

内野手の一塁送球時におけるステップ時の姿勢が
コントロールにおよぼす影響について
高木 洸志 (競技スポーツ学科 スポーツ情報戦略コース)

指導教員 高橋 佳三

キーワード：野球，内野守備，肩のライン

1. 緒言

本研究では内野手の1塁送球時におけるステップ時の姿勢がコントロールに及ぼす影響について分析し、どのような動きがコントロールに影響を及ぼすのか特徴を明らかにし、野球の指導現場にフィードバックすることを目的とした。

2. 研究方法

被験者は、大学野球連盟に所属する本学硬式野球部内野手8名であった。手投げにより転がしたボールを、内野ショートの前位置でキャッチし、1塁ベース上に設置したトスバッティング用集球ネットに向かって投げさせ、その動作を撮影した。

コントロールの良い選手をGood群、そうでない選手をPoor群とした。

算出項目は肘関節角度、肩関節水平内/外転角度、右膝関節角度、左膝関節角度、横断面内における上胴および下胴回転角度、および横断面内における体幹のひねり角度であった。

3. 結果

表1は右足接地時の右肩関節水平内/外転角度を示したものである。Good群よりPoor群の方が有意に大きかった。表2はトップ時の横断面内における下胴回転角度を示したものである。Good群がPoor群より有意に大きかった。表3はトップ時の横断面内における体幹のひねり角度を示したものである。Poor群がGood群より有意に大きかった。

4. 考察

捕球から送球へと移るボールの握り替え動作の際に、Good群は肘を体に対して平行に上げているのに対して、Poor群は肘を体に対して後ろに引いてしまうことで、いわゆる“肩が

入った”姿勢となり、体幹に余分なひねりが生じたのではないかと考えられる。コントロールをよくしようとするならば、上胴(肩のライン)を投げる方向に向けなければならないと言われているが(関口, 2012)、Poor群は体幹に余分なひねりがうまれていることで肩のラインが1塁方向を向かず、安定した送球ができていないのではないかと考えられる。

5. まとめ

内野手の1塁送球時には右肩関節水平内/外転、横断面内における下胴回転、横断面内における体幹のひねりに顕著な差がみられた。

Poor群は肘が肩のラインと平行に上がるように握り替え動作を体の中心で行い、肩のラインが1塁方向を向くように意識しなければならない。

6. 参考文献

1) 関口勝己(2012) : FIELDING 守備編 I 内野手, ベースボールマガジン社, 東京

表1 右肩関節水平内/外転角度

Good 群	Poor 群
-12.6±8.3	-35.6±10.6
t 検定	0.02(p<0.05)

表2 横断面内における下胴回転角度

Good 群	Poor 群
-75.3±3.6	-63.4±3.7
t 検定	0.003(p<0.05)

表3 横断面内における体幹のひねり角度

Good 群	Poor 群
18.1±3.5	27.6±4.6
t 検定	0.02(p<0.05)