

正課体育テニスにおける 初心者のゲーム分析について

進藤 正雄

Analysis of Tennis Game for a Beginner
of Physical Education Class

Masao SHINDO

The purpose of this study was analysis of tennis game for a beginner of physical education class. Subjects were 16 males of freshman of University of Tsukuba. Subjects tried 5 time games on half coat singles game. Each subjects checked to game style for check list. Each games recorded for VTR. VTR used to correction for check list.

The results were summerized as follows:

1. Probability of service advanced by using to simplicity service.
2. Ground stroke (forehand) advanced to after 3rd game. Beginner needs to train to forehand stroke. Because subjects cannot play tennis without forehand stroke much better.
3. Volley and smash tried a few subject at 1st and 2nd game. Many subjects tried it after 3rd game.
4. Each technique for backhand was difficult for beginner, for that reason, almost subjects hit a ball by forehand.

From above results, to get a win for game, at first, beginner have to train forehand stroke and backhand stroke, secondary to train volley and smash, and at last, to train service.

key words: Tennis·Beginner·Analysis

I 緒言

近年、硬式テニス（以下テニスと略す）は一般社会人や主婦層にわたって、運動不足の解消あるいは健康増進のため、いわゆる生涯スポーツとして始める人々が爆発的に増加している。

さらにこのような人々を対象として、営利目的のテニスクラブ、テニススクールが増加している。しかし、これらの営利を目的とし

たテニスクラブ等の大半は専門のコーチが必ずしもいるわけではない。また、コーチがいるとしても、その多くは大学のテニス部の学生がアルバイトとして行っている場合が多く、受講者の長所、短所を適切に指導している例はあまり多くはみられず、長期に渡って練習を繰り返してもなかなか上達しない事も事実見受けられる。

テニスの試合場面における研究は藤善¹⁾を始め多くの報告がある。しかし、これらの報

告は主に一流選手を対象としたものである。初心者を対象とした報告では海野ら³⁾が各技術程度の進歩を報告し、また山田ら⁵⁾が初心者のフォアハンドストロークについて、学生自身が描いているイメージと実際の動作の差異について報告している。しかし初心者の実際の試合場面における技術の進歩等についてはふれられていない。

本研究では筑波大学正課体育のテニスを受講した初心者を対象に、受講者自身が本人の長所・短所を、できるだけ早い時期に把握させ、いかに対処をすれば良いかを知らせ、ミニゲームを通して、ゲーム中に初心者がどのような球種でポイントを獲得あるいは失うのかについて分析し、どのような基礎・応用練習を行なうことで、より上達度が早まるかについて指針を得ることを目的としている。

II 研究方法

対象者は1988年度に筑波大学正課体育テニスを受講した学生のうち、中学校・高等学校および本大学の課外活動で運動部に所属せず、さらに過去に軟式テニスおよび硬式テニスをまったく経験した事のない受講生が最も多い特定のクラスを対象とした。このクラスの受講生は40名であり、このうち軟式・硬式テニスや、過去に運動部に所属した事のない受講者は32名であった。これらの初心者にラケットを用いて、簡易なボールコントロールを行なわせ、より技術的レベルの低いと思われる16名を研究の対象者として選択した。授業の展開は週1回(75分)であり4月より翌年の2月中旬まで30週であるが、大学の公式行事および祭日等のため事実上は24週であった。授業は1学期から2学期の前半までは主としてグランド・ストローク、ボレー、スマッシュ、サーブ等の基礎的練習を行ない、2学期後半より基礎的練習と応用練習とを組み合わせ、隔週ごとに各班内の総当りミニ・シン

グルスゲームを行なった。さらに各自のゲーム内容の結果より、それぞれの班ができるだけ均一のレベルになるようにダブルス・ゲーム用のペアを組み班対抗のダブルス・ゲームへと展開させた。

本研究では初心者のゲーム内容の分析を主な目的としたが、後に行なうダブルス戦のペアを決定する資料とするため、受講者全員に表1に示すミニ・シングルスゲーム用、個人成績記録表を配付し、ゲームのポイントがどのようなプレーで得失点したのかを、記録させた。

