

言語教示が中学生野球選手のスイング特性に及ぼす影響

順天堂大学  
スポーツ健康科学研究科  
学籍番号：4118033  
氏名：福家 瑠都

【目的】

本研究はヘッドスピード向上と正確なインパクトの為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。

【方法】

被験者は中学軟式野球部に所属する選手、男子 12 名(競技歴  $4.8 \pm 2.2$  年)、女子 10 名(競技歴  $5.7 \pm 1.9$  年)とした。検証する指導言語は、「最短距離で打つ」「腰を回す」「ボールを叩く」「芯でミートする」であった。簡易型スイング特性分析器を用いて教示前後のスイング特性の変化を測定した。言語間の差についての統計処理は二元配置分散分析を行い、下位検定にはボンフェローニ法を用いた。

【結果】

指導言語によるスイング特性への影響についてヘッド角度 ( $p=0.000$ )、スイング回転半径 ( $p=0.006$ )、スイング軌道 ( $p=0.003$ ) では有意な交互作用が認められた。単純主効果はヘッド角度では「ボールを叩く ( $p=0.000$ )」で有意な差が認められ、バットヘッドが上がる結果となった。スイング回転半径では「最短距離で打つ ( $p=0.000$ )」「ボールを叩く ( $p=0.036$ )」で有意な差が認められ、コンパクトなスイングになる結果となった。スイング軌道では「ボールを叩く ( $p=0.000$ )」で有意な差が認められ、スイング軌道が下降する結果となった。また、教示前後に有意な主効果が認められ、ヘッドスピードは低下した (Pre-Post:  $p=0.046$ )。

【結論】

言語教示によるヘッドスピードの向上は見込まれず、指導言語によってスイング特性への影響が異なり、特に「ボールを叩く」という指導言語はスイング特性への影響が大きいと考えられた。