

柔道の受け身に対する意識調査の一考察
—Kokushikai Judo Camp (USA) 参加メンバーを対象に—

An Examination of the Attitude Survey Concerning the Judo Ukemi
—A Study of Participants in the Kokushikai Judo Camp USA—

森脇 保彦, 中島 たけし, 田中 力

Yasuhiko MORIWAKI, Takeshi NAKAJIMA and Chikara TANAKA

Abstract

The *ukemi*, or falling method employed in judo, is a technique with which to protect one's self in the event of losing balance or upon being thrown or knocked down by an opponent. The poet Aida wrote about ukemi: "Ukemi is the basis of Judo. Ukemi is the practice of falling. Ukemi is the practice of being defeated. The practice of being thoroughly disgraced in front of others. Those who master ukemi are masters. Because they recognize the importance of losing." Even in the case of falling on a hard concrete floor, it is exceedingly important to execute the ukemi with a tremendous sound, thereby expending the energy of the fall propagating through the body. At the moment of falling, the chin is pulled in to prevent the back of the head from hitting the floor, and the entire body is made momentarily rigid while executing the slap to the floor, and instantly following the slap, the body is relaxed. This is said to be the knack of doing ukemi properly. However, it is common for, fearing injury or pain, anxiety and tension to prevent supple use of the body to perform a masterful ukemi. It is often noted that there is greater interest in throwing one's opponent than in falling correctly. Accordingly, observation by the untrained eye leads to an image of judo being dangerous. Recently, a study concluded that head and neck injuries in mandatory middle-school physical education judo classes were higher than in judo club activities (by 2.4 times). This has become a significant problem. On December 12, 2011, the Asahi Shimbun Newspaper reported that seminars focusing on teaching methodology that promotes safety are to be conducted throughout the country. The aim of these seminars is to improve the conditions surrounding judo. This is a further effort to ensure the thoroughgoing pursuit of the advancement of judo teaching methods.

In this study, we examined the perceptions of middle-school students participating in

judo classes made mandatory in 2012 with regards to ukemi. This study draws on a previous study by Ogitsuka, et al (1), the “Study of the Image of Judo Ukemi.” Taking into consideration the results of that study, we compared our results with the data collected during the 3rd Kokushikai Judo Camp conducted in New York in August of 2011, and other available data.

Key words; Ukemi, Self-protection, Judo, Safety guidance

I. 緒言

柔道の受け身は、相手から技を掛けられて投げられたり、自分自身でバランスを崩して倒れた時などの怪我から身体を守る技術である。詩人の相田みつを¹⁵⁾は、受け身について次のような詩を読んでいる。「柔道の基本はほんらい受け身、受け身とはころぶ練習、負ける練習、人の前にぶざまに恥をさらす練習、受け身が身につけば達人、負けることの尊さが解るから」と。どんなに硬いコンクリートの床に倒れたとしても、受け身を取った瞬間は、身体に電流が走った様に乾いた大きな音がする受け身を取る事が大事である。その瞬間は後頭部を打たないように顎を引き、全身を瞬時に剛体として床を叩く、そして叩き終わったら瞬時に身体の力を緩めることが求められる。これが受け身のコツと言われている。しかし、怪我や痛みに対する恐怖感、不安から身体が緊張して満足のいく受け身が身につかない場合が多い。しかし、一般的に相手を投げる技術には興味を持って取り組む場合が多く見られる。従って受け身が不十分で未熟さから怪我に繋がり、柔道は危険だというイメージだけが認識されやすいと思われる。最近、中学の柔道で頭や首を負傷するリスクは、部活動中より体育の授業中の方（部活の2.4倍）が高いと云う調査結果が示され、大きな問題になっている。（朝日新聞2011.12.17朝刊掲載）、柔道界では問題改善のための安全指導講習会を全国的に開催し、指導法の意味徹底に勤めている。

そこで本研究は、扇塚¹⁾らの先行研究において、「柔道の受け身に対するイメージ調査の検討」で、

平成24年より実施の武道必修化に伴い中学生が柔道の受け身に対してどのようなイメージを持っているかの調査を行った。

その結果を参考に、平成23年8月にニューヨークで開催された第3回Kokushikai Judo Camp参加メンバーを対象に同様の調査を行った。その結果と先行研究を比較し報告する事とした。