ゲームの方法

ミニシングルス・ゲームは以下の理由で図1に示すように、ダブルスコート1面をセンターラインで左右に分け同時に2試合を行う方法を採用した(正規のシングルスコートの66.6%の面積である)。この方法はミニ・シングルスゲームの展開上、左右コートの両プレーヤーが接近しすぎ、危険な場合には一旦プレーを中断し、再度サーブからそのゲームを再開する、最も一般的に取り入れられ、且つ安全な方法である。

- 1) コートのサイドライン間(以下短辺)の距離を短かくする事により、本来のシングルス・コートに比べ初心者にとって、試合が行ないやすくなる。
- 2) コートの短辺を短くする事により、スムーズな打法ができない者、あるいは振り遅れ等の目立つ者はボール・コントロールのミスが強調され、ベースライン・サイドラインをアウトする確率が高くなる。この時のプレーをその場で、撮影したビデオを再生し、本人のボールに対する身体位置関係や、ラケットシングルの誤りを理解させ、矯正する手助けとなる。
- 3) コートの短辺を短くする事により、初心者にとって正規のコートでは困難なボ

表1. 本研究に用いた学生用個人成績記録表

		曜日	時限	班			
		学群	学類	氏名			
加点項目		1	2	3	4	5	計
サービスエース	5	正					25
グランドストローク							
プレイスメント(F)	2						
(B)	3						
スピード(B)	2						
(B)	3						
ロ ブ	2						
バ ッ シ ン グ シ ョ ット(F)	3						
(B)	4						
ボ レ ー(F)	3						
(F)	4						
ド ロ ッ プ シ ョ ット	3						
リ タ ー ン エ ース	5						
合 計							
減点項目							
グランドストローク							
ベースライン(F)	2						
(B)	1						
サイドライン(F)	3						
(B)	2						
ネット(F)	4						
(B)	3						
ボレー							
ベースライン(F)	2						
(B)	1						
サイドライン(F)	2						
(B)	1						
ネット(F)	3						
(B)	2						
スマッシュ	2						
ノットアップ	3						
ダブルフォルト	4						
空振り	5						
合 計							

1. 対戦者名()
 ゲーム成績(-)
 今回の得点()
 今回の失点()
 今回の得失点差()
2. 対戦者名()
 ゲーム成績(-)
 今回の得点()
 今回の失点()
 累積得点()
 累積失点()
 累積得失点差()
3. 対戦者名()
 ゲーム成績(-)
 今回の得点()
 今回の失点()
 累積得点()
 累積失点()
 累積得失点差()
4. 対戦者名()
 ゲーム成績(-)
 今回の得点()
 今回の失点()
 累積得点()
 累積失点()
 累積得失点差()
5. 対戦者名()
 ゲーム成績(-)
 今回の得点()
 今回の失点()
 累積得点()
 累積失点()
 累積得失点差()

