

小学生および中学生における片脚踏切跳躍能力の発達に関する研究

日置 佑輔 (岐阜大学)

1. 目的

本研究の目的は、7歳（小学校第1学年）から15歳（中学校第3学年）における片脚跳躍能力の発達過程について、両脚跳躍能力との比較から明らかにすることであった。

2. 研究方法

- 1) 対象者：小学生 539名、中学生 285名
- 2) 調査方法：両脚および片脚の垂直跳（CMJ）とリバウンドジャンプ（RJ）を行い、それぞれの跳躍高、接地時間、RJ-index を測定した。
- 3) 分析方法：各種跳躍能力における年齢間の比較をするために、二要因分散分析を行った。また、両脚と片脚の跳躍能力の関係を明らかにするために Pearson の相関分析を行った。

3. 結果と考察

1) 片脚跳躍能力の発達

- (1) 男子については、CMJ と RJ のどちらについても、両脚と片脚で同様の発達傾向を示した（図1）。
- (2) 女子については、CMJ と RJ のどちらについても、両脚と片脚で異なる発達傾向を示した（図2）。

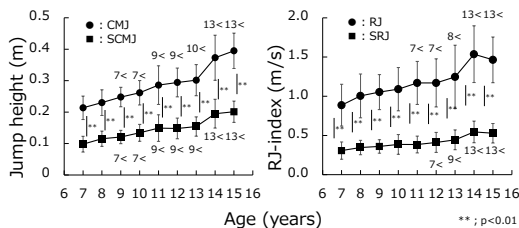


図1 男子における跳躍能力の経年変化

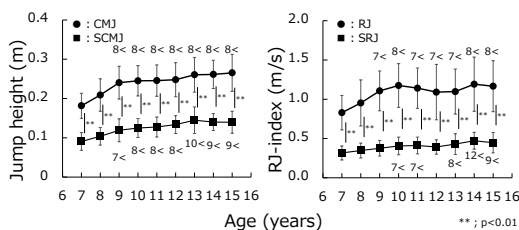


図2 女子における跳躍能力の経年変化

2) 両脚跳躍能力と片脚跳躍能力の関係

CMJ、RJ のどちらについても、両脚跳躍と片脚跳躍の間には有意な相関関係が認められた（図3）。RJ-index、跳躍高については、両脚跳躍の発達は片脚跳躍の発達の70%程度を説明できることが認められたものの、接地時間については35%程度であった（図4）。

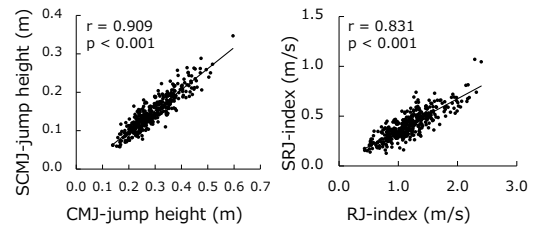


図3 CMJおよびRJにおける両脚と片脚の関係

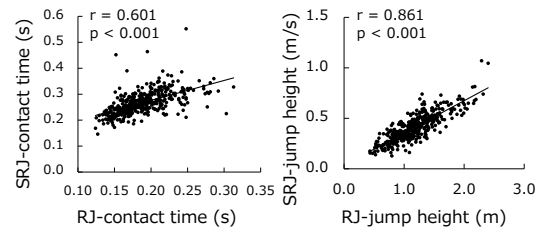


図4 RJの接地時間および跳躍高における両脚と片脚の関係

4. 結論

本研究の結果から、男子では両脚跳躍と片脚跳躍で同じような発達傾向を示すものの、女子においては、両脚跳躍と片脚跳躍で発達傾向が異なることが示唆された。RJについては両脚跳躍の遂行能力が必ずしも片脚跳躍の遂行能力と対応しているわけではないことが示された。

5. 参考文献

- 遠藤俊典・田内健二・木越清信・尾縣 貢 (2007) リバウンドジャンプと垂直跳の遂行能力の発達に関する横断的研究. 体育学研究, 52 (2):149-159.