

柔道教材「じゃんけん柔道」の開発および授業における効果

丸山照晶（東京学芸大学大学院）

1. 目的

平成 24 年 4 月より武道が中学校保健体育科必修科目となった。安全で効果的な柔道授業を実施するためには、より良い指導方法や授業教材の考案・開発を続けていく必要がある。そこで、我々は、柔道授業教材「じゃんけん柔道」を開発することとした。本研究の目的は、柔道教材「じゃんけん柔道」を開発し、中高生を対象に「じゃんけん柔道」を用いた柔道授業を行うことで、その有効性を検討することであった。

2. 研究方法

被験者は、中学・高校生の男子生徒（研究課題Ⅰでは 491 名、研究課題Ⅱでは 239 名）とした。被験者を、投げ技指導の際に、「じゃんけん柔道」を用いた授業を行うクラス（以下、介入群）と、一般的な柔道授業を行うクラス（以下、対照群）に分け、全 7 時間の柔道授業を行った。「じゃんけん柔道」の有効性を検討するために、授業前後における柔道に対するイメージ調査と、観察的評価法による被験者の投げ技動作分析を行い、両群の差異を検討した。

3. 結果と考察

1) 「じゃんけん柔道」の開発

学習者が安全かつ、効果的に投げ技を習得することをねらいとして開発を行った。投げ技を掛け始める体勢を、技を掛け始める体勢を、足を肩幅に広げて立つ姿勢（グー）、右足を前、左足を後に開いて立つ姿勢（チョキ）、足を肩幅よりも大きく広げて立つ姿勢を（パー）の 3 つに限定し、それぞれの体勢に適した投げ技を設定することで、動作の遂行、習得を容易にした。3 つの体勢を用いた足じゃんけんを行い、勝った方が負けた方を投げる練習を「じゃんけん柔道」とした。

2) 研究課題Ⅰ 授業前後における柔道に対するイメージの変化

介入群・対照群共に、授業前後で 10 項目中、8 項目のイメージの変化がみられた。「じゃんけん

柔道」を用いた柔道授業を受講することによって、一般的な柔道授業と同様に、柔道に対する「楽しい」、「面白い」、「親しみやすい」といった好感的感情が増加し、「痛い」、「怖い」、「苦しい」といった悪感的感情が低下することが明らかとなった。

3) 研究課題Ⅱ 投げ技の動作分析

大外刈り、及び体落としにおいて、介入群の動作分析得点が、対照群の得点よりも高かった。「じゃんけん柔道」が動作の遂行、習得を容易にするという仮説を立てたが、その効果があると判断された。また、対照群において、初めて行ったじゃんけん柔道での動作得点が、授業で学習した自然体よりも高く、「じゃんけん柔道」が、即時的に中高生の投げ技技能を向上させる可能性が示唆された。

4. 結論

「じゃんけん柔道」が、中高生の柔道に対する肯定的イメージを向上させることが明らかとなった。

また、「じゃんけん柔道」を用いた柔道授業は、一般的な柔道授業に比べて、中高生の大外刈り、及び体落としの動作遂行・習得を容易にすることが明らかとなった。

また、「じゃんけん柔道」が、中高生の投げ技動作を即時的に向上させる可能性が示唆された。

以上のことから、「じゃんけん柔道」は、中高生の柔道に対する肯定的なイメージを向上させる教材であること、未熟練者に正しい投げ技動作を身につけさせる上で、適した教材であることが示唆された。

5. 主な参考文献

三戸範之、神谷忠昭（1999）：運動構造を基準とする柔道投技の分類に関する研究、スポーツ運動学研究 12、105-115

加藤謙一（2010）小学生の走・跳・投における運動能力とそれらの動きの観察的評価との関係、平成 21 年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告Ⅳ、子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業、43-48