

マット運動における「前転ファミリー」の技の評価に関する研究

佐藤友樹¹⁾、土屋純²⁾

¹⁾ 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科

²⁾ 早稲田大学スポーツ科学学術院

キーワード：運動課題、運動技術、評価基準

抄 録

器械運動の学習では、基本技の技術の習熟レベルがその発展技の習得に大きく影響してくると考えられ、基本技の技術をしっかりと習熟させてからその発展技の学習に進むべきであるが、各技の各技術の習熟レベルを正しく評価することは容易ではない。また、各技の各技術の習熟レベルを正しく評価する仕方について、十分な参考資料が存在しているとはいえない。そこで、本研究では、マット運動における「前転ファミリー」の技に着目し、前転、開脚前転、伸膝前転の技術の習熟レベルを評価するための「評価基準」を作成して評価を行い、技が「できない」原因について検討することを目的とした。対象者は小学生で1～6年生の52名とし、対象技は前転、開脚前転、伸膝前転とした。各技の試技について評価を行い、「できる群」と「できない群」で比較した結果、開脚前転が「できない」原因として、「順次接触の技術」の習熟レベルが低いことや、「伝導の技術」の習熟レベルが低いことが考えられた。そして、開脚前転が「できない」場合、前転の段階において「順次接触の技術」の習熟レベルに問題があることや、「伝導の技術」の習熟レベルに問題があることが考えられた。また、伸膝前転が「できない」原因として、「順次接触の技術」の習熟レベルが低いことや、「伝導の技術」における「足を投げ出す」や「足の速度を上半身に伝え、（課題とする姿勢で）スピーディーに立ち上がる」ということについて習熟レベルが低いことが考えられた。そして、伸膝前転が「できない」場合、前転の段階においては「伝導の技術」における「回転のはじめに背中下部が実施面から離れた状態で腰角を開く」や「足を投げ出す」ということについて習熟レベルに問題があることが考えられ、開脚前転の段階においては「順次接触の技術」の習熟レベルに問題があることや、「伝導の技術」における「回転のはじめに背中下部が実施面から離れた状態で腰角を開く」や「足の速度を上半身に伝え、（課題とする姿勢で）スピーディーに立ち上がる」ということについて習熟レベルに問題があることが考えられた。

スポーツ科学研究, 11, 159-170, 2014年, 受付日: 2013年2月6日, 受理日: 2014年4月20日

連絡先: 佐藤友樹 〒359-1192 所沢市三ヶ島 2-579-15

早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 土屋研究室

Tel&Fax: 04-2947-6831 E-mail: yuki-sato@fuji.waseda.jp