

令和6年度 日本大学スポーツ科学部 個人研究費 研究実績報告書

所属： スポーツ科学部 競技スポーツ学科
 資格： 准教授
 氏名： 本道 慎吾

研究課題名	スポーツにおけるトレーニング条件設定時に必要な動作の指標とパフォーマンスの関係性について
研究目的及び 研究概要	様々なスポーツにおけるトレーニングについて動作分析を行った報告では、それまで頼りにされてきた指導書と照らし合わせてみると、指導書に示されているトレーニング目的と完全に合致する結果を得ていないという事態が起きている。そこで現場で行われている様々なトレーニング時の設定条件、特に過去あまり検証されていない競技の動作を対象にこれまでの指導書などを参考にその条件を確認し、その条件下における動作の特徴を検証し、競技レベルや身体的特性を考慮したトレーニング時の設定条件に関する指標を得ることを目的とした。さらに量的指標を模索するとともに内省などを確認し質的な観点についても検証できるよう情報の収集を行い量的質的観点から検証することを目的とする。
研究実績の概要 研究の進捗状況・得られた成果・今後の課題・研究実績等	今年度については、これまで量的な観点からあまり研究対象となっていない運動種目を対象に被験者をそろえて、実験を行うことができた。昨年の野球を専門とする競技者を対象としたトレーニングに関する実験に引き続き剣道、クライミングなどを対象とした実験を行うことができた。あわせて、学会活動についても積極的に行い、より多くの情報収集を行うことができた。次年度についてもスポーツ現場で行われているより専門的なトレーニングに関する分析の情報を中心に収集し、実際に動作の分析を行い、データを精査し、学会発表や論文の投稿を行っていきたいと考えている。