

# 国民体育大会における陸上競技女子 4×100m リレーのバトンパスの短期間の コーチング実践の分析:客観的データの活用とコーチングコンセプトの有用性

太田 涼  
山梨学院大学

キーワード バトンパス、受け走者の加速、バトンタイム、バトンパス完了地点、コーチング

## 【要 旨】

リレー競技については、これまでトップレベルの技術や戦術が数多く報告されてきたが、より下位レベルのチームに求められる技術や戦術についての報告は少ない。今回、筆者らは、所属チームが異なるリレーメンバーによって構成され、事前のバトンパス練習の回数が限られる中で出場した競技会において、受け走者の加速の充実を基本コンセプトのひとつとした短期間のコーチング実践に取り組んだ。本研究の目的は、得られた各種の資料をもとにこのコーチング実践の事後的検討を行い、その成果と課題を検証することにあつた。本事例の予選では、いわゆる「詰まったパス」にとなった。「詰まったパス」の解消にはチェックマークの延長が必要になるが、筆者は受け走者の加速のさらなる充実を念頭に置いてチェックマークの移動を見送った。その結果、準決勝では受け走者が充実した加速を行い、今度はいわゆる「間延びしたバトンパス」となった。さらに決勝では、筆者は選手の不安感を取り除くためにチェックマークを短縮し、受け走者のさらなる加速の充実を引き出すことに成功した。事後的検討の結果、本事例では「詰まったパス」になることを許容するマーク設定によって受け走者の充実した加速を引き出すことができたこと、そして本事例で用いられたコンセプトは事前のバトンパス練習が限られるチームがバトンパス失敗を回避しつつ順当に実力を発揮する上で有効である可能性が示唆された。

スポーツパフォーマンス研究, 10, 1-14, 2018 年, 受付日: 2016 年 10 月 17 日, 受理日: 2018 年 1 月 23 日  
責任著者: 太田涼 〒400-8575 甲府市酒折 2-4-5 山梨学院大学スポーツ科学部 ohta@bk9.so-net.ne.jp

\*\*\*\*

## **Coaching the baton pass by a women's track and field 4×100-m relay team for the National Sports Festival**

Ryo Ota  
Yamanashi Gakuin University

Key words: baton pass, acceleration of baton receiver, baton pass timing,  
point of completion of the baton pass, coaching

## 【Abstract】

Many reports have been published about techniques and tactics of top-level athletes in relay events, but the present author found few published reports regarding lower-

level athletes. A short-term coaching program was prepared to improve the acceleration of the baton receiver on a relay team that consisted of members from different groups who had had a limited amount of practice. The present study aimed to analyze and evaluate the results of this coaching program, based on the data obtained. In the preliminary heat, the baton pass became a so-called "clogged pass". The usual solution for a clogged pass is to extend the check mark, but that was not done in the present study, which took into account further acceleration by the baton receiver. In the semifinal, the baton receiver did accelerate well, but the pass was prolonged. In the finals, the check mark was shortened in an attempt to eliminate any anxiety on the part of the runners. After that change, the baton receiver accelerated further. These results suggest that the setting of the check marks to prevent clogged pass enhanced the acceleration of the baton receiver, and that, by using this method, a relay team that has not had sufficient practice time may still be able to avoid failure in the baton pass.