

マット運動における前転とびに関する発生運動学的様相化分析

—着手技術に着目して—

伊東航太郎（宮城教育大学）

1. 研究目的

本研究は、前転とびの中核技術である着手技術に着目して指導し、学習者に「できる」という確信の伴う動感形態が発生するまでの過程について発生運動学的様相化分析を行う。様相変動が生じた契機や学習者の動感形態充実の過程を例証的に明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

宮城教育大学学生5名（男子3名、女子2名）を対象とする。事前調査を行い、各学習者の前転とびの動きや動感志向性を把握する。各学習者の現状と課題を明らかにし、各学習者が抱える課題に適した練習課題を呈示し、練習を行う。毎回の練習後、各学習者にインタビュー調査を行い、練習の反省と課題、成果等を確認する。なお、毎回の練習中の動画撮影、事前調査やインタビュー調査の録音をし、動感志向性の変化を読み取る際の資料として扱う。

これら実践を通して得られた資料をもとに、各学習者の様相変動が生じた契機や動感志向性の様相変動を分析する。

3. 結果及び考察

(1) 学習者Cは、逆位に対して恐怖心を抱いていたが、何度も補助倒立に取り組む姿勢や前転とびにおいて「コツを掴んでから恐怖心がなくなった」と言っていることから、定位感の混乱ではなく、動きの不安定さから逆位への恐怖心が生じていたと考える。「踏切り脚で蹴る」というコツの獲得を契機に「なんとなくできる」という動感形態に至り、最終的に「(踏切り脚で)沈み、振り上げ脚を大きく振り上げ、着手してから背伸びをする」というコツを確立させ、「できる」という確信を掴んだ。

(2) 学習者Hは、前方に着手するようになってから突き放しの感覚が分かるようになり、「肘を

曲げずに反発で押す感じ」で突き放すようになったことが一番変わったことだと彼は感じている。また、「振り上げ脚は意識できるが、踏切り脚の意識は分からなかった」とも話しており、このような学習者の動感志向性を理解した上で指導することが動感形態の充実には不可欠だと考える。「足全体を振り上げ、いつもより遠くに着手し、顔を前に」というコツを確立させ、「できる」という確信を掴んだ。

(3) 学習者Kは、ロイター板を用いた練習を契機に跳んでいる感じが分かるようになった。練習当初は突き放しをしようとしていなかった彼女だが、「遠くに着手し、頭の中でタンって音を鳴らして突き放す」というコツを獲得し、「できる」という確信を掴むに至った。

(4) 学習者Mは、実践前まで「こう動かそう」と意識して身体を動かしてこなかったため、練習当初は自身の動きを感じ取ることができていなかった。本実践を通して「できる」という確信を掴むには至らなかったが、自己観察をした上で自らコツを探索することもできるようになり、動感形態充実の前提が整ったということができる。

(5) 学習者Oは、実践前と比べて「うまくなっていることは映像を見ても分かるし、やっけても分かる。突き放しまではできると思うし、納得もしている。」と言っており、突き放しまでは「できる」という確信を掴むことができた。しかし、振り上げ脚の曲がりとお尻が落ちた姿勢での着地という課題が残された。

4. 結論

本研究における動感促発の過程から、学習者の動感志向性を理解するためには観察分析だけではなく、学習者の運動生活史をも対象とした交信分析がなされる必要があることが明らかになった。