

# 体操競技の技術トレーニングにおける運動分析の意義と方法

土屋 純

早稲田大学スポーツ科学学術院

キーワード: 体操競技, 技術トレーニング, 運動技術, 運動分析

## 抄 録

本稿は、体操競技の技術トレーニングに焦点をあて、体操競技の特性をふまえた上で技術トレーニングの対象とあり方を明確にし、そこで生じる問題を解決するための運動分析の意義とその方法について考察した。体操競技ではひとまとまりの個々の運動を「技」と呼んでいるが、どのような技をどのように行ったか、言い換えれば行われる技の種類と出来栄が競われ、さらにその判定は、審判員という人間の判断によってすべてが決せられるという特性をもつ。体操競技における技術トレーニングは、選手自身がこれまでに経験したことのない新しい技を「習得」し、それをより望ましい実施に近づけるように「習熟・修正」という意味をもち、これが体操競技の技術トレーニングの対象といえる。体操競技の技術トレーニングにおいては、「技」の習得のためのトレーニングを行う前に、「技」の実施を可能にさせるその技の「技術」がどういったものかという情報の収集、その技術をどのようにすれば身につけられるのかといった方法論に関する情報の収集が必要であり、技術トレーニングが行われ始めると、目標とされる動作と実際の動作とのずれの明確化、学習者が感じる自身の動作(主観的動作)と実際の動作(客観的動作)とのずれの明確化、ずれの修正という問題の解決にあたってどのような修正方法を用いるべきかを明らかにするための情報の収集が必要となる。こうした情報の収集には、事例研究が大きな意義をもつことを指摘した。

スポーツ科学研究, 4, 18-27, 2007 年, 受付日: 2006 年 11 月 22 日, 受理日: 2007 年 6 月 26 日

連絡先: 土屋 純, 〒359-1192 埼玉県所沢市三ヶ島2-579-15 tsuchiya@waseda.jp