

バドミントンのホームポジションに戻るフットワークの速さに関わる要素

— アンダーハンドストローク後の戻り動作を対象として —

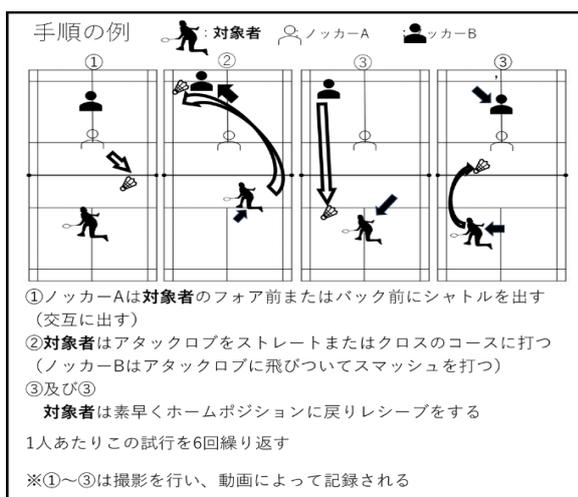
山川滉平 (岡山大学)

1. 目的

本研究では、バドミントン競技においてアンダーハンドストロークのアタックロブを打った後、ホームポジション (HP) に戻るまでのフットワーク動作を対象として、競技成績の高い選手と競技成績の低い選手、戻りフットワーク速度の速い選手と遅い選手を比較することで、アンダーハンドストローク後の HP 戻りフットワークの速さに関わる要素を明らかにすることを目的とした。

2. 研究方法

- 1) 対象者：バドミントン部に所属する男子大学生 14 名 (19.7±1.0 歳)
- 2) 対象者の分類：「個人戦で、全国大会出場経験がある。または、規模が県大会以上の大会でベスト 8 以上の成績を残したことがある。」という競技成績の有無による上位群 (6 名) と下位群 (8 名) と、HP 戻りフットワークの最高速度別の上位群 (7 名) と下位群 (7 名) に分類
- 3) 調査手順



- 4) 分析項目：HP 戻りフットワークの速さ (6 試行の中の最高速度)、HP 戻りフットワークに要した歩数、0 歩目から 1 歩目までの動き出し動作の速さ (0-1 動き出し動作の速さ) と 1 歩目か

ら HP までの移動動作の速さ (1-HP 移動動作の速さ)、HP 戻りフットワークにおける 0 歩目、1 歩目、2 歩目の接地時間、戻りフットワークの足運び、踏み込み足蹴りと逆足蹴りに対応した各項目

- 5) 統計：対応のない t 検定

3. 結果および考察

- 1) 競技成績別の比較

ほとんどの項目で有意差は認められなかった。

- 2) フットワークの速さ別の比較 (フォア前から)

フォア前からの HP 戻りフットワークでは、上位群の方が踏み込み足蹴り時の 1-HP 移動動作の速さが有意に速く ($p < 0.01$)、上位群に踏み込み足蹴りによる動き出し動作が 7 名中 5 名と多く見られた。したがって、踏み込み足蹴りで動き出し、次の 1 歩目から HP までの移動速度を大きくすることが、速さに関わる要素と考えられた。

- 3) フットワークの速さ別の比較 (バック前から)

バック前からの HP 戻りフットワークでは、上位群の方が、全体の歩数が有意に少なく ($p < 0.05$)、逆足蹴り時の 0-1 動き出し動作が有意に速い ($p < 0.01$) ことが認められた。したがって、全体の歩数を少なくすること、逆足蹴り時に 0 歩目から 1 歩目 (蹴り出し) までの移動速度を大きくすることが、速さに関わる要素と考えられた。

4. まとめ

本研究では、フットワークの速さ別の比較から、「0 歩目から 1 歩目の動き出し動作の速さ」「1 歩目以降の移動の速さ」、「歩数」「足運び」などが HP 戻りフットワークの全体の速さに関わる要素であると考えられた。また、HP 戻りフットワークの速さに関わる要素は、フォア前からとバック前からと異なることが明らかとなった。