

# バスケットボールビギナープログラムが 知的障害児・者に与える影響

山本 翔太

## I. 問題と目的

知的障がいのある人達の自立と社会参加を目指し、様々な日常的なスポーツ競技プログラムがある。その成果の発表の場である競技会を提供する国際的なスポーツ組織にスペシャルオリンピックス（以下SOとする）がある（富島，2013）。このSOではすべての選手が勝者であるという精神が物語るように、競技性を前面には押し出していない（井上・加藤，2000）。

しかし知的障害者の自立と社会参加を促進させるためにはスポーツプログラムを提供するだけでなく、スポーツプログラムにおいて競技スキルを向上させ、知的障害者に自信や意欲をもたせることが必要となるだろう。

ところで、スポーツ科学の分野において、視覚的なフィードバックにより動作学習が効果的となることが知られている。特に映像を用いたビデオフィードバックは様々なスポーツにおいてその効果が検証されてきた（松本・三上・川村・小島，2014）。

これらから、ビデオフィードバックが競技スキルを向上させることに有効であり、知的障害者の意欲や自信につながるのではないかと考える。

そこで、本研究の第一目的として、バスケットボールにおけるビデオフィードバックがシュートスキルの向上に有効であるかを検討する。また、シュートスキルの向上が選手（SOでの呼称にもとづき以下アスリートとする）本人のQOLの向上に有効であるかを検討することを第二の目的とする。

## II. 方法

### 1. 参加者

参加者は「SO日本新潟」のバスケットボールビギナープログラムに所属しているアスリート22人のうち、 $\alpha$ チームに所属するSOバスケット歴3年のA氏とB氏、6年のC氏、5年のD氏の

4名とそれぞれの家族E氏、F氏、G氏、H氏の4名とした。A氏、D氏はすべての指導に参加していた。B氏は介入Ⅰ期に1回、介入Ⅱ期に3回欠席した。C氏は介入Ⅰ期に1回欠席した。

### 2. 研究デザイン

指導は20XX年5月から12月までの間、月に1回から2回の頻度で全11回、K特別支援学校の体育館で行った。1回の指導は2時間程度であった。研究デザインをABCデザインとした。BL期は第1回から第3回でありシュートスキル向上のための指導は行わなかった。介入Ⅰ期は第4回から第7回でありSOの「コーチクリニック」で提供されたプログラムをもとにしてシュートスキル向上指導を行った。介入Ⅱ期は第8回から第11回でありビデオフィードバックによるシュートスキル向上指導を行った。

### 3. 指導内容及び指導方法

#### （1）介入Ⅰ期におけるシュートスキル向上指導

まず、はじめにボールの持ち方の指導を行った。「コーチクリニック」のテキストに示された「あしを開く」、「膝を曲げる」、「かかとを軽く曲げる」、「肘と膝を柔らかく使う」をSO日本認定コーチがモデルを示し、指導した。

次にシュートの打ち方の指導を行った。「コーチクリニック」のテキストに示された「目はリングを見る」、「膝は前に出す」、「肘と膝を同時に最後まで伸ばす」、「手首はワンハンドシュートの場合はガチョウの首のように曲げる」、「ツーハンドシュートの場合は手首を外側にひねる」をSO日本認定コーチがモデルを示し、指導した。

その後2つのゴールに分かれてそれぞれシュート練習を行った。

#### （2）介入Ⅱ期におけるビデオフィードバックによるシュートスキル向上指導

ビデオフィードバックは個別にアスリートを1人ずつゴール下に呼んで行った。

はじめにフリースローラインからシュートを2本打たせ、シュートフォームをビデオカメラで記録した。そのフォームを1度アスリートとSO日本認定コーチが共に見て、フォームを「シュートフォームチェックリスト」をもとにSO日本認定コーチと一緒にチェックした。「シュートフォームチェックリスト」はデータ収集のために作成した「シュートフォーム評価シート」をもとに作られた。その後「シュートフォームチェックリスト」の不通過項目を確認し、SO日本認定コーチの助言と合わせて本人が通過したい項目を各回で1つ決めた。