II. 研究方法

(1) 調査対象者

アメリカ（ニューヨーク州）にて平成23年年8月15日～27日に開催されたKokushikai Judo Camp. 参加者151名（男子105名、女子46名）、平均年齢19.8歳 標準偏差13.5歳（20歳以下：106名、以上：45名）であった。

(2) 調査方法

扇塚¹⁾らの先行研究において使用したアンケート調査の「柔道の受け身に関する意識の調査」表1（英訳）の通り6要素・質問項目（30項目）を採用した。※日本文表2参照

- A「身体的効果」1), 8), 15), 23) の4項目、
 B「体力的効果」2), 20), 24) の3項目、
 C「日常的効果」3), 9), 16), 25) の4項目、
 D「受け身の位置付け」4), 6), 10), 12) 17), 19), 26), 29) の8項目、
 E「心理的効果」5), 7), 11), 18), 21), 27) 28), 30) の8項目、
 F「その他」14), 22) の2項目を採用し、主催者と調査対象者に調査依頼し同意を得て調査用紙を配布、調査終了後に回収を行った。

表1 アンケート用紙

IUDO UKEMI(break-fall)SURVEY					
Gender: M_____ F_____		Age:_____		Judo Rank:_____	
Yrs of Practice:_____					
Please read the following statements and circle your thought about Ukemi(break-fall).					
	1	2	3	4	5
	Strongly Disagree	Disagree	Unsure	Agree	Strongly Agree
1、Ukemi(break-fall) protects the body.	1	2	3	4	5
2、Ukemi(break-fall) strengthens the neck.	1	2	3	4	5
3、Ukemi(break-fall) is useful for falls.	1	2	3	4	5
4、Ukemi(break-fall) is the foundation of judo.	1	2	3	4	5
5、Ukemi(break-fall) looks painful.	1	2	3	4	5
6、Ukemi(break-fall) is part of the warm up exercises.	1	2	3	4	5
7、Ukemi(break-fall) is scary.	1	2	3	4	5
8、Ukemi(break-fall) prevents injury.	1	2	3	4	5
9、Ukemi(break-fall) can be used in an accident.	1	2	3	4	5
10、Ukemi(break-fall) is essential.	1	2	3	4	5
11、Ukemi(break-fall) helps to relieve stress.	1	2	3	4	5
12、Ukemi(break-fall) has many variations.	1	2	3	4	5
13、Ukemi(break-fall) is embarrassing.	1	2	3	4	5
14、Ukemi(break-fall) can become second nature.	1	2	3	4	5
15、Ukemi(break-fall) softens the impact.	1	2	3	4	5
16、Ukemi(break-fall) is a valuable skill.	1	2	3	4	5
17、Good Ukemi(break-fall) makes the tori(thrower)look good	1	2	3	4	5
18、Ukemi(break-fall) is difficult.	1	2	3	4	5
19、Ukemi(break-fall) can be improved by practice	1	2	3	4	5
20、Ukemi(break-fall) makes a person dizzy.	1	2	3	4	5
21、Ukemi(break-fall) is fun.	1	2	3	4	5
22、If you know the key points of Ukemi(break-fall),can be learned easily.	1	2	3	4	5
23、Ukemi(break-fall) is a life saving skill.	1	2	3	4	5
24、Ukemi(break-fall) can become instinct.	1	2	3	4	5
25、Ukemi(break-fall) can be used in everyday life.	1	2	3	4	5
26、It is dangerous to not know Ukemi(break-fall).	1	2	3	4	5
27、Ukemi(break-fall) is beautiful.	1	2	3	4	5
28、In a dire situation, I am afraid I will not be able to use Ukemi(break-fall).	1	2	3	4	5
29、Ukemi(break-fall) is the foundation to strong Judo.	1	2	3	4	5
30、Ukemi(break-fall) is cool/stylish.	1	2	3	4	5

