

早稲田大学ハンドボール部における心理的競技能力についての研究
A study of psychological competitive ability for Handball club of Waseda University

1K07B156-4

指導教員 主査 堀野 博幸 先生

仁平 昌利

副査 倉石 平 先生

【目的】

今日、競技スポーツ選手におけるピークパフォーマンスの発揮には、技術、体力とともに、心理面が重要視されてきている。私が所属している早稲田大学ハンドボール部は、周囲の評判では今年日本一が狙えるチームであると言われていたが、春季関東学生ハンドボール1部リーグ5位、秋季関東学生ハンドボール1部リーグ4位の成績で、なかなか思うような位置には行けていない。練習などを見てもまとまった時の実力は明らかにあるのだが、試合になると結果が出ない。その要因に、心理的な要因を感じ今回の研究を行うことを決めた。早稲田大学ハンドボール部の心理的競技能力の強み、弱みを認識し、今後のトレーニングに反映することでチームまたは個人の競技力向上のきっかけになることを目的とする。

【方法】

1. 被験者

本研究では、関東学生ハンドボール連盟に加盟している早稲田大学体育会男子ハンドボール部に所属する26名を対象とした。対象チームは、2010年に行われる全日本学生ハンドボール選手権大会で優勝を目標に挙げるチームである。

2. 調査方法

心理的競技能力診断検査(DIPCA.3)を使用した。

1) 分類

(1) 世代別日本代表レベル(21歳以下の日本代表経験者)、非日本代表レベル(上記以外の選手)と分類した。世代別日本代表レベル7名、非日本代表レベル19名となった。

(2) レギュラー選手(2010年春季・秋季関東学生ハンドボール1部リーグ試合出場メンバー)、非レギュラー選手(上記以外のベンチ外選手)と分類した。レギュラー選手12名、非レギュラー選手14名となった。

(3) キャプテン経験者(中学・高校・大学)、非キャプテン経験者(上記以外の選手)と分類した。キャプテン経験者は11名、非キャプテン経験者は15名となった。

2) 統計分析

統計分析は、SPSS 12.0J for Windowsにより(1)

(2)(3)にt検定を行い、有意水準は5%未満と

した。

【結果】

1. 総合得点について

日本代表群・レギュラー群において総合得点の値は相対的に高いことがみられた。

2. 日本代表群・非日本代表群について

協調性の因子に有意差($p < 0.05$)が認められた。

3. レギュラー群・非レギュラー群について

作戦能力の因子において有意差($p < 0.05$)が認められた。また、精神の安定集中、自信の因子でも統計学的には顕著でないものの相対的に高いことがみられた。

4. キャプテン群・非キャプテン群について

Q23の予測力を示す「作戦を素早く切り替えることができる」、Q27の忍耐力を示す「粘り強い試合ができる」の2つの質問項目において有意差($p < 0.05$)がみられた。

【考察】

今回の調査では、仮説に立てた日本代表選手群とその他の選手で比較したときに出ると推定された自信の因子は出なかった。しかし、質問項目レベルにまで落とすと、自信に起因している項目が出てきたため仮説通りといえる。やはり、日本代表レベルの選手になると経験値の違いから一般の選手より自信を持ち競技していることが分かる。意外だったことは、協調性において値が低かったことである。本間(2009)の先行研究では、チームスポーツの日本代表選手は協調性が高いことを示している。日本代表選手群の協調性が高まることで早稲田大学ハンドボール部の新たな変化がみえると考えられる。このことはレギュラー群にも言えることであるが、今年の早稲田大学ハンドボール部主力選手の課題として協調性があるということ挙げられたのは有益である。また、非レギュラーにおける協調性は伸ばすべきことがわかったが、自信、決断力、判断力、自己コントロールの弱さを強くすることは、今後のレギュラー、非レギュラーの差を埋めるカギとなってくる。