その後、その項目についての指導を行った。アスリートが定めた項目について、SO日本認定コーチがモデルを示した。次に参加者にその動きを模倣させた。できていない場合はもう1度ビデオでフォームを見せ、再度SO日本認定コーチがモデルを示し、それを模倣することを繰り返した。

記録のためにビデオカメラをエンドラインの外側に設置し、参加者の全身が映るようにした。

#### 4. データ

##### (1) シュートフォームについて

シュートフォームの到達度評価は「シュートフォーム評価シート」をもとに行った。

「シュートフォーム評価シート」は課題分析表を作成し、それをもとにSO日本コーチクリニックで使用したテキストと実技指導を参考にしてワンハンドシュート用とツーハンドシュート用の2種類を作成した。ワンハンドシュート用は13項目、ツーハンドシュート用は12項目あった。作成した「シュートフォーム評価シート」はバスケットボールを11年経験している大学生のI氏に妥当性を検討してもらった。

シュートフォームの到達度評価はBL期では第1回、介入I期では第7回、介入II期では第11回の指導で参加者のシュートフォームを記録し、これをデータとした。

##### (2) シュート成功数について

シュート10本で1セットとし、合計で22セット行った。第1回の指導で、毎回シュートの

記録をとることを説明し、「シュートチャレンジ」と称して記録を行った。シュートはフリースローラインから打たせ、シュートが成功した本数をその場で記録し成功率を算出した。

##### (3) 聞き取り調査とアンケート調査

シュートスキルの向上によりアスリートのQOLに変化があったのかを明らかにするために各指導での感想発表での言説の変容、アスリートへの個別の聞き取り調査での言説の変容をおった。また家族へのアンケートを行った。

###### 1) 各指導での感想発表での言説

各指導の練習後に $\alpha$ チームのアスリート、家族、ボランティアに感想や反省などを順番に聞いた。感想発表はSO日本認定コーチや他のアスリート、ファミリー、ボランティアなども聞いている状況であった。言説の変容があるかを明らかにするために、感想発表の記録を行い、それらをKJ法により、分類、分析をした。

###### 2) アスリートへの個別の聞き取り調査

シュートスキル向上指導によるアスリートのQOLの変容をみるために、第3回、第7回、第10回の指導の休憩時間にアスリートに個別に聞き取り調査を行った。感想発表は大勢の前で発表するが、この個別の聞き取り調査はSO日本認定コーチと一対で行い、大勢の前での言説と違いがあるかを明らかにする目的があった。回答結果はKJ法により分類、分析をした。

###### 3) 家族へのアンケート

アスリートの家庭での普段の様子や、家族のSOやアスリートに対する意識を調査するために記述式アンケートを行った。アンケートは自由記述式であり、主にアスリートの家庭での様子と家族の意識について6つの質問項目で構成されていた。第1回、第7回、第11回の指導終了時に $\alpha$ チームの家族に配付し郵送で回収し、KJ法により分類、分析をした。

### III. 結果

#### 1. シュートフォームとシュート成功率の変容

A氏、B氏、C氏、D氏のシュートフォーム

の変容とシュート成功率の変容をそれぞれ Fig.1, Fig.2, Fig.3, Fig.4 に示した。

## 2. 「各指導での感想発表での言説」と「アスリートへの個別聞き取り調査」の結果

A氏は介入Ⅱ期においては学校や家庭でもバスケットボールをするようになり、「もっときれいなフォームで打てるようになってたくさん決めたい」などと意欲を示すようになった。B氏の介入Ⅱ期での QOL の変化を明らかにすることはできなかった。C氏は介入Ⅱ期で「練習でも試合でも入るようになった」、「練習で 10 本全部決めたい」などと自信や意欲、向上心を示すようになった。D氏は「うまくなってきた気がする」、「シュートの技を覚えた」などと介入Ⅱ期で指導の場と家庭で自信や意欲、向上心を示すようになった。

## 3. 家族の意識の変化について

A氏は家庭で自信を示したり、バスケットボールをしたりするようになったため、A氏の保護者であるE氏は介入Ⅱ期でA氏に対して「予想外の上達でこれからも期待している」などとA氏に期待をするようになった。また、A氏をSOに参加させている理由は「何か運動をさせたかった」と本研究の最後まで変わることはなかった。B氏の保護者であるF氏と、C氏の保護者であるG氏の介入Ⅱ期での意識を調査することはできなかった。D氏の保護者であるH氏は「交流が必要であると思ったためD氏を参加させている」と介入Ⅱ期で意識が大きく変化することはなかった。

