

研究タイトル: 継続したドリブルトレーニングがボールスキルやゲームパフォーマンスに及ぼす影響—中学生のサッカー選手を対象として—



氏名:	多賀 健 / Ken Taga	E-mail:	ken-taga@tomakomai-ct.ac.jp
職名:	准教授	学位:	修士(体育学)
所属学会・協会:	日本体育学会, 北海道体育学会, 日本コーチング学会, 日本スポーツ教育学会, 日本教育医学会		
キーワード:	スポーツの動作分析、スポーツコーチング、運動学習(トレーニング)		
技術相談 提供可能技術:			

研究内容:

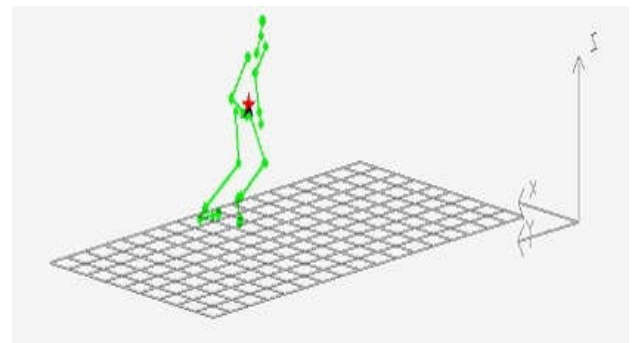
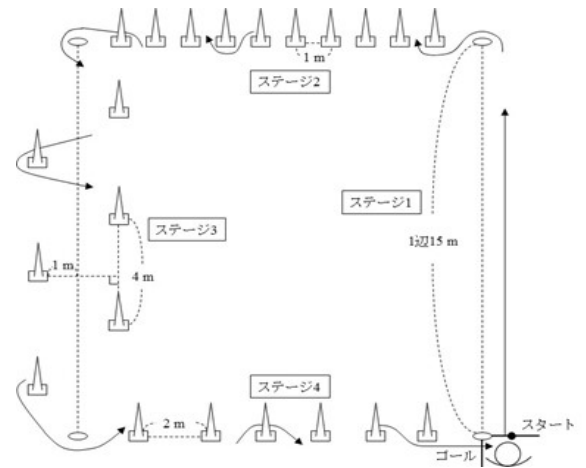
サッカーのドリブルトレーニングによるドリブルスキルの上達がドリブル時の身体動作、ゲームパフォーマンス及び眼球運動(視点)にどのような影響を及ぼすかを明らかにすること

〔第1の研究〕 中学2年生のサッカー選手を対象として、TR群はドリブルトレーニング(DRI-TR)を行い、CONT群はパス&コントロールトレーニング(PassCon-TR)を14週間実施し、トレーニング前後に測定するスキルテストを比較検討した。その結果、14週間のトレーニング後にドリブルテストとトラップテストのTimeはTR群は有意に減少したが、CONT群は減少しなかった。一方、パステストの成功本数は、両群共に増加しなかった。以上のことから、14週間のDRI-TRはドリブルとトラップスキルの向上を引き起こすが、パススキルにはほとんど影響を及ぼさないことが明らかとなった。

※Football Science (日本フットボール学会) に掲載済み

〔第2の研究〕 中学1年生のサッカー選手を対象とし、TR群はDRI-TRを、CONT群はPassCon-TRを16ヶ月間実施した。パフォーマンス評価として、トレーニング前、3ヶ月後、6ヶ月後、10ヶ月後、16ヶ月後に①ドリブルテスト、②フェイント時の動作分析、③11vs11の試合を比較分析した。その結果、DRI-TRはドリブルテストのTime、フェイント時のボール速度や身体重心速度の向上を促し、そのことがゲームパフォーマンスを向上させたと考えられる。

※投稿中



これまでの研究からドリブルスキルの上達における身体動作の変化を明らかにし、サッカーのドリブルスキルにおける適切な指導法を確立したい。また、ドリブルトレーニングにおける指導者のコーチングの的確な視点を体系化し、育成年代における競技スポーツとしての指導はもちろんのこと、学校教育の体育実技科目におけるサッカー指導において、論理的な知見となるよう研究を発展させていきたい。

提供可能な設備・機器:

名称・型番(メーカー)