

伝統空手道競技における階級制についての考察

A study of the classification basis for the old style karate

1 K 0 7 A 0 5 1 奥 絵莉子

指導教員 主査 菊池真也先生

副査 小野沢弘史先生

1. 序論

格闘技の試合において採用されている階級制は、体重によって分類されているものが多い。それは、打撃などにおいて体重をパワーとして捉える事ができるからであると考えられる。その中で、伝統空手道競技の場合、打撃は「寸止め」が原則とされているため、学生の多くの大会では階級制が設けられておらず、そのために体格の大きく異なる選手同士でも試合を行なっている。しかし、空手道競技も格闘技の一つであり、対人競技である。そのため、体格が大きく異なることによって戦術、戦略においても有利、不利が生じてしまうと考えられる。

そこで、パワーと相関のある体重ではなく、攻撃において有利であると考えられる身長によって階級を分けることで、競技能力を平等にし、伝統空手道競技独自の階級制を見出すことが出来るを考える。本研究では、伝統的空手競技選手の形態と体力を比較することにより、独自の階級制の可能性を探ることを目的とした。

2. 方法

被験者は、早稲田大学空手部の男女16名とした。空手経験年数は3～15年であり、全員が有段者である。

形態として、身長、体重、体脂肪率、骨格筋量、それぞれの部位における体重に対する発達率（右腕、左腕、体幹、右脚、左脚）、ウエストヒップ比（周り／お尻周り）、骨量（BMC）、基礎代謝量（BMR）、上腕周囲長（AC）、上腕筋肉周囲長（AMC）、体細胞量

（BCM）を測定した。体力測定として、上体起こし、反復横とびを測定した。

3. 結果

I. 身長との相関

形態では、男女ともに、筋肉量（右脚）、筋肉量（左脚）において、1%の水準で強い相関が認められた。また、体重に対する発達率（右脚）、体重に対する発達率（左脚）において、5%の水準でやや強い相関が認められた。運動能力においては男女ともに相関関係は認められなかった。

II. 体重との相関

形態では、男女ともに、筋肉量（左腕）、筋肉量（体幹）において、1%の水準で強い相関が認められた。また、筋肉量（右腕）においては、男子選手は1%の水準で強い相関が、女子選手は5%の水準でやや強い相関が認められた。運動能力においては、女子選手のみ上体起こしと5%の水準でやや強い相関が認められたが、反復横とびにおいては相関関係が認められず、男子選手においてはどちらも相関関係が認められなかった。

4. 考察

身長は下半身、体重は上半身の筋肉量や発達率と関係があるということが分かった。このことから、身長が高い選手ほど、蹴り技を容易に使用することのできる筋肉が備わっており、踏み込みの距離も長いと考えられる。また、体重の重い選手ほど、突き技を容易に使用することのできる筋肉が備わっており、腹部に対

する攻撃にも耐えうることが出来ると考えられる。しかしながら、運動能力に関しては、身長、体重共に関係がないということが分かった。

5. まとめ

身長、体重と形態、運動能力の相関を調べることによって、伝統空手道競技に適した階級制を見出すことを目的とした。しかし、身長は下半身の筋肉量、体重は上半身の筋肉量と関係性があり、運動能力は身長、体重共に関係性がないという結果が出た。そのため、本研究のみでは、身長、体重のどちらが伝統空手道競技の階級制として適しているか判断することはできなかった。

目的を達成するためには、この研究をもとに、体重に影響を受けているとされた上半身の筋肉量や腕の長さや突きのスピードの関連性、さらに身長に影響を受けているとされた下半身の筋肉量や脚の長さや蹴りのスピードの関連性などを調査することが望ましいと考ええる。