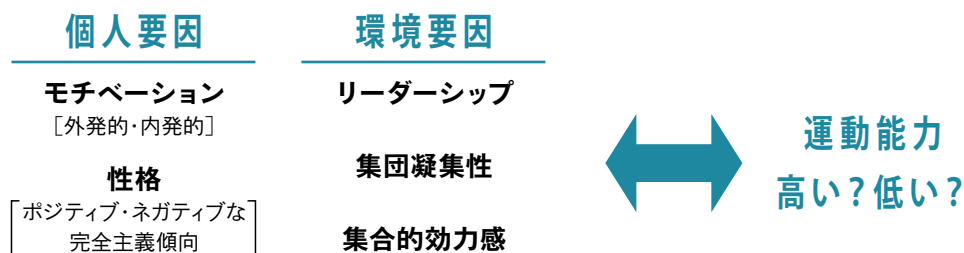


心理的要因と運動能力の関係性検討



分析方法

全対象クラブ選手(n=49)のデータを用い、ステップワイズ式の重回帰分析を行った(独立変数 = 各フィールド測定および1RM測定、従属変数=心理学的要因6つ)

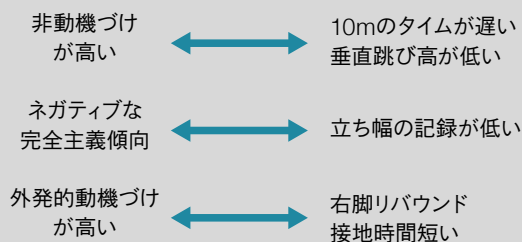
個人要因と運動能力の関係性

- ①非動機づけ度合いが高い人ほど、10mのタイムが遅く($R^2 = 0.14, p = 0.02$)、両足垂直跳びが低い($R^2 = 0.07, p = 0.02$)
- ②ネガティブな完全主義傾向であるほど、立ち幅跳びの距離が短い($R^2 = 0.0XX, p = 0.0X$)
- ③外発的動機づけ度合いが高いほど、右足リバウンドジャンプの接地時間が短い($R^2 = 0.13, p = 0.01$)

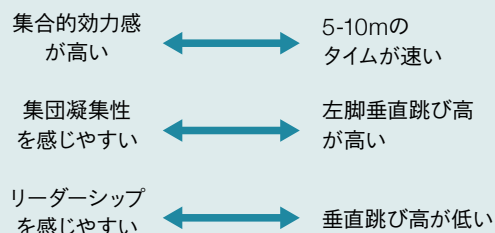
環境要因と運動能力の関係性

- ①チームの集合的効力感を高く感じている人ほど、5~10m区間のスプリントタイムが短い($R^2 = 0.12, p = 0.04$)
- ②チームの集合的凝縮性を高く感じている人ほど、左足での垂直跳びが高い($R^2 = 0.13, p = 0.02$)
- ③チームのリーダーシップを高く評価している人ほど、垂直跳びの高さが低い($R^2 = 0.07, p = 0.05$)

個人要因と運動能力の関係性



環境要因と運動能力の関係性



2018年度で得られた知見

- ①内発的な動機づけ度合いが低く、外発的動機づけ度合いが高い人は、筋パワー発揮やスプリントの能力が低いという関係性が明らかとなった
- ②ネガティブな完全主義傾向にある人は、筋パワー発揮能力が低いという関係性が現れた
- ③集合的効力感や集合的凝縮性を感じやすい人ほど、筋パワー発揮やスプリントの能力が低いという関係性が明らかとなった

■ 結果まとめ

心理的な要因がトレーニング効果に影響を与える可能性

