

# 砲丸投・回転投法における観察視点の提案

- 男子競技者における投擲距離の 11.80m から 14.87m への競技発達事例を手がかりに -

加藤忠彦<sup>1)</sup>, 近藤亮介<sup>2)</sup>, 金高宏文<sup>3)</sup>, 瓜田吉久<sup>3)</sup>, 前田明<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup>鹿屋体育大学大学院体育学研究科博士後期課程

<sup>2)</sup>神戸大学大学院人間発達環境学研究科博士後期課程

<sup>3)</sup>鹿屋体育大学スポーツ・武道実践科学系

<sup>4)</sup>鹿屋体育大学スポーツ生命科学系

キーワード: 動きのコツ, 運動フォーム, 運動意識, 変容

## 【要旨】

本研究では、砲丸投・回転投法における投擲の運動フォームと運動意識の変容を、男子競技者 1 名の事例を対象に報告、分析した。対象者における取り組みは 4 つに分けることができ、投擲距離の増大とともに運動フォームと運動意識は変容していた。また、4 期の連続的な変容について、運動フォームの変容は運動の観察点を、運動意識の変容は動きを意図した動感で整理した結果、それぞれ 9 項目と 10 項目で変容していた。対象者の事例を整理し、取捨選択を加えることで、回転投法の発達段階として、「ターンの習得」、「投げの習得」、「ターンにおける身体の加速」という 3 段階が考えられた。

対象者の運動フォームと運動意識の変容を手がかりに、回転投法に取り組むうえでの競技発達段階における運動フォームの観察視点を作成し、提示した。

スポーツパフォーマンス研究, 9, 111-134, 2017 年, 受付日: 2016 年 3 月 31 日, 受理日: 2017 年 3 月 5 日

責任著者: 加藤忠彦 891-2393 鹿屋市白水町 1 番地 m157004@sky.nifs-k.ac.jp

\*\*\*\*\*

## **Observations of a male shot putter's development in the rotational shot put**

Tadahiko Kato<sup>1)</sup>, Ryosuke Kondo<sup>2)</sup>, Hirofumi Kinataka<sup>3)</sup>, Yoshihisa Urita<sup>3)</sup>,  
Akira Maeda<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Graduate school, National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

<sup>2)</sup> Graduate School, Kobe University

<sup>3)</sup> National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

Key words: tips of movement, movement form, intentions of movements, changes

## 【Abstract】

The present study reported and analyzed changes in the form of a male shot putter's movements and the awareness of his movements in the rotational shot put. The athlete's

efforts could be divided into four periods. The form of his movements and his awareness of his movements changed as his shot put results changed. In addition, in the fourth period, when continuous change in the form of his movements was reorganized into observation points and the purpose of his movements into kinesthesia, the items were transformed into 9 movement-form items and 10 movement-intention items. This analysis produced three stages in the development of the rotational shot put: learning to turn, learning how to deliver, and accelerating the body while turning.

In order to understand the form of the athlete's movements and the intention of his movements, he was observed when he was training for shot put competitions, and changes in the distance achieved were noted.