表2 平均値と標準偏差

質 問 項 目	平均値	標準偏差	分析 N
1) 受け身は体を守る	4.5894	.69543	151
2) 受け身は首を強くする	3.6159	1.23213	151
3) 受け身は転んだ時に使える	4.7020	.70043	151
4) 受け身は基本的動作である	3.7086	1.30430	151
5) 受け身は痛そう	2.2781	1.31230	151
6) 受け身は準備運動でする事の一つである	4.3907	.93076	151
7) 受け身は怖い	1.6424	1.01551	151
8) 受け身はけがを防ぐもの	4.4901	.84749	151
9) 受け身は事故にあった時に使える	4.0265	1.19414	151
10) 受け身はなくてはならない動作	4.3510	.91796	151
11) 受け身はストレス解消になる	2.9404	1.21782	151
12) 受け身はたくさん種類がある	3.9272	1.05893	151
13) 受け身は恥ずかしい	1.3841	.82350	151
14) 受け身は自分がどうやってとっているのか分らない	4.1258	1.17362	151
15) 受け身は衝撃を和らげる	4.4967	.82360	151
16) 受け身は身につけておくと便利	4.5563	.71773	151
17) 受け身は相手の技をきれいにさせるもの	3.8411	1.27066	151
18) 受け身は難しい	1.8477	1.02468	151
19) 受け身は練習したら上手くなる	4.4901	.80720	151
20) 受け身は目が回る	2.4106	1.17344	151
21) 受け身は楽しい	3.5762	1.21895	151
22) 受け身はコツをつかめばすぐにできる	4.1921	.85413	151
23) 受け身は命を守る	4.0662	1.07498	151
24) 受け身は自然に体が動くようになる	4.2649	1.06271	151
25) 受け身は普段の生活のなかでも使える	3.9934	1.12840	151
26) 受け身は出来ていないと知っていないと危険	3.6821	1.33352	151
27) 受け身は美しいきれい	3.3444	1.34683	151
28) 受け身はいざという時に使えるか不安	2.2053	1.21829	151
29) 受け身は柔道が強くなるための一歩	3.9470	1.18202	151
30) 受け身はカッコいい	3.4437	1.27873	151

(3) 分析方法

本研究は、受け身に対する意識の構造を統計的立場から推定するための方法として因子分析法を用いる事とした。

因子分析 (Factor analysis) は、1900年代の初めから心理学における統計的手法として発達し、その後医学、生理学、社会学、教育学等広範囲の分野において応用されている。その根本的な思想は、“ある領域での一件複雑に見える種々の現象も、極めて少数の潜在的因子 (Latent factor) によって説明し得る” という、科学の根底に横たわる簡素 (Parsimony) の原則に基づいている。(奥野ら¹³⁾)

因子分析について Comrey, A.L (1980) は、その著書の中で「多数の変量について相関行列が大きな値の相関係数を持っていると言う事は、その中にある変量が相当に強く関与していることを示している。変量が多くその間に多数の高い相関がある時は、様々な相互関係のあることが予想されるが、これをそのまま同時に考慮して考察する事は非常に困難である。このような場合、因子分析は相関行列に見られる数値を説明するために潜在的な因子の存在を仮定したり、或は、因子と云う名の構造物を想定し、このような複雑な相互関係を出来るだけ簡単な形で捉える手段を提供するものである」と述べている。また、松浦¹⁴⁾ は、「あ

る種の能力を測定する諸テスト変数は、テスト結果として測定された成果にはいくつかのより単純な能力領域が関与していると考えられる場合が多い。この単純な能力領域を各テスト変数の関連(相関係数、または共分散)を手がかりとして見つけていく統計的方法の一つが因子分析法と云われるものである」と述べている。因子分析には、その方法として、二因子解法、二重因子解法、セントロイド解法、主成分解法、主因子解法、多因子解法、多群子解法等の方法がある。

- 非常にそう思う…………… 5
- やや思う…………… 4
- どちらでもない…………… 3
- あまりそう思わない… 2
- ぜんぜん思わない…… 1

として調査内容を得点化し、得られた結果について平均値、標準偏差、相関行列(30×30)を計算し、主因子法(Principal factor solution)を施し、固有値1.0、因子負荷量0.4以上の主成分についてノーマル・バリマックス(Normal varimax)基準による直行回転を適用して多因子解を求めた。

Ⅲ. 結果

1. 項目ごとの得点の平均値と標準偏差

調査対象者151名から得られたデータを項目ごとに得点化し、30項目の平均値と標準偏差を算出し、表2に示した。その結果、最も肯定された項目は、4)受け身は転んだ時に使える(平均値=4.70、標準偏差=0.70)である。反対に、最も同意されなかった項目、13)受け身は恥ずかしい(平均値=1.38、標準偏差=0.82)である。

- 以下得点順に並べると、得点の高い順に5項目
- 3)受け身は転んだ時に使える
(平均値=4.702、標準偏差=0.700)、
 - 1)受け身は身体を守る
(平均値=4.589、標準偏差=0.695)
 - 16)受け身は身につけておくと便利

