

女子体操競技の成績に影響を及ぼす環境要因の検討

A study on environmental factors that influences result of female gymnastics

1K07B028-2 上松侑生

指導教員 主査 作野誠一 准教授 副査 土屋純 准教授

【目的】

体操競技は小さいころから、厳しい筋力トレーニングや柔軟で基礎を身につけ、女子選手は中学・高校生でパフォーマンスのピークを迎えるケースが多く見られる。大学入学を機に引退をする選手も多くいる。また、大学卒業を機に引退する選手がほとんどで、社会人になって続ける選手はほんの一握りの選手だけである。

この要因として第一に考えられることは体の特性である。まず、女性は思春期に初経を迎え、体つきが女性らしくなっていく。これを迎えるとやがて体重の増加や柔軟性、筋肉発達の限界を迎えることにもなる。しかし、大学生になって全員が成績を落としている訳ではない。先日行われた世界選手権に出場した選手の中にも大学に入ってから実力を伸ばした選手がいる。このような事実を踏まえ、一概に身体要因だけでは女子体操競技の成績に関しては語れないと考えた。

そこで筆者は競技成績の変化には周りの環境や各個人の気持ちの持ち方も関係しているのではないかと考えた。筆者が考える環境には、指導者、施設、練習する仲間、雰囲気が含まれる。

こうした身体要因だけでは説明できない女子体操競技の競技成績を決定づける要因について、指導者・施設・仲間・雰囲気・自分の立場などのほか組織との関係という側面も意識しつつ検討する。

【方法】

本研究では全国14の大学・大学院に所属する女子体操選手を対象として「女子体操競技の成績に影響を及ぼす環境要因の調査」という質問紙調査を行った。アンケート結果をSPSSによって集計・分析し、成績に関係する主な環境要因を導き出した。

【結果】

回答率は83.5%(1年37人、2年35人、3年46人、4年17人、院1年2人、計137人)であった。この中で全日本出場者は大学に入ってから初めて出場した選手が11人、大学に入

って出場できなくなった選手が11人いた。体力の低下が指摘されている20歳から全日本に出場している選手も2人いた。最高の成績を残した時のクラブと最低の成績を残した時のクラブを比較して、明らかな違いが見られたのは、ライバルの有無・周りの選手のレベル・指導者の信頼度であった。ライバルがいた方が競技成績が伸びること、一緒に練習する選手のレベルが高いほど自分も競技成績が伸びること、そして指導者を信頼している人ほど競技成績が伸びていることがわかった。大学に入ってからの変化に関しては競技成績が向上した選手が半数近くいた。体型は太った選手が多かったが、モチベーションが上がった選手や自主的に練習ができるようになった選手が多くいた。また部で主将・副将を務めている選手や何らかの役割を担う選手のモチベーションの向上が顕著であり、それらが競技成績の伸びにもつながるものと思われる。

【考察】

一般に身体の発育についてはコントロールが困難と思われているが、体型の変化が周りに流されてしまったり、怪我が気の抜けた雰囲気の中で起こることが多いことから、身体要因もまた環境要因から何らかの影響を受けていると言えるだろう。よって環境をうまくコントロールすることができれば、発育によって成績向上が困難と思われている女子大学生でも体力向上や競技成績の向上を期待できるものと思われる。

また環境要因の中でも、練習姿勢、指導者への信頼、周りの仲間のレベルやライバル関係が成績を伸ばす要因となることがわかった。これらに比べれば影響は大きくないが、主将や副将などの役割を担う選手はモチベーション・競技成績ともに向上しており、自己の意識も競技成績に関係する可能性が示唆された。

女子大学生選手であっても、競技成績の停滞・低下の原因を身体要因に求めるのではなく、まず自分の所属する組織環境を整える努力をすれば競技成績が向上する可能性が本研究から示唆されたと考えられる。