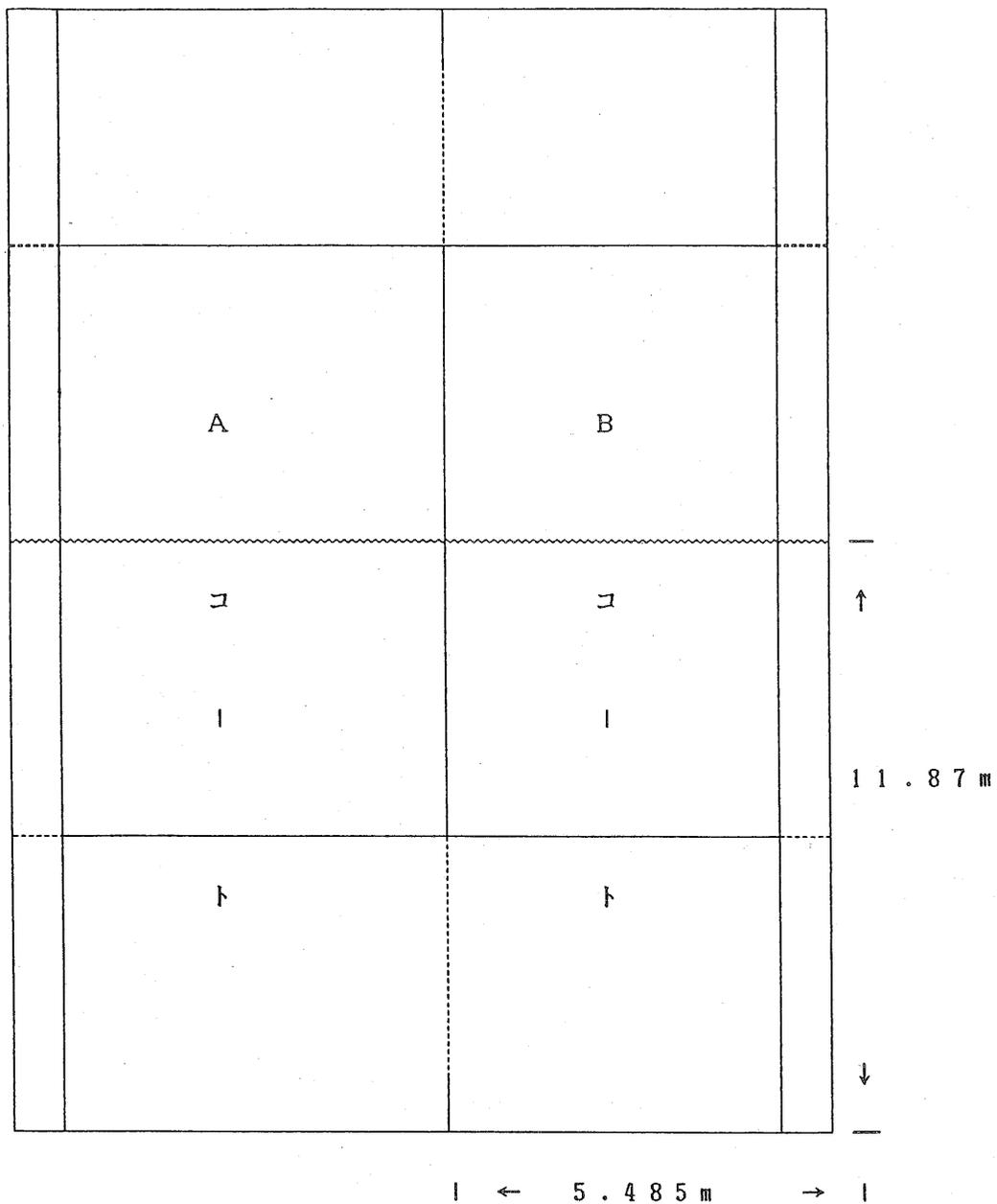


図1. 本研究で使用了半面シングルス・コートの概略図(破線の部分はラインがあると仮定した)

レーの機会を増大させる事が出来る。

- 4) 授業時間・受講人数を考慮すると、正規のシングルス・コートに比べほぼ倍のゲーム数を行なう事ができる。なお半面ミニシングルスゲームではコートがストレートに使用して行った。

ミニゲームのルールについて

- 1) 1試合は12ポイント先取とした。
- 2) サーブは2ポイント毎に交代する。
- 3) 6ポイントが終了した時点でコートチェンジを行なう。
- 4) いわゆるデュースは行なわず、11対11の場合でもサドンデス方式でゲームを終了する(デュース制を取り入れると、初心者の場合なかなか勝敗がつかず、授業時間内に終了しない事が度々あったため)。
- 5) その他のルールについては国際テニス協会のルールに準じた。