- (平均値=4.556、標準偏差=0.717)
- 15)受け身は衝撃を和らげる
(平均値=4.496、標準偏差=0.823)
- 8)受け身はケガを防ぐもの
(平均値=4.490、標準偏差=0.847)
- 得点の低い順に4項目
- 13)受け身は恥ずかしい
(平均値=1.384、標準偏差=0.823)
- 7)受け身は怖い
(平均値=1.642、標準偏差=1.015)
- 18)受け身は難しい
(平均値=1.847、標準偏差=1.024)
- 5)受け身は痛そう
(平均値=2.278、標準偏差=1.312)

2. 受け身に対する意識の構造

調査対象者全体の151名について、得られたデータすべてを得点化した結果、表4の回転後の因子負荷行列に見られるように8因子が抽出され、第1因子から第8因子までの全分散に対する累積貢献度は63.162%であった。ここでは因子負荷量0.4以上を解釈のための基準とした。表3は相関行列(30×30)である。また、Cronbachの α 係数を算出したところ、 $\alpha = 0.845$ と云う意味ある数値が得られた。

第1因子は、全分散に対する貢献度は11.188%であり、因子負荷量が0.4以上の項目を高いものから順に列挙すると

- 3)受け身は転んだ時に使える(0.831)、
 - 15)受け身は衝撃を和らげる(0.793)、
 - 1)受け身は体を守る(0.707)、
 - 23)受け身は命を守る(0.650)、
 - 25)受け身は普段の生活の中でも使える(0.476)
- の5項目が抽出された。
- 3)日常的效果、15)身体的効果、1)身体的効果、23)身体的効果、25)日常的效果に関する項目が抽出された。受け身は日常的に身体を守る事に繋がる事から「日常・身体的効果因子」と解釈した。

表3 相関行列 (N=151)

1)受け身は体を守る	1.000										
2)受け身は首を強くする	.375	1.000									
3)受け身は転んだ時に使える	.541	.230	1.000								
4)受け身は基本的動作である	.176	.419	.174	1.000							
5)受け身は痛そう	-.159	.038	-.272	.005	1.000						
6)受け身は準備運動である事の一つである	.219	.289	.170	.336	-.019	1.000					
7)受け身は怖い	-.115	-.036	-.076	-.049	.405	-.183	1.000				
8)受け身はけがを防ぐもの	.344	.175	.203	.202	-.015	.330	-.159	1.000			
9)受け身は事故にあった時に使える	.382	.301	.384	.335	-.111	.243	-.047	.481	1.000		
10)受け身はなくてはならない動作	.259	.244	.174	.314	-.026	.424	-.093	.480	.332	1.000	
11)受け身はストレス解消になる	.270	.518	.151	.430	.035	.315	.010	.274	.230	.359	1.000
12)受け身はたくさん種類がある	.167	.116	.069	.182	-.019	.218	-.062	.233	.286	.267	.214
13)受け身は恥ずかしい	-.258	-.064	-.216	-.050	.227	-.267	.492	-.214	-.126	-.180	-.090
14)受け身は自分がどうやってとっているのかわからない	.415	.177	.314	.163	-.109	.119	-.102	.259	.297	.355	.164
15)受け身は衝撃を和らげる	.649	.321	.593	.204	-.246	.258	-.049	.308	.420	.279	.302
16)受け身は身につけておくと便利	.381	.236	.332	.317	-.017	.301	-.109	.327	.379	.471	.236
17)受け身は相手の技をきれいにさせるもの	.175	.255	.081	.241	.103	.329	-.050	.296	.170	.271	.382
18)受け身は難しい	-.163	.091	-.045	.136	.319	.000	.453	-.067	.080	.093	.148
19)受け身は練習したら上手くなる	-.195	.224	.248	.194	-.117	.418	-.021	.192	.173	.171	.166
20)受け身は目が回る	-.029	.119	.061	.074	.207	-.044	.225	-.170	-.032	-.036	.195
21)受け身は楽しい	.053	.179	-.063	.165	.016	.288	-.096	.080	.104	.092	.383
22)受け身はコツをつかめばすぐにできる	.302	.185	.152	.260	-.113	.240	-.328	.173	.185	.186	.165
23)受け身は命を守る	.483	.407	.566	.389	-.075	.240	-.058	.301	.461	.321	.375
24)受け身は自然に体が動くようになる	.274	.160	.277	.316	-.077	.252	-.029	.521	.499	.485	.234
25)受け身は普段の生活のなかでも使える	.413	.315	.318	.257	-.021	.231	-.130	.345	.485	.266	.237
26)受け身は出来ていないと知っていると危険	.261	.258	.226	.261	-.010	.187	.039	.328	.269	.271	.317
27)受け身は美しいきれい	.266	.386	.230	.445	-.168	.301	.164	.202	.313	.392	.557
28)受け身はいざという時に使えるか不安	-.270	-.227	-.147	-.092	-.061	-.201	.157	-.214	-.155	-.160	-.091
29)受け身は柔道が強くなるための一歩	.282	.357	.174	.639	-.012	.292	.006	.312	.332	.355	.382
30)受け身はカッコいい	.101	.219	.015	.266	.125	.223	.020	-.011	.053	.253	.368

