

サッカー選手の運動イメージ生成構造の解明

—プロサッカー選手とアマチュアサッカー選手の比較—

○小唄 昭仁 百瀬 容美子 伊藤 宏
(防衛大学校) (常葉大学教育学部) (常葉大学教育学部)

Key Words : 運動イメージ生成構造, サッカー選手, PAC 分析

【目的】

本研究は、サッカー選手の運動イメージ生成構造を解明し、運動イメージ形成の要点を明確にすることで、サッカー選手に対するイメージトレーニングの指導法への示唆を見いだすことを目的とした。

具体的には、卓越した運動イメージを形成していると考えられるプロサッカー選手とアマチュアサッカー選手それぞれのイメージ生成構造を解明し、比較することで、相違点を見出し、運動イメージ形成に際しての肝要となる要点を明確にすることとした。

【方法】

1. 対象者：日本プロサッカーリーグに所属する男子サッカー選手1名及びアマチュアサッカー選手1名であった。競技経験年数は、プロ選手が27年、アマチュア選手が11年であり、ポジションはともにディフェンダー（以下、DFと記す）であった。

2. イメージ課題：イメージ課題は、「試合開始の段階で、自分のチームのキックオフ、そこからホイッスルが鳴り、ゴールに攻め入るまでのワンプレーをイメージしてください。」と教示し、サッカーの試合の攻撃局面を連想させる内容であった。

3. 分析方法：次の(1)から(5)の手続きによるPAC (Personal Attitude Construct: 個人別態度構造) 分析 (内藤, 2002) を実施し、両者の運動イメージ生成構造を比較した。

(1) イメージ課題に関する自由連想を行い、(2) 項目間の類似度距離行列を作成するために、ランダムに全ての項目対を選び、「あなたが今挙げたイメージや言葉の組み合わせが、言葉の意味ではなく直感的イメージの上でどの程度似ているかを判断し、

その程度を『非常に近い』～『非常に遠い』の7段階で答えてください」と教示し、評定を求めた。

(3) 得られた評定に基づきクラスター分析を実施し、(4) クラスター分析の結果を対象者と共に概観し、被験者によるデンドログラムの解釈とイメージの報告がなされた。その後、(5) 筆者らによる総合解釈を通じて、対象者のイメージ生成構造の解釈を行った。

【結果】

1. 対象者連想項目及びクラスター分析に基づくデンドログラム：対象者連想項目及びクラスター分析に基づくデンドログラムは、図1及び図2に示す通りであった。プロ選手は、クラスター1が「スペースを探す」と「シュートする」の2項目であった。クラスター2は、「センターバックが対角へ蹴る」と「サイドバックへ送る」の2項目であった。クラスター3は「相手のプレッシャースピードを見る」と「ゴールヘッドリブル」の2項目であり、クラスター4は「GKの位置を見る」、「相手の位置を見る」及び「味方へパスする」の3項目であった。アマチュア選手は、クラスター1が「ボールを取られた時のことを考える」と「守備のことを味方に伝えリスクマネジメントする」の2項目であった。クラスター2は、「相手の状態をつかむ」、「後ろから見える情報を味方に伝える」及び「自分のマークの確認」の3項目であり、クラスター3は「緊張」と「チームを盛り上げる」の2項目であった。

2. デンドログラムの解釈：プロ選手のクラスター1は『相手ゴールに到達する局面』と解釈され、相手がいらないスペースを探し、シュートに持ち込むというスピード感のある局面であった。クラスター2

は『相手陣地に押し込む局面』であり、ゴールを奪うための準備という位置づけであった。クラスター3は『相手のプレッシャーをかいくぐる局面』であり、「相手がでてくるのか、相手がいないかなど様々な場面にに応じてスピード感が異なる」とのことであった。クラスター4は『相手や周囲の状況を見る局面』であり、「相手や味方、GKの動き」を「いろいろな角度から見ている」局面であった。アマチュア選手のクラスター1は『リスクマネジメントの局面』と解釈され、「自分の役目である守備を達成するために少しでも得点されるリスクを減らそうとする」とのことであった。クラスター2は『相手や周囲の状況を見る局面』であり、相手の戦術に対してどのように守るかに関する局面であった。クラスター3は『心理面へのプレッシャーと対峙する局面』であり、「緊張して足が硬くなっている自分の気持ちを盛り上げるためのルーティン」に関する局面であった。