個人成績記録表について

この表は1ポイントが終了する度にどのような原因と失敗によってポイントが動いたかを記録するための表であり、さらにこの表より、各自の長所と短所を把握させるために用いた。表の上半部はポイントを得た時の状況を、下半部はポイントを失った時の状況をチェックするための項目である。例えば、サービスエースが決れば、その項目に“正”の字等を用いてその回数を確認させた。なお、減点項目ではグランドストローク、ボレーのミスはベースラインおよびサイドラインを同時に割った場合は両項目に減点としてのチェックを記入するため、ゲーム終了後の失点と項目の記入数とは一致しない。なお各項目の横に示されている数字はそのプレーに対して1回につき与えられる、あるいは失う得点であるが、これは受講者に興味をもたせるためのもので、本研究の資料としては、用いられなかつ

た。

個人成績表の確認について

得られた個人成績表が実際のゲームの様子を反映しているかについて、検討を行なうため、対象者のゲームをテニスコート後方よりビデオテープに集録し担当教官が個人成績表と照し合せ、誤って記録された部分を訂正し、本研究の資料とした。

Ⅲ 結果と考察

表2および表3は本研究で得られた第1回から第5回までの試合内容を集計したものであり、表4は表2および表3で集計された内容が、全体の内どの程度の割合で現われたかを示した表である。

1) 加点項目

A) サービスエース

サービスエースは第1回目の試合では16名中、3名が成功し(18.8%)、その成功回数は1試合中、1名が平均1回成功している。また同様に第5回目の試合では16名中、8名が成功し(50.0%)、1名につき平均1.1回であった。

初心者はサーブ時に典型的なオーバーハンドサーブを試みるが、当初1~2回目までの試合では力まかせに打つ傾向が強くみられ、ほとんどの者がフォルトとなっている。偶然決った例もあるが、成功率は非常に少なかった。しかし、第3回目の試合以降では1人の成功確率はあまり高くはないが、全体として、サービスエースを決めた人数はかなり多くなった。この理由として無理な体勢でオーバーハンドサーブを行なっている者について、簡易サーブ(身体をネットに正対させ、ウエスタングリップで握ったラケットを頭上に置き、トスアップしたボールを打つ)の練習を行なわせた結果、ある程度球速もあり、方向性も備ったためと思われる。また、最後

表2. 第1試合から第5試合までの各項目の加点者人数と1試合平均回数

加点項目	1	2	3	4	5
サービスエース	3名 1回	3名 1.0	9名 1.0	10名 1.4	8名 1.1
グランドストローク プレイスメント(F)	10名 1.8	14名 2.2	14名 1.9	14名 2.3	14名 2.4
(b)	7名 1.3	8名 1.4	9名 1.6	9名 1.4	9名 1.5
スピード(f)	7名 1.4	6名 1.8	12名 1.6	11名 1.8	10名 1.8
(b)	1名 2.0	3名 1.0	2名 1.5	4名 1.1	4名 1.0
パッシングショット(F)	5名 1.2	6名 1.0	6名 1.2	6名 1.4	8名 1.1
(b)	1名 1.0	3名 1.0	3名 1.0	3名 1.0	4名 1.1
ボレー(F)	4名 1.3	8名 1.5	12名 1.6	13名 1.8	15名 1.5
(b)	1名 2.0	1名 1.0	5名 1.0	5名 1.2	5名 1.4
スマッシュ	2名 1.0	3名 1.0	3名 1.0	5名 1.1	6名 1.0
ドロップショット	5名 1.6	4名 1.6	7名 1.6	8名 1.1	7名 1.3
リターン・エース	6名 1.8	3名 1.0	6名 1.3	4名 1.0	6名 1.5

の試合までアンダーハンドサーブだけを用いた者も若干いたが、彼等の試合はあまり良い成績を残せなかった。この結果より、少なくとも簡易サーブの練習が重要であることがわかった。

B) グランドストローク

グランドストロークは2つの要素に分類した。1つはプレースメントであり、対戦者をコートに左右方向に走らせてポイントを得た場合に記入させた。フォアハンドでは第1回目の試合では10名(62.5%)の者が成功し、第2回目の試合では14名(87.5%)で、1名当りの成功数の平均は2.2回であったが、その後の成功平均値は増減を繰り返したが、目だった伸びは示さなかった。これは初心者にとって方向性をコントロールすることが困難

