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： 教授
氏名： 森長　正樹

研究課題名	運動把握から見た走幅跳における戦術行動に関する一考察
研究目的及び研究概要	（研究目的） パフォーマンスを向上させるためには該当する運動を「把握」（しっかりと理解することを）しておく必要がある．この自身の動きを把握するということは，なかなか難しいことである．しかし，朝岡（1999）によると，スポーツ競技の一流と呼ばれる人たちにはこの自身の動きを観察できる能力（自己観察能力）を用いて自身の技術や意識を上手く修正してコントロールすることができると述べており，この自己観察を行うための意識体験は，それを体験している自分自身による以外に直接それを知る方法がないと述べている．そのため，運動を体験している本人が内省報告を行うことにより自己観察による運動体験の内容を取り出すことができ，この手法を用いて動きの把握の一助になると考えられる． ここで，実際にパフォーマンスを発揮する場である競技会などにおいて，動きの良し悪し（成功・失敗）の判断に関して，跳躍距離やコーチの助言など様々な要因がある中で，運動実施者本人による自己観察による動きの把握が成功・失敗の判断基準となってくる．そこで動きの感覚的な部分で修正を行ったり，その場での戦術構築している．この時，自己観察における主観的な動きの把握が客観的な動きの状態との整合性がない場合，それがズレとしてパフォーマンス発揮に悪影響を与えてしまうことが予測される．そのため，主観と客観の間で動きの把握のズレを少なくしていくことがより良いパフォーマンス発揮に求められてくると考えられる．しかし，動きの把握について主観と客観の側面から見てその整合性などについて検討した行われた研究は見当たらない．これらについて検討することにより，パフォーマンス向上のための基礎的な知見が得られると考えられる．そこで本研究は，陸上競技の跳躍種目を対象に主観および客観的な視点から視た動きの把握を評価することを目的とした．
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	昨年度、予備実験内容をまとめ、以下の学会にて発表を行った。 研究発表（学会発表、口頭+ポスター） タイトル「運動内観報告から見た跳躍タイプの検討－走幅跳を対象として－」 発表学会「第７４回日本体育・スポーツ・健康学会」 ＊本学会は福岡大学にて対面で実施される予定であったが、台風の影響により急遽オンラインでの発表となった。 今後、本研究で得られたデータをもとにさらなる研究およびデータ収集を行う。