表4 回転後の因子負荷行列 (N=151)

	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6	F 7	F 8	共通性
3)受け身は転んだ時に使える	.831								.720
15)受け身は衝撃を和らげる	.793								.746
1)受け身は体を守る	.707								.642
23)受け身は命を守る	.650								.635
25)受け身は普段の生活のなかでも使える	.476								.515
24)受け身は自然に体が動くようになる		.765							.682
16)受け身は身につけておくと便利		.653							.608
10)受け身はなくてはならない動作		.607							.580
14)受け身は自分がどうやってとっているのかわからない		.594							.707
8)受け身はけがを防ぐもの		.580							.625
12)受け身はたくさん種類がある		.485							.431
9)受け身は事故にあった時に使える		.474							.554
7)受け身は怖い			.825						.702
18)受け身は難しい			.739						.616
13)受け身は恥ずかしい			.605						.549
5)受け身は痛そう			.531						.632
22)受け身はコツをつかめばすぐにできる			-.457						.539
20)受け身は目が回る			.421						.494
4)受け身は基本的動作である				.747					.680
29)受け身は柔道が強くなるための一歩				.710					.730
2)受け身は首を強くする				.492					.604
30)受け身はカッコいい					.841				.758
21)受け身は楽しい					.789				.716
27)受け身は美しいきれい					.521				.717
26)受け身は出来ていないと知っていると危険						.664			.582
17)受け身は相手の技をきれいにさせるもの						.612			.630
11)受け身はストレス解消になる						.523			.633
19)受け身は練習したら上手くなる							.680		.617
6)受け身は準備運動である事の一つである							.563		.608
28)受け身はいざという時に使えるか不安								-.743	.696
貢献量	3.564	3.275	2.585	2.306	2.268	2.007	1.511	1.433	18.949
貢献度	11.882	10.916	8.616	7.685	7.561	6.869	5.037	4.777	63.343
累積貢献度	11.882	22.797	31.413	39.098	46.659	53.348	58.348	63.162	

	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	1.000																		
	-.098	1.000																	
	.206	-.092	1.000																
	.103	-.224	.397	1.000															
	.326	-.195	.486	.432	1.000														
	.170	-.139	.340	.235	.317	1.000													
	-.084	.283	-.145	-.036	-.065	.007	1.000												
	.128	-.275	.117	.303	.251	.115	-.095	1.000											
	-.056	.257	.049	-.088	-.059	.044	.341	-.087	1.000										
	.131	-.089	.056	.111	.066	.128	-.089	.206	-.017	1.000									
	.192	-.276	.242	.205	.249	.133	-.210	.249	-.106	.271	1.000								
	.174	-.225	.199	.565	.332	.188	.021	.216	.042	.195	.262	1.000							
	.242	-.079	.460	.389	.487	.273	.074	.197	-.082	-.005	.098	.270	1.000						
	.133	-.205	.403	.470	.408	.208	-.070	.223	.027	.153	.223	.402	.380	1.000					
	.031	-.052	.141	.266	.249	.300	.135	.133	.092	.019	.077	.261	.159	.158	1.000				
	.097	.072	.280	.320	.401	.344	.304	.224	.290	.305	.133	.357	.322	.357	.314	1.000			
	-.061	.180	-.191	-.295	-.185	-.151	.137	-.259	.113	.037	-.237	-.224	-.259	-.295	-.038	-.141	1.000		
	.306	-.095	.226	.274	.538	.167	.076	.244	-.018	.257	.261	.428	.346	.255	.311	.405	-.034	1.000	
	.098	-.030	.109	.119	.252	.265	.103	.059	.131	.558	.105	.260	.148	.104	.083	.534	.044	.311	1.000