であることを示していると思われる。またバックハンドではさらに方向性のコントロールが困難である傾向が強く現れた。これは初心者にとってバックハンドストロークが非常に困難であり、バックハンド側に来たボールもフォアハンド側に回り込んで打つ傾向が大きいこととも関連していると思われる。

この結果から、練習時に単にボールを打球するだけではなく、なるべく早い時期に左右方向への打ち分けについても練習を行なう必要があると思われる。

次にフォアハンドでは速い速度のボールを打ってポイントを得た者、は第1回目の試合では7名(43.8%)であり、第3回目の試合では12名(75.0%)であるが、その後はやや減少傾向が現れた。また実際に成功した本

表3. 第1試合から第5試合までの1試合あたりの減点者人数
と1試合平均数

減点項目	1	2	3	4	5
グラウンドストローク	14名	14名	13名	4名	4名
ベースライン(F)	1.7	1.6	1.2	1.0	1.3
(b)	13名	13名	11名	7名	9名
	1.2	2.0	1.5	1.3	1.1
サイドライン(F)	14名	10名	11名	6名	6名
	1.7	1.6	1.5	1.3	1.0
(b)	9名	14名	13名	13名	8名
	2.1	2.0	1.5	1.3	1.0
ネット(F)	8名	8名	4名	4名	3名
	2.1	1.3	1.3	1.3	1.0
(b)	5名	9名	6名	11名	7名
	1.4	1.7	1.5	1.6	1.4
ボレー	1名	5名	7名	9名	9名
ベースライン(F)	1.0	1.2	1.3	1.2	1.3
(b)	4名	0名	5名	7名	6名
	1.8	0.0	1.4	1.3	1.5
サイドライン(f)	2名	4名	9名	5名	7名
	1.0	1.3	1.3	1.0	1.0
(b)	2名	2名	5名	6名	6名
	1.5	2.0	1.4	1.2	1.3
ネット(f)	3名	4名	3名	4名	3名
	1.7	2.5	1.0	1.3	1.3
(b)	3名	2名	4名	5名	6名
	1.3	1.0	1.5	1.4	1.3
スマッシュ	3名	4名	2名	7名	4名
	1.3	1.0	1.0	1.1	1.3
ノットアップ	7名	5名	3名	2名	3名
	2.3	1.8	1.3	1.0	1.0
ダブルフォルト	7名	4名	3名	3名	2名
	1.6	1.5	1.3	1.0	1.0
ダブルフォルト	7名	4名	3名	3名	2名
	1.6	1.5	1.3	1.0	1.0
空振り	7名	2名	1名	0名	1名
	1.0	1.0	1.0	0.0	1.0

数の平均もほぼ一定であった。この理由として下記に述べる減点項目とも関連するが、早い球を打とうとすると、初心者はガット面が思った様に定まらず、逆にベースラインを越える割合が大きくなるためと思われる。このため、まずは相手側コート内に入れようとする意識が働いて来たためと思われる。さらにバックハンドでは特に強くこの傾向がみられ

た。

C) ロブおよびパッシングショット

ロブおよびパッシングショットを試みて、成功した本数は同様な傾向を示した。両者共ビデオで確認すると、積極的にプレーを行なった例はあまりなみられなかった。ロブは本人のストロークミスがいわゆる、ロブとし

表4. 第1試合から第5試合までの各項目の出現頻度 (%)

