

スポーツの実践現場において感じる論文の意義

松村 勲

鹿屋体育大学

I. はじめに

筆者は、専門とする陸上競技中長距離の指導を始めて、20年が経過する。指導当初は自身の競技経験と観察経験をもとに、手探りで指導していたことが思い出される。その中で、いろいろな専門書や論文を読み漁り、試行錯誤を重ねた。ただ、一番役立ったのは現場経験(観察経験含む)の積み重ねの中でいろいろと思考を重ねたことであつたと、現時点では考えている。

そのような中で、11年前の2009年に、本学(鹿屋体育大学)主導で「スポーツパフォーマンス研究」が創刊された。筆者自身がこの間行ったこと(指導内容の一部)を振り返り、整理することで今後に役立てること、少しでも実践現場に寄与できればと思い、何編かの論文を投稿した。

しかしながら、この間実践現場で指導者の方々から聞く声は、「論文が指導現場にどう役立つのか?」「研究は卓上の空論が多くないか?」といった以前と変わらないものであつた。

『「スポーツパフォーマンス研究」はスポーツの実践現場にどう寄与するのか?』

いま一度、その原点に立ち返り、まだまだ若輩者の私なりに「スポーツパフォーマンス研究」に求めたいことを、研究者目線ではなく、指導者・競技者目線で、自分勝手に書き記させていただきたいと思う。したがって、研究上や論文作成上好ましくない表現もあるかもしれない。その点をご容赦いただきたい。

II. スポーツの実践現場が求めることは?

スポーツの実践現場では、どういった研究や論文が求められているか?それは、その指導者や競技者など(以後、スポーツ実践者)が何を求めているかで、千差万別であろう。しかし、共通していることは、「少しでもパフォーマンスを向上させる手立て」であることは間違いないと考える。それは、筆者の専門分野における昨今の厚底シューズブームをみても顕著である。

本学の山本正嘉教授がスポーツパフォーマンス研究の「Editorial 2018」で述べられているように、多くのスポーツ実践者が、科学研究上求められる確かさ(95%)より低い水準(50~90%)でも、それを実践しようとする。先述した厚底シューズにしても、現在は研究が進められているが、ブーム当初はエビデンスが皆無の中でも、実績(厚底シューズで出された記録)で使用者が急増し、現在に至っている。このようなことから、スポーツ実践者は、常に少しでもパフォーマンスを向上させられる手立てを探し求めていることが窺える。

また山本正嘉教授は、「科学と技術は別物」との解説を述べられている。先述の厚底シューズに関しては、カーボンプレートの使用やソールのクッション性(素材)など、科学と技術が混在するものであると考える。また、スポーツでのトレーニングやパフォーマンス発揮においては、運動生理学やバイオメカニクスなどの科学があると同時に、トレーニングの組み立てや指導者・選手間のコーチングなどは技術が伴うものであると考える。

以上のことを考えると、冒頭に述べたスポーツ実施者と論文(研究)との乖離は、この2点(スポーツ

実施者が求める確かさ、技術的側面)が、大きな要因になっているのではないかと、個人的には感じる。

昨今ではインターネット環境が整い、誰でもどこでも気楽に情報発信、情報収集が行えるようになった。身近なスポーツ実施者(本学学生競技者)をみても、多くの者が YouTube 等の動画や SNS から情報を集め、トレーニングに生かそうとする光景がみられる。斯く言う筆者も、選手時代や指導者になりたて頃は専門書や論文を読み漁ったが、現在はインターネット上での情報収集(一流選手やチームの動画視聴など)が多くなっている。そう考えても、スポーツ実施者は「少しでもパフォーマンスを向上させる手立て」を、常に求めていることが窺える。またその中で、確固たる論文(従来通りの科学的論文)を求めているのではなく、少々不確かでもより良い情報を得ようとしているのだといえる。ただ、筆者がとても危惧していることは、インターネット上での情報に間違いも多く存在することである。そこは、情報発信者が正しい知識を持ち、正確に情報発信することはもとより、読み手(聞き手)が正しい知識を持ち、すべてを鵜呑みにせず、精査していく必要がある。

そのような中で、『「スポーツパフォーマンス研究」はスポーツの実践現場にどう寄与するのか?』という冒頭の自問に答えるとすれば、正確な答えにならないが、虚偽や誤報などの内容は許容できないものの、内容に正確性がある中であれば、少々不確かな内容であっても、スポーツの実践現場に役立つ内容であれば、掲載の方向で多くの情報を提供していくことではないかと考える。個人的には、一流選手や一流の指導者のトレーニング方法や指導にとっても興味があることから、それらをトレーニング報告(事例報告)として、掲載してもらえれば、いちスポーツ実践者として大変有り難いところである。

III. 最後に

「余暇を楽しむ」ことから派生したスポーツは全世界で、より良い文化として根付いている。そのスポーツにおいて、より良い活動方法、トレーニング方法、指導方法などを探求していくことは、人類にとっても非常に大切なことであると考え。本ジャーナル(スポーツパフォーマンス研究)がその一助となることができれば、筆者にとってもとても幸いなことである。