第2因子は、全分散に対する貢献度は10.916%であり、有意な項目を列挙すると

- 24) 受け身は自然に体が動くようになる (0.765)、
- 16) 受け身は身につけておくと便利 (0.692)、
- 10) 受け身はなくてはならない動作 (0.607)、
- 14) 受け身は自分がどうやってとっているかわからない (0.594)、

- 8) 受け身はけがを防ぐもの (0.580)、
 - 12) 受け身はたくさん種類がある (0.485)、
 - 9) 受け身は事故にあった時に使える (0.474)
- の7項目が抽出された。

24) 体力的効果、16) 日常的効果、10) 受け身の位置付け、14) その他8) 身体的効果、12) 受け身の位置付け、9) 日常的効果に関する項目が抽出された。ここでは因子負荷量の高い上位2つの24) 受け身は自然に体が動くように成る。16) 受け身は身につけておくと便利に注目して「体力・日常効果因子」と解釈した。

第3因子は、全分散に対する貢献度は8.616%であり、有意な項目を列挙すると

- 7) 受け身は怖い (0.765)、
- 18) 受け身は難しい (0.739)、
- 13) 受け身は恥ずかしい (0.607)、
- 5) 受け身は痛そう (0.531)、
- 22) 受け身はコツをつかめばすぐにできる (-0.457)、
- 20) 受け身は目が回る (0.421)

の6項目が抽出された。
 7) 心理的效果、18) 心理的效果、13) 心理的效果、5) 心理的效果、22) その他、20) 体力的効果に関する項目が抽出された。上位4項目に心理的な影響が高いことを示し「心理的マイナス効果因子」と解釈した。

第4因子は、全分散に対する貢献度は7.685%であり、有意な項目を列挙すると

- 4) 受け身は基本動作である (0.747)、
 - 29) 受け身は柔道が強くなるための一歩 (0.710)、
 - 2) 受け身は首を強くする (0.492)
- の3項目が抽出された。
 4) 受け身の位置付け、29) 受け身の位置付け、

2) 体力的効果に関する項目が抽出された。柔道の基本技術の向上及び怪我予防に関する項目であり、「基礎的因子」と解釈した。

第5因子は、全分散に対する貢献度は7.561%であり、有意な項目を列挙すると

30) 受け身はカッコいい (0.841)、

21) 受け身は楽しい (0.789)、

27) 受け身は美しい・きれいな (0.521)

の3項目が抽出された。

30) 心理的効果、21) 心理的効果、27) 心理的効果に関する項目が抽出された。3項目すべて心理的関係因子であり、「心理的プラス効果因子」と解釈した。

第6因子は、全分散に対する貢献度は6.869%であり、有意な項目を列挙すると

26) 受け身は出来ていないと知っていないと危険 (0.664)、

17) 受け身は相手の技をきれいにさせるもの (0.612)、

11) 受け身はストレス解消になる (0.523)

の3項目が抽出された。

26) 受け身の位置付け、17) 受け身の位置付け、11) 心理的効果に関する項目が抽出された。技の効果の表現やストレス解消を表しており「心理的効果因子」と解釈した。

第7因子は、全分散に対する貢献度は5.037%であり、有意な項目を列挙すると

19) 受け身は練習したらうまくなる (0.680)、

6) 受け身は準備運動の一つである (0.563)

の2項目が抽出された。

19) 受け身の位置付け、6) 受け身の位置付けに関する項目が抽出された。基本の徹底に関する事と思われるので「基礎的因子」と解釈した。

第8因子は、全分散に対する貢献度は4.777%であり、28) 受け身はいざというときに使えるか不安 (-0.743) の一項目にのみ有意な負荷量を示した。心理的効果に関する項目である。通常因子の解釈にあたっては、単一の項目からの因子を定義するのは非常に困難であり、かつ正しく解釈