【考察】

プロ選手のイメージ生成構造として構成された4つのクラスターは、クラスター1から順に「突破」、

「活動性・即興性」、「幅と厚み」、「状況判断」と捉えることが可能である。これらは、攻撃に関する指導の際の重要事項として挙げられる内容(日本サッカー協会, 2007)であることから、攻撃に関するイメージ想起の際しても肝要な要点と言える。対して、アマチュア選手のイメージ生成構造として構成された3つのクラスターは、「状況判断」を除き、攻撃からは離れた内容と言える。「リスクマネジメント」は「攻撃から守備への切り替え」及び「守備」の局面に関する内容であり、「心理面へのプレッシャーとの対峙」はプレー以外の内容、つまり「今、すべきこと」に意識が向いていない状況と言える。

両者の差異を勘案すると、攻撃に関するイメージ形成に際して肝要となる要点は、攻撃に関する指導の際の重要事項と共通していると言える。したがって、サッカー選手に対してイメージトレーニングを実施する際には、攻撃に関する指導の際の重要事項の反映が必要であることが示唆された。

【文献】

内藤哲雄(2002) PAC 分析実施法入門 [改訂版], ナカニシヤ出版。

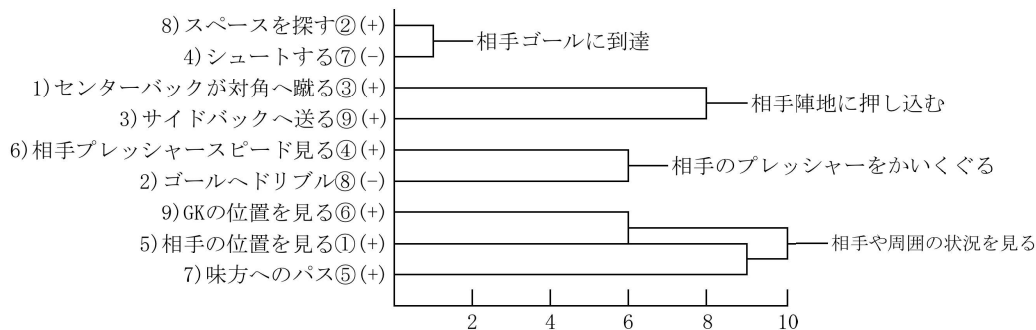


図1. プロ選手のイメージ生成構造に関するデンドログラム

† ; 文頭の数字は連想順位, 文尾の○数字は重要度順位. +はポジティブ, -はネガティブなイメージ.

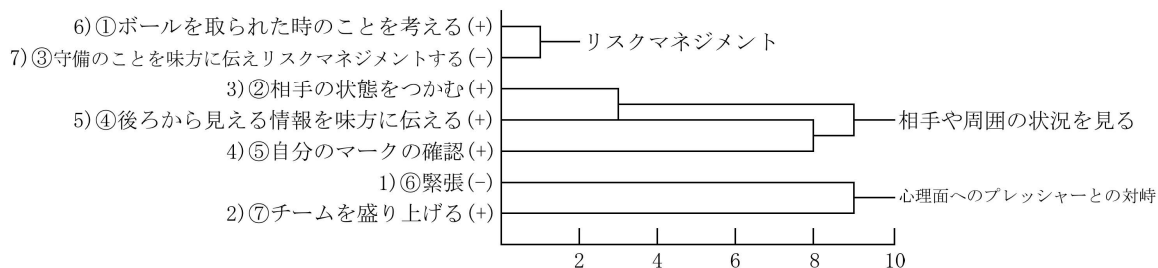


図2. アマチュア選手のイメージ生成構造に関するデンドログラム

† ; 文頭の数字は連想順位, 文尾の○数字は重要度順位. +はポジティブ, -はネガティブなイメージ.