加点項目					
	1	2	3	4	5
サービス・エース	18.5	18.2	56.0	62.5	50.0
グラウンド・ストローク プレイスメント(F)	62.5	87.5	87.5	87.5	87.5
(B)	43.8	50.0	56.3	56.3	56.3
スピード(F)	43.8	37.5	75.0	68.8	62.5
(B)	6.3	18.8	12.5	25.0	25.0
ロブ	31.3	31.3	37.5	37.5	37.5
パッシング・ショット(F)	31.3	31.3	31.3	31.3	50.0
(B)	6.3	18.8	18.8	18.8	50.0
ボレー(F)	25.0	50.0	75.0	81.3	93.8
(B)	6.3	6.3	31.3	31.3	31.3
スマッシュ	12.5	18.8	18.8	31.3	37.5
ドロップショット	31.3	43.8	43.8	50.0	43.8
リターン・エース	37.5	18.8	37.5	25.0	37.5
加点項目					
サービス・エース	87.5	87.5	81.3	25.0	25.0
ベースライン(F)					
(B)	81.3	81.3	68.8	43.8	56.3
サイドライン(F)	87.5	62.5	68.8	37.5	37.5
(B)	56.3	87.5	81.3	81.3	50.0
ネット(F)	50.0	50.0	25.0	25.0	18.8
(B)	31.3	56.3	37.5	68.8	43.8
ボレー	6.3	31.3	43.8	56.3	56.3
ベースライン(F)					
(B)	25.0	0.0	31.3	43.8	37.5
サイドライン(F)	12.5	25.0	56.3	31.3	43.8
(B)	12.5	12.5	31.3	37.5	37.5
ネット(F)	18.8	25.5	18.8	25.0	18.8
(B)	18.8	12.5	25.0	31.3	37.5
スマッシュ	18.8	25.0	12.5	43.8	25.0
ノットアップ	43.8	31.3	18.8	12.5	18.8
ダブルフォルト	43.8	25.0	18.8	18.8	12.5
空振り	43.8	12.5	6.3	0.0	6.3

て現れたり、パッシングショットも単に対戦者の打ち損ないや、打球者が振り遅れた結果偶然に決ってしまった例が多かった。また対戦者がネットに近づいた場合、特にロブあるいはパッシングショットを用いる意識はまったく無いと思われ、担当教官が積極的にロブあるいはパッシングショットを試みるようにと指示をすると、行なう程度であった。初心者はロブやパッシングショットについては経

験がほとんどないためと思われる。これらの技術についても早い段階で指導を行なう必要が認められた。

D) ボレー

フォアハンドボレーは第1回目の試合で成功した者は僅か5名(25.0%)であり、1試合あたり平均1.3回であった。このため第1回目の試合終了後から、ボレーの練習に毎授

業時に30分程度を割当てた。特にやや短い球が来た時には失敗を恐れずにネットへ付く様に指導を行なった結果、試合数が進むにつれてボレーを試みる者も増加し第5回目の試合では15名(93%)の者が成功し、1試合あたり平均最大1.8回となった。しかしながら、バックボレーに関しては練習の効果があまり現われなかった。またバックハンド側に来たボールもフォアハンド側に廻り込む傾向がみられた。初心者にとってバックハンドボレーは非常に困難な技術である事が確認された。

E)スマッシュ

スマッシュは対戦者がロブを上げた時にポイントを得るための最大の攻撃法であるが、第1回目の試合では2名(12.5%)、1試合平均1.0回の成功にすぎない。また第5回目の試合でも6名(37.5%)、16名全体の成功率は増加しているように見えるが、実際は1試合平均1.0回しか成功していない。この結果はスマッシュに関する限りまったく上達していない事になる。スマッシュはグランドストローク等と異なり、サーブと同様にラケットを縦方向に扱う技術であるが、サーブに比べて上達の進みが大変遅かった。この原因として、サーブは本人が一定の場所から自分のリズムで打球することが可能であるが、スマッシュは対戦者の上げたロブの落下点へ移動しなければならない。ビデオの記録ではスマッシュを試みたが上手にボールの落下点へ移動できなかった者、あるいは落下点へ移動が出来たにもかかわらず、空振りを含めコート外へ打球した者が多かった。また失敗を恐れるため、1度ボールをコートに落としてから、グランドストロークで変球する場面が多くみられた。

F)ドロップショット

ドロップショットは第1回目の試合では5名(31.3%)、1試合あたり平均1.6回であった。

その後、第3試合以降では7~8名が成功しているが、1試合あたりの成功数は1.1~1.3回と減少している。ビデオによる解析では当初のドロップショットは意識的に行なわれたのではなく、ミスショットが偶然ドロップショットとして決った場面が多い事がみられた。第3試合以降では意識的に行なった例もみられたが、実際に行なわれた数は多くなかった。