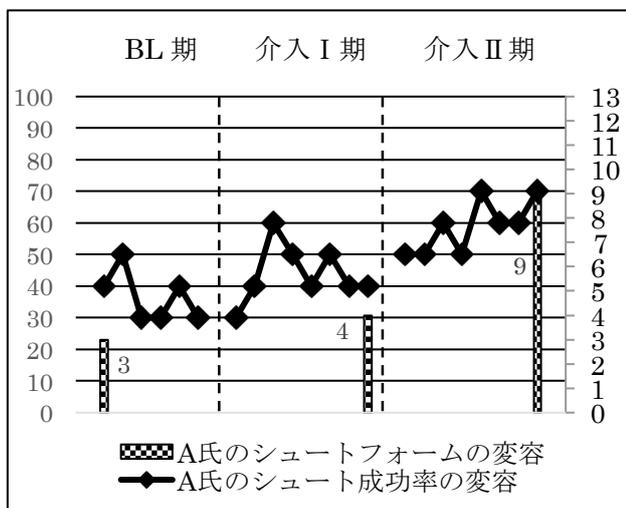


Fig.1 A氏のシュートスキルの変容

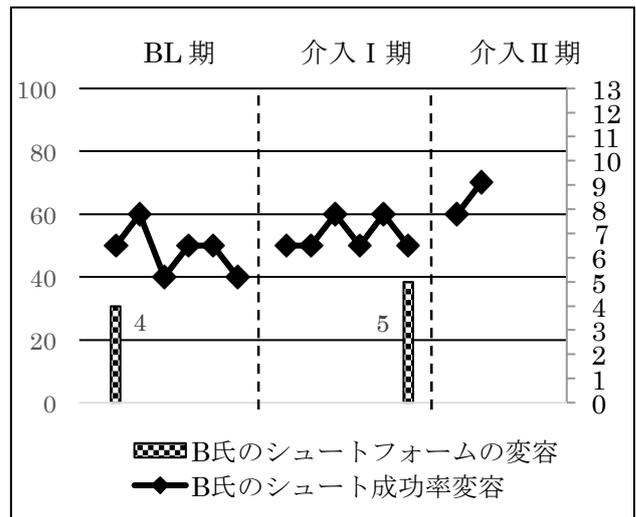


Fig.2 B氏のシュートスキルの変容

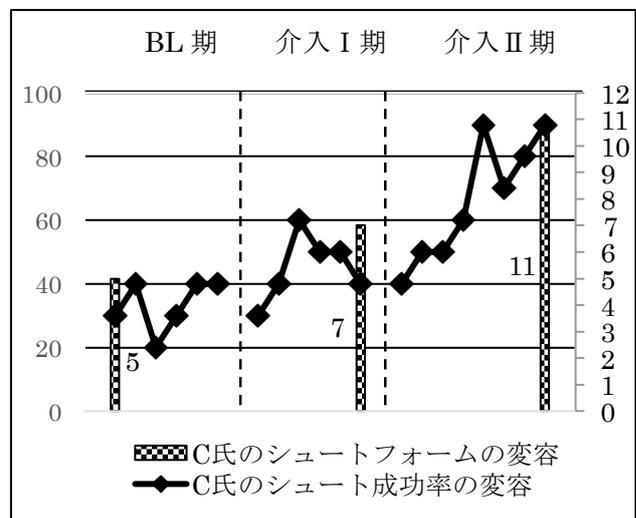


Fig.3 C氏のシュートスキルの変容

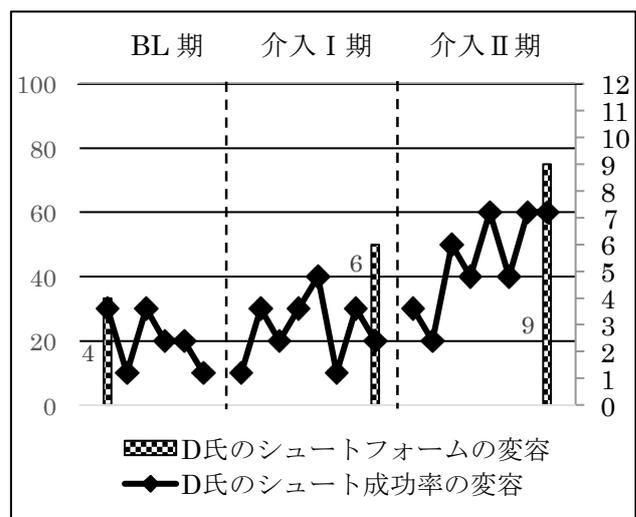


Fig.4 D氏のシュートスキルの変容

#### IV. 考察

結果からビデオフィードバックによるシュートスキル向上指導は有効であった。榎本・竹内(2014)が知的なハンディキャップが大きい児童でもビデオフィードバックによる行動修正の可能性があると示唆しているように、ビデオフィードバックによるシュートフォームの修正が可能であった。これは参加者がビデオで自分のフォームを見ることでフォームを改善しようとする動機づけになり、また自分のフォームを自分でチェックすることで、自分の動きとモデルの違いに気づいたためであると考えられる。

また、アスリーートの QOL が向上したという点からも有効であった。井上・加藤(2000)の研究によると全国的障害者スポーツ大会熊本県代表女子バレーボールチームがバレーボールでレシーブやサーブもできるようになったことを境に目つきが変わり、自信と意欲を得たことを報告している。彼女たちや本研究での参加者が自信や意欲、向上心を示すようになったのは、シュートの記録を取ったり、自分のフォームを見たりするなど、日々練習を積み重ねるなかで目に見える形で自分の上達を実感することができたためであると考えられる。

しかし、A氏、C氏、D氏が介入Ⅱ期でSOをやっている理由を「バスケがうまくなりたいから」、「シュートがうまくなりたいから」と答えるようになっていたものの、家族の彼らを参加させている動機には、大きな変化はみられなかった。守田(2004)によると家族は活動の目的を競技に絞った活動よりも、余暇活動としてのスポーツ活動に求めている傾向があると述べている。

