

連携技能に関わる練習道具のトレーニング効果を検証する

横山慶子¹⁾, 田渕規之²⁾, 山本裕二¹⁾

¹⁾名古屋大学総合保健体育科学センター

²⁾ミズノ株式会社

キーワード: 連携技能, 練習道具, 触覚情報, 視覚情報, フィードバック

【要旨】

サッカーなどの集団スポーツでは、他者と連携する技能の習得もパフォーマンスに寄与する重要な要因のひとつである。本研究では、連携技能に関わる練習道具のトレーニング効果を検証した。練習道具は、サッカーの3対1ボール保持課題で使用することを想定しており、三者を伸縮性のあるゴム紐で繋ぐことで、プレイヤー間のコート上の配置の距離間隔を、触覚および視覚情報でフィードバックすることを狙いとして作製されたものであった。道具は、1本のゴム紐で結合する道具(1本版)と、3本のゴム紐で結合する道具(3本版)の2種類であった。参加者は20名の大学生であり、4名を1グループとして合計5グループに分けた。そのうち、2グループは、1本版または3本版の練習道具を利用して3対1ボール保持課題を実施し、残りの1グループは、練習道具を利用せずに同課題を実施した。実験では、1日につき10回のトレーニング試行を合計で2日間に渡って実施し、各実施日のトレーニング試行の前後にテスト試行を実施した。トレーニング前後のテスト試行におけるパス頻度を比較した結果、どちらの道具に関しても、パスを繋げる回数が増える傾向が確かめられた。

スポーツパフォーマンス研究, 12, 193-208, 2020年, 受付日: 2019年9月26日, 受理日: 2020年4月18日

責任著者: 横山慶子 464-8601 名古屋市千種区不老町名古屋大学総合保健体育科学センター

yokoyama@htc.nagoya-u.ac.jp

Effects of training tools for improving cooperation skills in soccer

Keiko Yokoyama¹⁾, Noriyuki Tabuchi²⁾, Yuji Yamamoto¹⁾

¹⁾ Nagoya University

²⁾ Mizuno Corporation

Key words: cooperation skills, training tools, haptic information, visual information, feedback

【Abstract】

In team sports like soccer, techniques for cooperating with other team members are important factors for promoting successful performance. The present study

examined effects of training tools for improving cooperation techniques. The training tools were used in 3 vs. 1 ball possession in soccer. There were two types of tools: one type connected players with one elastic band, and the other connected them with 3 elastic bands. When using the tools, three players were connected with one of the tools. These tools were developed to improve their perception about social distance against other players by giving them haptic and visual feedback. The participants, 20 university students, were divided into 5 groups of 4. Two groups used the one-elastic band type and the other two groups used the three-elastic bands respectively when practicing 3 vs. 1 ball possession. The remaining one group did the same practice without using the training tools. The training matches were conducted 10 times per day for 2 days. The results from test matches conducted before and after the training matches indicated that the frequency of passes increased in the groups that had used one of the tools, compared to the frequency of passes in the groups that had not used the tools.