

登録種別

一般研究発表申込

講演申込の詳細

【演題名】

バレーボールのレセプションの成功率向上に向けた視覚トレーニング
(プライマリ利用)の効果測定.

【演者名】

金子美由紀(名城大学), 神田翔太(愛知学院大学), 石垣尚男(愛知工業大学),
川岸與志男(岐阜大学), 植田和次(愛知学院大学), 後藤浩史(愛知産業大学),
山田雄太(中京大学)

【抄録】

「目的」

断続的に視覚を遮断するシャッターゴール(製品名:プライマリ)を1ヶ月間の
レセプション練習で装着させ,トレーニング効果を検証した.

「方法」

・被験者:M大学男子バレーボール選手20名であり、プライマリを装着したトレーニング
を週3回群(7名),週1回群(6名),非装着群(6名)にわけた.

プライマリの周波数は5Hz, Duty(透過度)は5で行った.

・視機能テストとスキルテスト

トレーニング開始前に被験者全員にSPEESION(Asics)で視機能を測定した.

SPEESIONでは眼球運動,周辺視野,瞬間視のテストを2回ずつ実施し,2回のテストの
上位スコアを採用した.レセプション能力としてサーブマシーン(マイティ・スタッフ)
からのサーブ(上部ローラー:58,下部ローラー:58,フロート系サーブ)を30球返球さ
せた.テストでは,全員が同じ条件となるように同一ボール3個を使用し,空気圧を一定
にした.また,サーブマシーンから出すサーブのテンポもスポーツカウンターを使用し,5
秒の間隔でレセプションを行った.評価方法はすべてのレセプションをVTRに撮り,3名
の指導者により,A,B,C,D,Eの5段階評価でランクづけをした.基準はデータバ
レーの評価を使用した.1ヶ月のトレーニング期間終了後にも上記と同様の条件で測定,
テストを行った.

・レセプション練習

3つの群とも週6回の通常練習において,15本×2セットのレセプション練習を行った.
週3回群はうち3回に,週1回群は1回にプライマリを装着してレセプションを行った.

「結果」

トレーニング前を 100%としたとき，非装着群は A,B,D,E 評価の割合が減少し，C カットが増加した．これに対し週 3 回群は A,B,E 評価割合が減少し C,D カットが増加した．週 1 回群も A,B,D,E 評価の割合が減少し，C 評価が増加した．プライマリを装着したトレーニングにより AB 評価が増加し，週 3 回群 > 週 1 回群 > 非装着群を期待したが，そのようにならなかった．その理由として，トレーニング後のスキルテスト時における異常な暑さによりサーブマシーンからのボールが膨張し，その結果ボールの軌道が安定しなかったためと考えられる．そのような条件の中でも週 3 回群，週 1 回群は A、B 評価の減少は，非装着群より少なく，とくに週 3 回群では A 評価の減少が少なかった．このことから本実験では期待される結果とならなかったものの，減少が少なかったということからトレーニング効果があったと判断することもできる．視機能については 3 つの群とも向上したが，週 3 回群の向上がもっとも大きかった．

【研究のポイント】

レセプション練習において，視覚を断続的に遮断するプライマリを使用し，トレーニング効果を検証しようとした点である．

【キーワード】

バレーボール，シャッターゴーグル，視機能，レセプション