されたかどうかについても明確なものではないのでここでは「解釈不能」とした。

この結果、Kokushikai Judo Camp参加者の受け身の意識構造は、

●第1因子：「日常・身体的効果因子」日常生活における受け身の必要性、便宜性に関する記述

●第2因子：「体力・日常効果因子」日常生活における受け身の必要性に関する記述

●第3因子：「心理的マイナス効果因子」受け身によって得られるメンタル的要素に関する記述

●第4因子：「基礎的因子」柔道の基本技術及び怪我予防に関する記述

●第5因子：「心理的プラス効果因子」受け身によって得られるメンタル的要素に関する記述

●第6因子：「心理的効果因子」受け身の楽しさ、期待に関する記述

●第7因子：「基礎的因子」柔道における基本的な受け身の取り組みに関する記述

●第8因子は、一項目のみの抽出のため解釈不能。以上の因子から構成されていた。

3. 各因子の男女間の比較

因子分析の結果より、男子105名、女子46名について、各因子の因子得点係数を算出し、個人ごとの因子得点を(回帰法)によって算出した。その結果、表5に示す様に第1～8因子すべてに於いて男女間に有意な差は認められなかった。

表5 性差の検定(T検定)

因子	T 値	P 値
1 因子	-1.200	0.232
2 因子	0.501	0.617
3 因子	-0.010	0.992
4 因子	0.501	0.617
5 因子	-0.085	0.932
6 因子	-0.145	0.885
7 因子	-0.267	0.790
8 因子	1.218	0.225

IV. 考 察

この結果、平均値から受け身の意識を考察すると、平均値4.0以上の項目は13項目あり、中でも一番高い3)受け身は転んだ時に使える の様に受け身をすることによって安全に怪我から身体を守ることが出来る。逆に、得点の低い13)受け身は恥ずかしい の様に投げられることに対して不安や抵抗感はあるものの、楽しさや技がきれいに決まるようになりたいという希望と期待を持って取り組んでいる様子が伺える。

また、因子分析から受身の意識を考察すると第1因子「日常・身体的効果因子」、第2因子「体力・日常効果因子」と解釈できることから、参加者の年齢平均が19.8歳、下は6歳から上は75歳であるが、参加者の2/3が20歳以下の若者が多く参加していた事から、指導者から受身の必要性や取り組み方について徹底的に指導されている事が窺われる。参加者は、柔道の練習や日常生活において安全に身体を護る技術であることを潜在的に意識していると推測される。

第3因子の「心理的マイナス効果因子」7)受け身は怖い 18)受け身は難しい 13)受け身は恥ずかしい 5)受け身は痛そうの 4項目がマイナスイメージに対して 22)受け身はコツをつかめばすぐにできるという様に、20歳未満の若者が多く参加している為、指導者の指導通り積極的に希望を持って取り組み、痛い・怖いという不安な気持ちを越えようとする葛藤が伺われる。

第4因子の「基礎的因子」4)受け身は基本的動作である 29)受け身は柔道が強くなるための一歩 2)受け身は首を強くするは、受け身の必要性・重要性を認識しており、日頃から指導・徹底されていることが伺える。

第5因子の「心理的プラス効果因子」30)受け身はカッコいい 21)受け身は楽しい 27)受け身は美しい・きれい、受け身を見た印象そのまま希望と期待・あこがれを抱いている事が伺われた。

第6因子の「心理的効果因子」26)受け身は出来ていないと知っていないと危険 17)受け身は相手の技をきれいにさせるもの 11)受け身はストレス解消になる、受け身の必要性及び爽快感を持って取り組んでいる事が伺える。

第7因子の「基礎的因子」19)受け身は練習したら上手くなる 6)受け身は準備運動の一つであるの様に、柔道が強くなるための基礎であると捉えていることが伺える。

V. まとめ (Conclusions)

本研究では、Kokushikai Judo Camp参加メンバーの受け身に対する心理学的意識(イメージ)についてアンケート調査による検討を行った結果、次の結論が得られた。

- 1) 参加メンバーの2/3が20歳以下の若いメンバーであり、また、初心者が大半であった。従って、日頃指導者から受け身の必要性や重要性について徹底して指導を受けている事が推測される。
- 2) 受け身の意識は、解釈不能一つの因子を除き「日常・身体的効果因子」「体力・日常効果因子」「心理的マイナス効果因子」「基礎的因子」「心理的プラス効果因子」「心理的効果因子」「基礎的因子」の7因子から構成されていた。

