

野球の打撃指導における指導言語が中学生選手のスイング特性に及ぼす 即時的な影響

福家瑠都¹⁾, 河村剛光²⁾

¹⁾ 順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科

²⁾ 順天堂大学 スポーツ健康科学部

キーワード: スイング軌道, スイング回転半径, ボールを叩く

【概要】

野球の指導言語には、「最短距離で打つ」「腰を回す」「ボールを叩く」「芯でミートする」等があるが、それらの即時的な影響は明らかではない。そこで、本研究は野球における打撃時の指導言語が中学生のスイング特性に及ぼす影響を検証する。中学軟式野球部に所属する選手 22 名を対象に、指導言語を被験者に教示し、各指導言語で教示前後のスイング特性の変化を分析した。統計処理は二元配置分散分析を用いて、指導言語の教示による測定前後の数値の変化を分析した。その結果「最短距離で打つ」はコンパクトなスイングへと変化し、「ボールを叩く」では、コンパクトなスイングへと変化し、加えてバットヘッドが水平方向に近づき、スイング軌道が下向きに変化した。また、その他の指導言語では有意な変化は認められなかった。以上の結果から、各指導言語がもたらすスイング特性への影響が示された。

スポーツパフォーマンス研究, 13, 316-328, 2021 年, 受付日: 2021 年 1 月 18 日, 受理日: 2021 年 6 月 17 日
責任著者: 福家瑠都, 270-1695 印西市平賀学園台1-1 順天堂大学 fuke0716@gmail.com

Influence of a batting coach's instructions on characteristics of the swing of junior high school baseball players

Ryuto Fuke¹⁾, Yoshimitsu Kohmura²⁾

¹⁾ Graduate School, Juntendo University

²⁾ Faculty, Juntendo University

Key words: trajectory of batter's swing, radius of rotation of bat, "hit the ball"

【Abstract】

Coaches' instructions in baseball include "hit the ball toward the shortest distance to the fence," "hit the ball," "hit it in the sweet spot," and "turn your hips," but the immediate effects of these instructions on the players' performance are unclear. Therefore, the purpose of the present study was to investigate effects of these

instructions on characteristics of batters' swings. The participants were members of a junior high school rubber-ball baseball club. The players (N=22) were given the four instructions above, and changes in the characteristics of their swing before and after the instructions were measured using a swing tracer. The influence of each of the instructions was compared with a two-way analysis of variance, and a post-hoc test was applied using the Bonferroni method. The results indicated that the radius of rotation of the bat was reduced after the batters were told to "hit toward the shortest distance." After the batters were told to "hit the ball," the radius of rotation of the bat was reduced, the bat head angle rose to become more horizontal, and the swing trajectory shifted downward. No changes in swing characteristics were observed following the other two instructions. These findings suggest that some of a coach's instructions may effect swing characteristics.