G)リターンエース

リターンエースは試合の進行に従って増加・減少する傾向はみられず、対戦者各々の変球技術によって増減すると思われた。

また練習時間で特にリターンに関して指導を行なう機会はほとんど割当てられないためと思われた。

2)減点項目

A)グランドストローク

グランドストロークのミスは打球がベースラインを割る場合、サイドラインを割る場合、両者のミスが重なる場合、ネットを越さない場合の4種類がある。この表ではベースラインおよびサイドラインの両者が重複した場合はそれぞれの項目にチェックをした。フォアハンドストロークでベースラインを割るケースは第1回目の試合では14名(87.5%)、平均1.7回から第5回目の試合では4名(25.0%)、1.3回と減少傾向を示した。この結果およびビデオから当初はボールをやみくもに強打する場面が多かったが後半の2試合では無理をせず、ひとまづネットを越しておく様な打ち方に変化していた。バックハンドも同様な傾向がみられたが、基本的にフォアハンドに比べて初心者には難しい技術であるため、フォアハンドに比べミスの確率は後半でも2倍前後(81.3~50%)となった。

フォアハンドストロークでサイドラインを割るケースは試合が進むにつれて減少する傾

向 (87.5~37.5%) がみられたが、ベースラインを割る場合に比べやや高い確率となっている。これは多少早い打球が来た時、振り遅れになる場合が多く、方向性等のコントロールがまったく出来ないためと思われる。またバックハンドの場合はさらに振り遅れが強調され試合の進行に関連がなく、つねに多くの者がミスしていた (50~80%)。ネットに打球を掛ける確率 (ボテボテの打球も含む) はフォアハンドでは第1回目の試合では8名 (50.0%)、1試合平均2.1回であったが、第5回目の試合では3名 (18.8%)、平均1.0回と減少している。この結果は上記のベースラインおよびサイドライン方向のミスが減少したのと同様の理由と思われる。しかし、バックハンドでは特に増・減傾向は認められなかった。この項目に関しても初心者にとってバックハンド側はかなりの練習期間を要するものと思われた。

b) ボレー

ボレーもグランドストロークの場合と同様に3種類のミスが認められた。まずベースラインを割るケースは第1回目の試合では1名 (6.3%)、平均1.0回であったが第5回目の試合では9名 (56.3%)、平均1.3回と増加しているが、試合当初はほとんどの者がボレーを行なっておらず、試合が進むにつれてボレーを行なう回数が増加していた。このためミスの増加が目立つが、加点項目で成功率も増加している事を加味すると、初心者でもボレーの練習時間を増やすと、急激ではないが徐々に上達して行く事が認められた。一方、バックハンドではフォアハンドに比べてミスの割合が減少しなかった。またサイドラインを割ったり、ネットに掛けるミスも基本的にベースラインを割るミスと同様の傾向を示した。これらの結果よりボレーではバックハンドの練習時間をかなり増加させる必要があると思われた。

C) スマッシュ

スマッシュのミスは第1回目の試合では3名 (18.8%)、平均1.3回であり、ミスが少ないように思える。しかし試合数が進んでもミスが特に減少していない。これはスマッシュの機会があってもミスを恐れるため、スマッシュを行なわない事が最大の原因と思われた。スマッシュを積極的に行なわせるにはグランドスマッシュを含め、相当の練習量が必要であり、初心者にとって正課体育授業時間内で上達させる事は非常に困難と思われる。

D) ノットアップ

ノットアップは1バウンド以内で変球が出来なかった場合である。これは対戦者の打球が長いのか短いか、あるいはどの方向に飛んでくるかの判断力が劣る事に起因している。第1回目の試合では7名 (43.8%)、1名あたり平均2.3回とかなりの効率でミスをしている。しかし、試合数が進むにつれてミスも減少し第5回目の試合では3名 (18.8%)、1名あたり1回となった。この結果はグランドストローク・ボレー等の練習の結果、打球の長い・短いあるいは飛来方向の判断力が高くなった事を示している。

