

## エアロビック競技における採点規則の改訂に伴う 指導者の課題解決と学びに関する研究

学籍番号 1755007

氏名 田中 芳美

指導教員 (主) 黒岩 純

(副) 三木ひろみ

キーワード: エアロビック競技, 体操競技, 指導者の学び, 連携

### 【研究の背景】

エアロビック競技は、1983年から競技会が開始されるようになり、1994年には国際体操連盟（以下 FIG と略す）の一種目になり、表現スポーツ・採点スポーツへと発展している。FIG の一種目になった翌年には、芸術点、技術点（後に実施点）、難度点の3つの観点から評価される FIG 共通の Code of Points (以下 COP と略す) を採点規則として使用し、2003年からは日本国内の競技会においても COP を使用するようになった。

採点規則に難度点が組み込まれたことがエアロビック競技の分岐点となり、ダンス的な要素や表現力に対する評価を重視した時代から、難度エレメントが重視されるようになった（菊地、2008）。

菊地（2008）の研究によれば、国際大会では体操競技や新体操などのバックグラウンドを持つ選手の活躍が目立つようになってきていることが指摘されている。

このような国際大会の動向から、長期間にわたって体操競技クラブと連携し、国内外の大会で好成績を収めているエアロビック競技クラブがあることから、体操競技クラ

ブと連携している指導者から、規則改訂に伴う課題解決につながる要因を探るため本調査を試みた。

### 【研究目的】

採点規則の改訂に伴う指導上の課題に対する指導者の認識及び取り組みの現状と、体操競技クラブとの連携によって課題を解決している成功事例から、課題解決につながる要因について検討すること。

### 【検討課題①】

採点規則の改訂に伴う指導上の課題に対する指導者の認識及び取り組みの現状を明らかにする。

### 〈方法〉

日本エアロビック連盟（以下、JAF と略す）登録全クラブ及び未登録クラブ指導者に採点規則の改訂に伴う課題への認識と取り組みの状況を把握する為のアンケート調査を行った。単純集計、クロス集計を行い、自由記述のデータは KJ 法にてカテゴリ分類を行った。統計処理は、SPSS 23.Ver を用い、5%未満を有意水準とした。

### 〈アンケート調査の結果〉

〈属性〉40代と50代の女性が多く（75%）、

エアロビック指導歴が「10年以上 15年未満」でエアロビック競技歴無しが3分の1を占め、他競技歴有りが半数程（54%）であった。

〈指導者の認識〉評価観点については、1位「難度点」、2位「実施点」、3位「芸術点」と回答する指導者が多かった〔表1〕。回答者全員が他競技からの学びが必要と回答し、特に「体操競技」が多く〔表2〕、学ぶべき要素は、「基礎的なトレーニング」、「競技に必要な基礎」、「基本・基礎技術」が多く挙げられた（38%）。

JAF作成の動画やDVDを、72.7%が活用しており、JAF作成以外にも体操競技を参考にしたトレーニングを取り入れている指導者は（83.3%）であった。

〔表1. 評価観点〕

重視している観点	実施点	芸術点	難度点
1位	33%	25%	38%
2位	46%	17%	25%
3位	13%	50%	29%
未回答	8%	8%	8%
総計	100%	100%	100%

〔表2. 学ぶべき他競技〕

学ぶ必要のある他競技	人数（%）
体操競技	96%
バレエ	50%
新体操	21%
アクロ・チア・トランポリン	8%
未回答	4%

〈体操競技を参考にしたトレーニングの実施状況〉「体操競技指導者」から情報を得ながら「競技フロア無しの日常的な練習場」で「自分自身」が指導している指導者が多かった。

〈課題と解決策〉「指導法や理解が不十分」、

「選手に合った指導が不十分」であり、トレーニングを取り入れるにあたっての情報は、「不十分」（84.2%）と回答した指導者が多く、「体操競技」から、「基礎的なトレーニングを学びたい」との理由から体操競技クラブとの連携を希望している指導者が多かった（70.8%）。

〈連携して指導する場合の課題〉「体操競技指導者に対するアプローチ」の課題が最も多く、「金銭的負担」、「練習場所・日程の相談」に関する課題が多く挙げられた〔表3〕。

〔表3. 連携するとした場合の課題〕

メインカテゴリー	サブカテゴリー
	お互いの競技に対する理解（2）
競技特性の理解（14）	エアロビック競技に対する理解（4）
	体操・新体操未経験者の指導上の難点（8）
体操競技指導者に対するアプローチ（15）	練習場所・日程の相談（6）
	金銭的負担（9）
施設・設備（3）	体操競技の器具（3）

### 〈検討課題①のまとめ〉

#### ①課題の認識

他競技からの学びを必要とし、特に体操競技から基礎的なトレーニングを学ぶ必要があると認識していた。

#### ②課題への取り組み

体操競技指導者から情報を得ながら、競技フロア無しの日常的な練習場で自分自身が指導している指導者が多いことから、「指導法・理解が不十分」、「選手に合った指導が不十分」としており、体操競技を参考にした基礎的なトレーニングを取り入れるに

