

ネットプレーを導入したことにより競技力を向上した大学女子テニス選手の一事例

高橋仁大¹⁾, 村上俊祐²⁾, 北村哲³⁾

¹⁾ 鹿屋体育大学

²⁾ 鹿屋体育大学大学院

³⁾ びわこ成蹊スポーツ大学

キーワード: テニス、女子、戦術、プレースタイル

[要 旨]

近年のテニスでは、グラウンドストロークがプレーの中心と言われている(ショーンボーン, 2007). 特に女子選手においては、一般的にネットプレーを試みる割合が男子選手に比べて少ない傾向にある(Takahashi et al., 2010). 本研究では、そのようなベースラインでのグラウンドストロークを中心にプレーしていた大学女子テニス選手を対象に、グラウンドストロークからネットプレーへと展開するプレーを導入したことにより、競技力を向上させた事例について報告する. 対象とした選手は大学テニス部に所属する女子選手 1 名であった. 大学入学前は、ベースラインプレーを主体とする、女子選手の典型的なプレースタイルを用いていた. 大学 2 年以降、ネットプレーを含む攻撃的なプレーを行うことを意識したトレーニングを継続的に行った. その結果、大学 3 年時には試合中にネットプレーを用いる割合が高くなり、全国大会や地方学生大会での成績を向上することができた. 一方、大学 4 年時にはネットプレーをすることへのプレッシャーを感じるようになり、試合中にネットプレーを用いる割合は減少した. 本研究の結果、女子選手においてもネットプレーを導入することにより、競技力を向上する可能性があることが示唆された.

スポーツパフォーマンス研究, 7, 238-246, 2015 年, 受付日:2015 年 4 月 15 日, 受理日:2015 年 8 月 26 日

責任著者:高橋仁大 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町 1 番地 hiroo@nifs-k.ac.jp

* * * * *

A university woman tennis player who improved her competitive power by using net play

Hiroo Takahashi¹⁾, Shunsuke Murakami²⁾, Tetsu Kitamura³⁾

¹⁾ National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

²⁾ Graduate School, National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

³⁾ Biwako Seikei Sport College

Key words: tennis, women, tactics, play style

[Abstract]

It has been said that, in modern tennis, it is necessary to acquire skill in the groundstroke (Schonborn, 2007). Women players tend not try net play as much as men do (Takahashi et al.,

2010). The present study reports observations of a university woman tennis player who had been using mainly groundstrokes from the baseline and who improved her competitive power by expanding from groundstrokes to net play. The participant was a woman tennis player who belonged to the university tennis club. Before entering the university, she used a typical woman's style of play, based mainly on playing at the baseline. After her second year at the university, she trained constantly on offensive play, including net play. As a result, in her third year, she used net play more frequently and her results at national and local student competitions improved. On the other hand, in her fourth year, she started to feel pressure to play at the net, and her frequency of net play during competitions declined. The experience of this player suggests that women tennis players may be able to improve their competitive power if they expand their use of net play.