扇塚¹⁾らの先行研究の中学生と比較すると、投げられる事への恐怖感や受け身の痛みから逃避観を抱く者については同様の印象が認められた。しかし、日常生活の中で怪我の防止、安全面との関連性については、中学生よりもCamp参加者の方が高い意識を示していた。このことは、柔道が強くなる(柔道の技を早く教えてもらいたい)ためには、楽しんで行うと共に、技を教えて欲しくて、早く受け身が出来るようになりたいと、強く認識

している結果と思われる。

3) Camp主催者(松村先生・セリータ氏)は、思春期の若い子供達が多く参加している、従って怪我をさせない為に受け身を徹底する事を常に心がけて指導されている。さらに飽きさせない為、色々な遊びを取り入れて楽しく遊びの中からいかに柔道に興味を持たせるかと云う事に神経を注いで指導されている事が影響していると考えられる。

受け身が出来ない者には技を教えない事を教え、受け身の徹底を即されている。

本研究は、アメリカ柔道家の受け身に対する意識の検討であるが、指導者の指導法が強く影響している事が伺え、生徒自ら真剣に取り組んでいる様子を伺うことができた。

以上の事から、受け身の徹底指導を行う事が求められ、何故「受け身」を覚えなければならないのかを理解させ、上手い受け方、倒れ方、対応方法等を指導する事が大事である。これが柔道本来の技術向上にも繋がると共に怪我予防に大事であると考えられる。

本稿作成に当たり、kokushikai Judo Camp主催者の松村洋一郎先生(国士館大学体育学部3期卒)、Celita Schutz氏(オリンピック(アトランタ・シドニー・アテネ)、Tommi.S.Freeburg氏、Hiromi karagiannis氏には、アンケート調査及び翻訳にご協力いただき、貴重な資料を得る事ができました。また、藤田主一先生(日本体育大学教授)、吉川和利先生(電気通信大学教授)にはデータ分析等ご指導頂きましたこと深く感謝申し上げます。誠にありがとう御座いました。

参考文献

- 1) 扇塚愛、鈴木祥子、中島たけし、藤田主一、吉川和利、森脇保彦「柔道の受け身に対するイメージ調査の検討」国士館大学武徳紀要 第27号 2011
- 2) 木村清人 編著「新しい柔道の授業づくり」大修館書店、P150. 2003
- 3) 尾形敬史「中学生の柔道に対するイメージについて」茨城大学教育実践研究、8、P109～P120、1989
- 4) 真柄浩、小林一敏、菅原秀二、小俣幸嗣「衝撃力から見た柔道の受け身について」日本体育学会大会号(29)、329、1978-12-17.
- 5) 森藤才、貝瀬輝夫、菅原正明「柔道の受け身における着床衝撃に関する研究」東京学芸大学紀要、第5部門、芸術・体育 42、P87～94、1990-10.
- 6) 真柄浩、小林一敏、菅原秀二、小俣幸嗣「身体部分の位相変化からみた柔道の後受け身」日本体育学会大会号(30)、375、1979-12-10.
- 7) 尾形敬史、沢畑好朗「柔道の受け身指導に関する意識について」武道学研究、24-2、P119-120、1991.
- 8) Recharadson, A(鬼沢貞・浦野静雄訳):「心像」紀伊国屋書店、P11-26 (Mentalimagery. Routlisdgeand Kagn Paull-London. 1969)
- 9) 猪俣公宏、伊藤政展、勝部篤美「背泳の学習初期におけるモデル提示によるメンタル・トレーニング効果に関するフィールド研究—その方法論的試論—」体育学研究24-2. P101-108. 1979.
- 10) 伊藤政展「水泳技能の観察学習に関するフィールド・リサーチ」体育学研究24-4. P291-299. 1980.
- 11) 西田保、勝見篤美、猪俣公宏、小山哲、岡沢祥訓、伊藤政展「運動イメージの明瞭性に関する因子分析研究」体育学研究、26-3. P189-205、1981
- 12) 鶴原清志、渡辺章、中川昭、荒木政信「運動学習の領域における用語の問題(その2)」スポーツ心理学研究、8-1. P48-50. 1972
- 13) 奥野忠一、久米均、芳賀敏郎、吉沢正「多変量解析法」日科技連出版社、P323. 1983.
- 14) 松浦義行「因子分析法」不昧堂、P101-109. 1972.
- 15) 相田みつを「一生感動一生青春」文化出版局、P76、77
- 16) 藤堂良明「体育科教育」P10～P13 53巻11号 11. 2005.
- 17) 児島義明「柔道投技の受身の分析」武道学研究 10-3. 1978