

# 柔道における両袖を持った投げ技の種類に関する研究

梶瀬 琉衣(秋田大学)

## 1. 目的

本研究の目的は、柔道における両袖を持つ技術に適した投げ技の種類を明らかにすることである。

## 2. 方法

被験者が2人1組を作り、各技2回両袖を持って投げる。各技で投げたときおよび投げられたときの評価を質問紙にて回答する。回答は、5段階評価で行う。質問紙の評価得点を、投げ技の分類法(三戸, 1999)により、11の技を回転両足、回転片足、および非回転片足の3つの技群に分類し分析した。

- 1) 対象者：秋田大学柔道部所属の13名
- 2) 調査方法：質問紙による評価得点
- 3) 分析方法：3つの技群評価得点の平均値について分散分析、技分類ごと「技の効果」、「受け身のとりやすさ」および「技の掛けやすさ」の評価得点2分類を、二項検定により分析する。

## 3. 結果と考察

### (1) 技群間の比較

#### ① 技の効果

両袖の投げ技で投げられたとき、回転両足の技群が、回転片足の技群および非回転片足の技群にくらべ、平均値が高く、受けは技の効果を強く感じているといえる。

#### ② 受け身のとりやすさ

両袖の投げ技で投げられたとき、回転両足の技群が、非回転片足の技群にくらべ、平均値が高く、受けは受け身のとりやすさを強く感じているといえる。

#### ③ 技の掛けやすさ

両袖の投げ技で投げたとき、回転両足の技群が、回転片足の技群および非回転片足の技群にくらべ、平均値が高く、取りは技の掛けやすさを強く感じているといえる。評価の平均値を図1の(a)に示す。

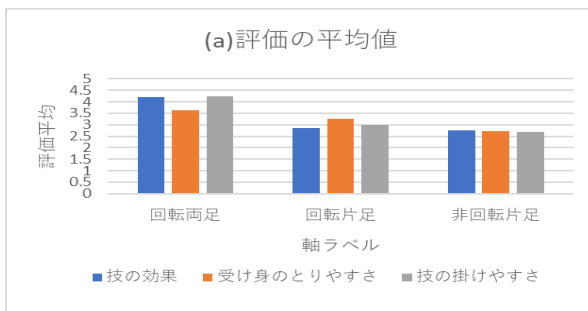


図1 技群ごとの評価の平均値

### (2) 技分類ごとの比較

技分類ごと、評価得点2分類は回転両足の技群において、「技の効果」および「技の掛けやすさ」の高得点が有意に多かった(図2)。他の技群は、度数の偏りが有意でなかった。

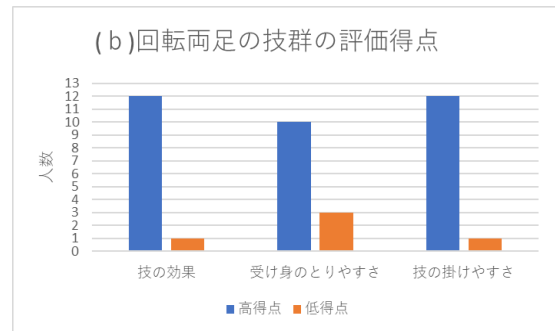


図2 回転両足の技群の評価得点

ここから、回転両足の技群が両袖を持った投げ技に適していることが示唆された。両袖を持ち相手との間合いが大きくなったことにより、相手を引き出すこと、および掛けの局面での「回転」の動作を行うことが容易であったためだと考えられる。また、回転両足の技群は受けが投げられる際、腰から足の順で畳につくことが影響していると考えた。

回転片足および非回転片足の技群は、両袖を持つことが、密着する動作を困難にし、効果的な崩しに悪い影響を及ぼすと考えられる。

## 4. 結論

本研究では、両袖を持つ技術に適した投げ技の種類を検討し、両袖を持つ技術に適した投げ技の種類は回転両足の技であることが示された。また、回転片足および非回転片足の技群は、両袖を持った投げ技に適していないことが示唆された。

### <参考文献>

- 1) 藤岡正春(1993). 柔道技術解明のためのバイオメカニクスのアプローチ. 武道学研究, 25 (3), p. 1-9.
- 2) 三戸範之, 神谷忠昭 (1999). 運動構造を基準とする柔道投げ技の分類に関する研究. スポーツ運動学研究, 12, 110-111.