しかし、本研究で参加者は「もっとうまくなりたい」や「勝ちたい」などと発言するようになった。井上・加藤(2000)が言うように知的障害者スポーツの世界においても健常者のスポーツと全く同様に、スポーツの本質をみつめながら、競技スポーツの絶対的な価値を見出すことは可能であり、意義のあることである。

そこで、アスリーートの競技スキルを向上させ、

アスリートに競技スポーツの絶対的な価値を見出させるためには指導者の競技スポーツに関する専門性が重要となる。

しかし、現在は福祉的な観点からボランティアが指導者となっていることが多いため、指導者の競技スポーツに関する専門性が低く、アスリーートの期待に応えることが難しい現状がある。

今後は知的障害児・者にスポーツ活動の場を提供するだけでなく、彼らの期待に応えるべく、指導者が彼らの競技スキルを向上させるという考えをもつことが必要である。そして、指導者が競技スポーツの専門性を学び、身に付けることで、競技スキルの向上を重要視し、質の高いコーチングを保障したスポーツ活動を行っていくべきであろう。

#### V. 文献

榎本拓哉・竹内康二(2014)重度知的障害児へのビデオフィードバックを用いた行動支援—自由遊び場面での不適切行動の修正から—。明星大学心理学年報 2014, 32, 19-23.

井上明浩・加藤泰樹(2000)知的障害者の競技スポーツ参加について。体育・スポーツ哲学研究, 22-1, 17-29.

松本鮎美・三上弾・川村春美・小島明(2014)動作学習支援のためのフォーム分類手法の検討—小学生の逆上がりを題材とした分類に有効な画像特徴量の検証—。映像情報メディア学会技術報告, 9-12

守田香奈子・七木田敦(2004)知的障害児のスポーツ活動への参加を規定する要因に関する調査研究—保護者への調査を通じたニーズの把握—。障害者スポーツ科学, 2(1), 70-75.

富島磨由美(2013)障がい者の自立と社会参加における調査と研究—知的障がい者の自立と社会参加支援—。太成学院大学紀要, 15, 225-230.