたデータの分析には、パーソナルコンピュータ用統計パッケージSPSS(Windows版)を用い、単純集計、クロス集計による χ^2 検定を行った。有意水準は5%未満とした。

[結果]

選手用質問紙274部(男子167部、女子107部)、指導者用質問紙16部、合計290部を回収した。

選手がスポーツ医科学サポートを受けた経験の中で最も多い回答は「怪我や痛みの相談」であり、53.4%の選手に経験があった。加えて、専門家による指導が有効だったかという質問に関しても「怪我や痛みに関する指導」が最も多く、82.9%の選手から有効であるという回答が得られた。競技レベル比較では、「体力づくり経験」($p<.01$)、「選ぶ医療機関」($p<.001$)、「競技復帰プラン」($p<.001$)、「試合前の献立」($p<.05$)、「体調に関する支援」($p<.01$)において有意な差が認められた。男女間比較では「体力づくりの支援内容」($p<0.05$)、「食事の栄養計算」($p<.001$)、「試合前献立」($p<.01$)において有意な差が認められた。指導者選手間比較では、「怪我、痛みに関する支援」($p<.05$)、鍛えたい部位の「背中」($p<.001$)「腹」($p<.01$)、「個人の栄養相談」($p<.05$)、「スポーツ栄養の講話」($p<.01$)の項目において有意な差が認められた。

[考察・まとめ]

医科学サポートに対する現場(指導者、選手)の期待は非常に高いことが明らかとなった。しかし、現状としては強豪校(主に私立学校)に医科学サポートを経験した選手が集中している。全体の意識として、怪我と体力づくりに関する選手の関心は高いがその他の栄養、心理面などのサポートに関する関心は薄い。そして、男女間、競技レベル別、指導者選手間ではそれぞれ意識に有意な差

が見られた。そのため、今後、関心が薄いサポートの項目に関しては、競技レベルが低く、医科学サポートの必要性を認知していない選手に対して啓蒙活動を行うことや、専門家が現場で支援する場合には対象のニーズを分析したうえで指導にあたる必要がある。さらに、公立の高校では、医科学サポートに関する有資格者を教員として優

遇し採用するなど、アスレティックトレーナーなどの専門家を雇用することが難しい現状を打開する具体的な方策を講じる必要がある。

また、スポーツ医科学サポートに対する選手の意識は各年代で大きく様変わりする可能性があるため、今後もさらに定期的に調査、検討し、現場での指導に役立てる必要がある。