

柔道大内刈りにおける極めの技術の安全への効果

：足の位置について

佐藤 永希 (秋田大学)

1. 目的

本研究の目的は、取りの足の踏み出す位置に焦点をあて、柔道大内刈りにおける極めの技術の安全への効果についてを検討することである。

2. 研究方法

1) 被験者

大学生の柔道経験者 18 名

2) 手続き

被験者が 2 人 1 組のペアを作り、それぞれが大内刈りの試技を行う。大内刈りの極めの局面で、相手の脚をまたがない、および相手の脚をまたぐの 2 つの技術を用い、大内刈りの試技をそれぞれ 2 回ずつ行う。すべての試技終了後に被験者は、質問紙に回答する。

3) 分析

受けの質問用紙の「頭頸部の固程度」および「受け身の取りやすさ」の 2 項目と、取りの「保持のしやすさ」の 1 項目では、平均値の差を比較する。受けの「頭を畳(マット)に打ったか」および、取りの「姿勢分類」では、度数の差を分析する。「保持分類」では、両手保持、片手保持および保持無しを外観法により 2 つのグループに分類し、「両手保持」と「片手保持・保持無し」の 2 つの度数の差を分析する。検定には、t 検定、二項検定および χ^2 検定を用いる。

3 結果

t 検定の結果、受けの「頭頸部の固定度」および「受け身の取りやすさ」と取りの「保持のしやすさ」は、極めの技術で、またがないときとまたいだとき両条件の平均の差は有意であった。すなわち、またいだときの方が、またがないときに比べ、各項目で平均値が高く安全のために効果的であることが示された。また、 χ^2 検定の結果、「保持分類」は、極めの技術で、またいだときの方が、またがないときに比べ両手保

持が多く片手保持・保持なしが少ないといえた。

二項検定の結果、「姿勢分類」は、極めの技術で、またいだときと、またがないときで、どちらも倒れ姿勢にくらべ立ち姿勢が多かった。受けの「畳(マット)に頭を打ったか」では、またいだときと、またがないときで、どちらも打ったに比べ打ってないという人が多かった。

4. 考察

大内刈りの極めの技術で、またぐ技術の方がまたがない技術よりも安全に効果的だと示唆された。大内刈りの極めの局面で、またぐことで、相手の牽引力が抑制され、受けの衝撃が緩和したからだと考える。また、お互いの肩の位置が近くなることによって手の握りにかかる負荷が低くなり、取りが相手をより支えやすくなったからではないだろうか。「姿勢分類」および受けの「畳(マット)に頭を打ったか」では、熟練者という特性が影響したため、立ち姿勢が多く、頭を打ってない人が多かったのではないかと考える。

5. 結論

本研究では、大内刈りの極めの技術で、またぐ技術の方がまたがない技術よりも安全に効果的だと示唆された。この知見はこれからの柔道の授業などにおける安全な大内刈りの指導に貢献できると考える。

〈参考文献〉

- 1) 内田良 (2010) . 柔道事故と頭部外傷 -学校管理下の死亡事例 110 件からのフィードバック-, 愛知教育大学教育創造開発機構紀要, 1, 95-103.
- 2) 三戸範之, 石井直人 (2016), 柔道初心者指導における安全のための大外刈り極めの技術：引手と釣り手について, 武道学研究, 49, 50-50.