

運動学習における動画視聴方法の違いとその効果

泉 幸知 (香川大学)

1. 目的

本研究では、有効性が確認されていない動画視聴方法（同時・重ねて視聴）を試し、運動学習における技能習得や運動経過の把握に有効な動画視聴方法を明らかにすることを目的とした。

2. 方法

1) 被験者：K大学の学生（122名）

2) 実験内容：サッカーのインサイドキックの動きに4つの相違点がある2つの動画を、一つずつ順番に再生するものと、2つの動画を並べて同時に再生するものと、2つの動画を重ね合わせて再生するものの3種類の見方で用意した。対象者には、3種類のうち、2種類の見方でそれぞれ3回ずつタブレットを用いて視聴させた。また、視聴した動画における相違点、どちらの方が見やすかったのかとその理由について質問紙調査を行った。

3) 分析方法：分散分析、Bonferroni法による多重比較、 χ^2 検定、直接確率計算を行い、動画視聴方法の有効性を比較検討した。

3. 結果と考察

1) 質問紙調査の正答数による比較

質問紙調査における相違点の正答数で比較すると、順番に視聴した場合と重ねて視聴した場合の間のみ有意差が認められた（表1）。

表1 動画の見方の違いによる有意差

		平均値差	標準誤差	t	p
順番	同時	.18	.14	1.24	.66
	重ねる	.43	.14	3.09	.01
同時	重ねる	.26	.14	1.80	.22

$p < .05$

順番に視聴する場合において、最初の動画を見てから次の動画を見るまでの時間が数秒程度であったことから、「記憶」による影響がなかったと言える。また、一つずつ順番に視聴する場合は、一度に見るポイントが4つであるのに対し、重ねて視聴する場合は、一度に見るポイントが8つになるため、順番に視聴した方が見る視点が少ないと言える。そのた

め、順番に視聴した場合に正答数が多くなったと考えられた。

2) 質問紙調査の感想による比較

質問紙調査における感想（主観）で比較すると、順番に視聴した場合と同時に視聴した場合、順番に視聴した場合と重ねて視聴した場合において、人数の偏りは有意であった（表2）。

表2 それぞれの視聴方法で見やすい見方（人）

順番		同時	合計
12	<*	26	38
* $p < .05$			
順番		重ねる	合計
12	<*	28	40
* $p < .05$			
同時		重ねる	合計
24		17	41
* $p < .05$			

同時、重ねての動画視聴は、一つの動画になっているため、一つの画面内で見比べることができる。一度に比較できることに関しての有効性を感じた人が多かったため、同時、重ねて視聴した方が違いを見つけやすいと感じる傾向にあると考えられた。

4. 結論

正しく動きの違いを見つけるためには、一つずつ順番に視聴する方法が効果的であるが、主観で動きの違いが分かりやすいと感じるのは、同時に視聴したり、重ね合わせて視聴したりする方法であった。このことから、実際と主観との差に注意し、それぞれの動画視聴方法の有効性を理解したうえで利用することが重要になると考えられた。

<参考文献>

野田智洋・幸篤武 (2017) 動画映像の提示方法の違いが運動経過の把握に与える影響：スローモーションや繰り返し再生の効果. 体育学研究, 62, 155-167.