あたった情報は不十分としていた。

### ③体操競技クラブとの連携

「体操競技から基礎的なトレーニング」の学びを必要としている指導者が多く、体操競技クラブとの連携を希望しているが、「金銭的負担」、「体操・新体操未経験者の指導上の難点」についての課題が多く挙げられ、連携には至っていない。

#### 〈クロス集計（ $\chi^2$ 検定，残差分析）〉

クロス集計を行い， $\chi^2$ 検定を行った。結果から有意差が確認できる項目があったが，対象者の人数が少ないため，有効な考察には至らず参考までとした。

#### 【検討課題②】

体操競技クラブとの連携によって指導上の課題を解決したエアロビック競技指導者 A の成功事例から課題解決につながる要因を検討する。

#### 〈方法〉

現在国内トップ選手であり，国内外で好成績を収めている選手を育成しているエアロビック競技指導者 A 及び体操競技指導者 B のインタビューと検討課題①で挙げられた課題を意味縮約にて対比し，課題解決につながる要因を検討した。

#### 〈インタビュー調査の結果（意味縮約）〉

##### ①課題の認識

指導者 A は，国際大会の観戦を機に高難度エレメントを実施し活躍する海外選手のバックグラウンドが体操競技や新体操であることから，体操競技から基礎的なトレーニングを学ぶ必要性を認識していた。

##### ②体操競技指導者への指導の依頼

規則改訂前に指導者 A の知人であった指導者 B に体操競技の専門知識の指導を依頼した。

##### ③指導の内容

当初は，指導者 B の体操クラブで体操競技のトレーニングを一緒に行い，体操競技の専門的知識をそのまま教わっていた。

##### ④成果

体操競技にもある技の習得や身体能力の向上になった。

##### ⑤体操競技クラブと連携する場合の課題

指導者 A の息子さんが通っていたことから，移動の負担は大きくなかったと考えられる。金銭的負担は，体操競技クラブの練習に一緒に参加することから始め，段階的に実施方法を改善し，指導者 B の体操クラブの休館日に体操場を使用し，指導者 B から指導を受けた内容を競技特性に合致するよう調整している。

##### ⑥体操競技クラブとの連携

日程を調整し合い，指導者 A は不足している知識を専門家に依頼し，体操クラブの選手と同じトレーニングを行い，自身も一緒に学んでいることから，指導者 A は「学ばせてもらっている」，指導者 B は，「手伝わせてもらっている」との捉え方であった。

#### 〈検討課題②のまとめ〉

指導者 A は，規則改訂前の国際大会の観戦を機に体操競技から基礎的なトレーニングの学びの必要性を認識し，必ず実施できる解決策を探索し，知人で合った体操競技指導者に指導を依頼し，必ず実施していた。

指導者 A は体操競技の専門知識の指導か

ら段階的にエアロビック競技の特性に合致するように実施方法を改善し調整していた。

### 【考察と総合的結論】

本研究は、エアロビック競技の採点規則の改訂に伴う指導上の課題に対する指導者の認識及び取り組みの現状と、課題解決の成功事例から課題解決の要因について検討した。検討課題①では、アンケート回答者全員が他競技からの学びを必要とし、特に体操競技から基礎的なトレーニングの学びを必要とし取り入れてる指導者が多かった。

しかしながら、体操競技指導者から情報を得ながら競技フロア無しの日常的な練習場で自分自身が指導している指導者が多いため、「指導法・理解の不十分」、「選手に合った指導が不十分」としており、情報は不十分としていた。体操競技から基礎的なトレーニングの学びを必要としていることから連携を希望しているが「金銭的負担」、「体操・新体操未経験者の指導上の難点」への課題が多く、連携に至っていなかった。

検討課題②では指導者 A は、国際大会の観戦を機に規則改訂前に体操競技からの学びが必要だと認識し、知人であった体操競技指導者に専門知識の指導を依頼した。

当初は、指導者 B の体操クラブで体操選手と一緒にトレーニングを行い、次第にエアロビック特性に合致するようトレーニング内容を調整し、実施方法を改善していた。

これらのことから、指導者 A は必要な解決策を必ず実施できる方法を探索し必ず実施し、段階的に実施方法を改善することが課題解決につながる要因だと考えられた。

また、指導者の人的ネットワークが影響を与えていることも知見でき、情報交換を多様できることが幅広い解決策の探索につながることも示唆された。

### 【本研究からの提言】

- ① 課題に直面する以前から、指導者はより良い指導ができるよう情報収集に努める必要がある。
- ② 人的ネットワークを拡大し、情報を交換して多様することで幅広い解決策を探索できるよう促す。
- ③ 指導者自身に不足している知識は専門家に依頼し、連携体制を段階的に改善しながら調整することが必要である。
- ④ JAF は、より良い指導ができるよう情報を提供し、人的ネットワークの拡大につながるよう専門家から得た情報に対する指導者の役割を明確にし、連携体制を支援することが求められる。

### 【引用・参考文献】

- ・菊地はるひ (2008) 競技エアロビックにおける国際大会の動向：エレメント選択、演技内容について、北翔大学短期大学部，研究紀要 46，11-22，