

# 中学校の柔道授業における生徒の受け身の学習習熟度と受け身のイメージ

発表者 小林 諒  
指導教員 松坂 晃

キーワード：武道必修化、事故防止、柔道、受け身

## 1. 緒言

2006(平成 18)年、教育基本法に「伝統と文化の尊重」が盛り込まれ、「触れてみて良さがはじめてわかる」「我が国固有の伝統と文化に、より一層触れ合うことができる」というねらいが示された。これを受けて、2008(平成 20)年の学習指導要領の改訂では、2012(平成 24)年から中学校保健体育において武道が必修化になり、生徒は男女を問わず全員が柔道・剣道・相撲のいずれか一種目を選ぶこととなった。武道の中でも柔道は、設備の普及や使用する武道具を考えたときに取り組みやすく、武道経験のある教員の配置状況は柔道が 82%、ともしっかり多い。

一方、柔道授業を行う際、安全面に関する不安がある。熟練者ではない生徒たちが、お互いに身体ごと投げ飛ばすことがある。投げられた生徒は、時に頭や首を下にして落ちていく。柔道の時間とは、学校生活の中でももっとも危険な一瞬であるとされているからこそより安全に生徒が授業を通して柔道の持つ良さや伝統的な雰囲気を感じてもらいたいと考えた。より安全に柔道を実施していくうえで受け身の習得は必要不可欠である。正しい受け身を習得することで攻防を展開し、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことにつながる。

そこで本研究では柔道の基本動作の一つである後ろ受け身が実際には柔道の授業を通してどのような点ができて何ができていないか、また体力テストや受け身に関する知識やイメージと比較し、受け身が苦手な児童の特性を検討することにより、柔道授業の事故防止のための一資料とする。

## 2. 研究方法

### 2-1 被験者

I 県内の M 中学校に在籍する生徒 250 名を対象とした。そのうち有効回答として得られ被験者は、1 年生は男子 42 名、女子 40 名、計 82 名。2 年生は男子 103 名、女子 51 名、計 151 名となり、合計 233 名を対象とした。

### 2-2 調査方法

#### a. 質問調査

質問紙により以下のことについて調査した。「基本属性」について性別、年齢、学年、身長、体重、運動歴、柔道歴、身体活動量、運動に対する意欲。

「柔道授業と受け身の実態」として力の入れ方、怪我の有無、受け身の自由記述。「受け身に対するイメージ」を授業前と授業後に行った。柔道の受け身に対するイメージの調査紙には扇塚<sup>1)</sup>で使われたものを適用した。

第 1 因子『日常的効果因子』

第 2 因子『心理的プラス効果因子』

第 3 因子『心理的マイナス効果因子』

第 4 因子『身体的効果因子』

第 5 因子『体力的効果因子』

#### 第 6 因子『基礎的因子』

計 30 項目で成り立っており、質問用紙ではそれぞれの項目をランダムに配置し、それぞれの項目について 5 件法評価尺度法によって調査を行った。

#### b. ビデオ撮影

ビデオ撮影により技術的項目の可否を判定する。後ろ受け身が正しく習得できたかどうか明らかにするために、各学年の柔道授業の単元を行った後に、全被験者に対して後ろ受け身を行ってもらい、その映像を受け身の様子が全て映る様にビデオカメラによる撮影を行い、分析・考察を行った。技術評価シートは、斉藤ら<sup>2)</sup>が受け身の習得と課題で作成したものを使用した。この技術評価シートは、学校体育で実践的に使用することのできる改善点を見出すため、簡単に視覚的に判断できる項目で作成されている。

技①膝を軽く曲げ、過度に曲げていない。

技②腕全体で畳を打つ。

技③腕の位置が身体から 30 度程度離れたところにある。

技④畳を打つタイミングが、背中が着いた後である。

技⑤足を自然にあげていて、畳から 30 度～60 度である。

技⑥後頭部を打たないように、頭をあげ、あごを引き、視線は帯の結び目を見ている。

技⑦畳を叩いた後腕を弾ませている。

### 2-3 分析方法

男女別による技術項目の習得率を  $\chi^2$  検定を用いて分析した。また男女ともに受け身の評価に対して点数をつけて上位群(5 点以上)と下位(4 点以下)に分類し、体力テストとの比較、受け身に関する知識の比較を t 検定を用いて検定した。さらに受け身に対してのイメージ因子について、授業の前後及び上位群と下位群の間に平均値の差がみられるかどうかを検討するため、二元配置分散分析を行った。統計ソフトは Microsoft Office Excel および SPSS Ver.20 を用いて行い、有意水準は 5% とした。

## 3. 結果と考察、

### 3-1 技術項目の習得割合について

全体で見るとすべての項目で「習得」が「未習得」の割合を上回っていた。しかし技⑤「足を自然にあげていて、畳から 30 度～60 度である」、技⑥「後頭部を打たないように、頭をあげ、あごを引き、視線は帯の結び目を見ている」の 2 つの項目に関しては「習得」と「未習得」の割合がほぼ同じだった。「足を自然にあげていて、畳から 30 度～60 度である」の項目は前方方向に足を残すことで回転速度の軽減につながる。越田<sup>4)</sup>は頭部への回転速度の軽減が頭部の衝撃を減らすと報告しており、この項目が習得できないことは頭部外傷の危険性を高めることにつながってしまう。

男子群と女子群で  $\chi^2$  検定を用いて分析した結果、技①「膝を軽く曲げ、過度に曲げていない」に男女間の有意差が認められた(p=0.014)。他の 6 項目については男女の差は有意ではなかった。女子

