

テニスの競技力向上に及ぼす要因を探る —学生選手のゲーム分析データを基に—

高橋仁大
鹿屋体育大学

キーワード: テニス、競技力向上、ゲーム分析、トレーニング、コーチング

【要 旨】

本研究の目的はテニスの競技力向上の要因について、トレーニング内容と選手の意識の変化から明らかにしようとするものである。被験者は男子学生テニス選手一名であった。

被験者の試合内容は 2000 年の秋から変化を見せた。攻撃と守備のポイント割合が増え、またベースラインでのラリー回数も長くなった。被験者はコート全体を使ったプレースタイルを得ることができたといえよう。

また以下に挙げた4点は選手の意識に関する点で、選手の競技力向上の手助けをすると考えられるものである。選手はこれらの過程を経ることによって自信を獲得することができる。(1)課題を自覚すること、(2)指導者による課題の見極めがなされていること、(3)課題に対して継続的なトレーニングがなされていること、(4)課題の成功体験を得ること(試合の勝利だけではなくプレーに対する成功も含めて)。

スポーツパフォーマンス研究、1、211-222、2009 年、受付日:2009 年 7 月 6 日、受理日:2009 年 9 月 16 日
責任著者:高橋仁大 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町 1 鹿屋体育大学 :hiroo@nifs-k.ac.jp

- - - - -

Seeking the game factors in tennis Based on data from a student player

Hiroo Takahashi
National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

Key Words: tennis, increase in game power, match analysis, training, coaching

[Abstract]

The purpose of the present study was to reveal the game factor in tennis from an analysis of the content of training and changes in a player's attitudes. The participant was a university male tennis player whose game contents had

changed from Fall, 2000. The point ratio of offense and defense had increased, and rallies at the baseline had become longer. That meant that he had established an all-court play style. If players become aware of the following 4 points, and, going through these processes, gain confidence, their game power may increase: (a) recognizing the issues, (b) identifying issues that have been clarified by their coach, (c) training consistently, and (d) having successful matches, that is, not only winning games, but also being successful in the play throughout games.