E) ダブル・フォルトおよび空振り

ダブル・フォルトと空振りは第1回目の試合では両者とも7名 (43.8%) が、それぞれ平均1.6回・1.0回であったが、第2回目の試合以降は急激に減少し第5回目の試合ではダブル・フォルトは2名 (12.5%)、空振りは1名 (6.3%)、平均はそれぞれ1.0回であった。

ダブル・フォルトについては第1回目の試合ではかなり無理な方法でサーブを行なっている者も多かったが、ダブル・フォルトでポイントを失う不利と、第1回目の試合以後に簡易サーブの練習を取入れた結果、失敗の確率が減少したと思われる。また、空振りについては試合進行につれて対戦者の打球したボールの落下点の判断が正確になり、自分と

ボールの位置関係の空間認知が正確になったためと思われる。

Ⅳ まとめ

本研究は過去に運動部に所属した経験がなく、さらに個人的にも硬・軟式テニスの経験がまったくない者（いわゆる初心者）を対象として、正課体育通年のテニスの授業で第1回から第5回のミニシングルスゲームの内容を通して、今後の授業展開をより合理的に行うため、どのような点を改めて行くべきかについて指針を得るために行なった。

対象者は筑波大学正課体育テニスを授講する1年生16名を用い、加点12項目、減点16項目について試合内容を個人成績表とビデオによる試合の記録を用いて初心者の試合における、得失点のパターンを分析した。

1. サーブは簡易サーブを用いる事により、サービスエースの確率が高くなった。この結果よりオーソドックスなサーブ練習よりも、簡易サーブをより多く練習する方が試合の場面では有効であった。

2. グランドストロークは対戦者の打球落下地点を出来るだけ早く認知し、初心者にとっては困難なバックハンドストロークよりも、フォアハンドストロークの技術向上を計る必要が認められた。

3. ロブおよびパッシングショットについては練習の成果はあまり期待できなかった。

4. ボレーは当初ほとんど試みる者がいなかったが、試合回数を重ねるにつれて、あまり速くないボールに対してはフォアハンドボレーの成功する割合が増加した。しかしバックハンドについては成功率が高くならなかった。

5. スマッシュはロブに対する落下点の認知が低く、あまり試みる者もいなかったが、後半2試合でやや増加した。

6. ドロップショット、リターンエースは

試みる機会もあまり無かったが、全試合を通じて目だった増加傾向は示さなかった。

7. グランドストロークのミスは当初ベースライン・サイドラインアウト共に高い確率を示したが、後半ではフォアハンドに限って失敗の確率は激減したが、バックハンドではやや低下した程度であった。

8. ボレーミスは当初あまりみられなかったが、第3回目の試合当りから失敗が目立ち始めた。しかし前半の試合ではボレーを試みる者が少なかったため、成功例もかなりみられる事から、ややボレーに対する意識が開始して来たものと思われた。

9. スマッシュ、ノットアップ、ダブルフォルト、空振りについては試合を経験するに連れて激減した。

10. 初心者に対する指導は単に、基本練習あるいは応用練習を行なうだけではなく、簡易な試合を通して、その試合中に現れた個人個人の長所・短所を個人成績表を用いて把握させ、同時に試合内容をビデオに収録し試合直後に反省材料として用いることが有効と思われた。

参考文献

1. 藤善尚憲:テニス, スポーツ作戦講座4, 206-285, 不味堂, 東京, 1973.
2. 海野 孝:硬式テニス, 38-40, 日東書院, 東京, 1947.
3. 海野 孝, 松下雅雄:テニス授業における技能の向上に関する研究. 大学体育研究, 6:29-42, 1984.
4. 中村輝男:テニスの試合のコンピューターシミュレーションに関する研究. 1983年度日本体育協会スポーツ科学研究報告集, 日本体育協会スポーツ科学委員会, 325-332, 1984年度.
5. 山田幸雄, 海野 孝, 松下雅雄:初心者のフォアハンドストロークの問題点及び自己の動作意識について. 大学体育研究, 9:71-81, 1987.