生徒は膝を伸ばしてしまう傾向が強く動作中に下肢に力を入れてしまうと予想される。藤田<sup>3)</sup>らは膝の屈曲に熟練者と未熟者の間には大きな差があると報告しており、軽く膝を曲げることによって重心を前方に残し、後方への過度な回転を防ぐことが可能となる。

表1 後ろ受け身の各要素の習得率%

技術項目	全体	男子	女子	p
技1	60.0	66.2	50.0	0.014
技2	99.1	98.6	100	0.270
技3	63.9	64.1	63.6	0.939
技4	70.8	71.7	69.3	0.697
技5	51.5	47.6	58.0	0.126
技6	51.5	47.6	58.0	0.126
技7	80.6	84.1	75.0	0.087

### 3-2 受け身に対する各イメージ因子との関係

男子について、上位下位群間には「日常的効果因子」、「心理的プラス効果因子」、「心理的マイナス効果因子」、「体力的効果因子」、「基礎的因子」に有意な主効果みられた。授業前後間には「日常的効果因子」、「心理的プラス効果因子」、「心理的マイナス効果因子」、「体力的効果因子」、「基礎的因子」に対して有意な効果がみられた。

表2 受け身のイメージ (男子)

男子	上位群		下位群		p		
	M	SD	M	SD	上下	前後	交互
日常的効果因子							
授業前	3.28	1.10	2.92	1.29	0.02	0.02	0.71
授業後	3.56	1.06	3.13	1.14			
心理的プラス効果因子							
授業前	2.91	1.03	2.55	1.26	0.02	0.00	0.95
授業後	3.23	1.02	2.86	1.17			
心理的マイナス効果因子							
授業前	2.17	1.05	2.53	1.02	0.05	0.02	0.43
授業後	2.50	1.04	2.69	0.98			
身体的効果因子							
授業前	3.86	1.13	3.68	1.34	0.06	0.21	0.39
授業後	3.83	0.99	3.43	1.05			
体力的効果因子							
授業前	3.14	0.95	2.99	1.10	0.05	0.02	0.23
授業後	3.49	0.82	3.13	1.01			
基礎的因子							
授業前	3.44	1.24	2.90	1.34	0.01	0.00	0.35
授業後	3.69	1.10	3.37	1.20			

男子は3つの項目値で下位群よりも上位群が高く、「心理的マイナス効果因子」の値は上位群よりも下位群が高い。また4つの因子項目で授業前よりも授業後に値が高いことから差は小さいものの授業を通して実際に受け身をしてみると「痛み」や「怖い」などマイナスなイメージが受け身を習得するまでの過程を後退させてしまい、その結果上位群との技術の習得に差が出てしまうのではないかと考えられる。また日常的効果因子、身体的効果因子、体力的効果因子の3つの項目は授業前よりも授業後に高い値を示したことから、授業を通して受け身を習得することの価値を発見していることが考えられる。

女子について上位下位群間には「基礎的因子」

に有意な主効果みられた。授業前後間には「身体的効果因子」に対して有意な効果がみられた。

表3 受け身のイメージ (女子)

女子	上位群		下位群		p		
	M	SD	M	SD	上下	前後	交互
日常的効果因子							
授業前	3.06	0.86	3.01	0.95	0.550	0.73	0.57
授業後	3.14	0.84	2.99	0.94			
心理的プラス効果因子							
授業前	3.08	0.76	2.81	1.08	0.11	0.19	0.83
授業後	3.21	0.78	2.90	1.04			
心理的マイナス効果因子							
授業前	2.84	0.83	2.95	0.91	0.67	0.61	0.64
授業後	2.83	0.92	2.86	0.83			
身体的効果因子							
授業前	3.85	0.69	3.84	0.92	0.79	0.00	0.72
授業後	3.54	0.92	3.46	0.69			
体力的効果因子							
授業前	3.13	0.70	3.07	0.89	0.140	0.14	0.14
授業後	3.41	0.76	3.07	0.72			
基礎的因子							
授業前	3.54	0.96	3.11	1.11	0.020	0.61	0.86
授業後	3.62	0.98	3.15	1.06			

今後の課題は、本研究では関与していない外見の項目に向ける必要がある。また本研究の技術評価項目が主観的に評価する項目であったため評価にばらつきが生じた可能性があるため、技術評価項目を再検討する必要がある。さらに受け身に対してのイメージが、上位群と下位群でどのように変化していくのかを検討していく必要がある。

### 4. まとめ

- 1) 「足を自然にあげていて、畳から30度~60度である」、「後頭部を打たないように、頭をあげ、あごを引き、視線は帯の結び目を見ている」の2項目は習得の割合が低い。
- 2) 「膝を軽く曲げ、過度に曲げていない」に男女間の有意差が認められ、女子は苦手傾向にある。
- 3) 授業後に受け身のイメージが有意に改善される項目がみられた。
- 4) 習得の割合が低い生徒の傾向として受け身のイメージが関与している可能性がある。

### 5. 文献

- 1) 扇塚愛ら(2012): 「柔道の受け身に対するイメージ調査の検討」 國士舘大学 武徳紀要 第27号, 19-39.
- 2) 齊藤雅記ら(2012): 柔道未経験の女子大学生の受け身の習得と課題」 徳山大学論叢 第76号, 71-78.
- 3) 藤田英二ら(2013): 「後ろ受け身動作時における頸部屈筋群の筋活動様式と頭部に加わる加速度との関係」 武道学研究 46 (1), 21-29.
- 4) 越田専太郎 (2014): 「柔道の受身動作分析 ~ 頭部外傷予防を目的とした受身指導法への提言」 [www.kozuki.or.jp/ronbun/spresearch/spres09\\_koshida.pdf](http://www.kozuki.or.jp/ronbun/spresearch/spres09_koshida.pdf)