

骨盤傾斜の変化が動作の遅速に及ぼす影響

The effect of the postural differences for the movement speed

柳下幸太郎¹⁾, 広瀬統一²⁾

¹⁾ 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科

²⁾ 早稲田大学大学院スポーツ科学学術院

キーワード: 構え, 骨盤, サッカー, 地面反力, 動作開始時間

Key words: posture, pelvis, soccer, ground reaction force, motion time

要約

本研究では骨盤傾斜がニュートラルの状態(n.p)と意図的な前傾位(a.t)、後傾位(p.t)の姿勢の差を検証し、構え姿勢時における骨盤傾斜の違いが反応動作の遅速にどのような影響を及ぼすか検討することを目的とした。男子大学サッカー選手 6 名は構えの姿勢をとり、任意のタイミングでダッシュを行った。構えの姿勢は n.p と a.t、p.t の 3 試技を実施した。結果は、動作反応時間において n.p と a.t が、p.t よりも速くなった($p < 0.05$)。また、n.p と a.t のタイムに差はみられなかった。地面反力は、水平成分である X 成分において a.t および n.p が p.t よりも有意に大きい値を示した($p < 0.05$)。構えの自然姿勢と骨盤を前傾させた状態の姿勢を比較し、動作開始時間、地面反力の値に差は見られなかったのに対し、後傾位に関しては他の 2 つの姿勢と比べて低い値を示した。つまり、意図的にとった姿勢においても前傾位ではパフォーマンスが低下せず、反対に後傾位の場合ではパフォーマンスが低下する傾向がみられた。

スポーツ科学研究, 10, 198-208, 2013 年, 受付日: 2012 年 11 月 19 日, 受理日: 2013 年 9 月 25 日

連絡先: 柳下幸太郎 早稲田大学スポーツ科学研究科 〒359-1192 埼玉県所沢市三ヶ島 2-579-15

E-mail: y: theaterofdreams7@gmail.com