

平成29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: 上野 広治

研究課題		競泳長距離トップ選手、及びオープンウォータースイミングトップ選手の乳酸閾値について
報告の概要	研究目的及び研究概要	<p>ここ数年、競泳の長距離自由形種目(男子1500m自由形、女子800m自由形)のレベルが低迷しており、国際大会派遣標準記録を突破する選手が少ない。海外諸国は、超長距離種目であるオープンウォータースイミング(以下OWS記載)を、競泳長距離自由形選手の強化の一環として参加し始めた。OWS出場選手は2時間近く泳ぎ続ける泳力があることから、乳酸閾値(LTレベル)が高いと考えられる。今後の強化施策検討の際に競泳長距離選手、及びOWS選手のLTレベルを明らかにしておくことは重要であると考え。そこで本研究では、現在の日本トップレベルの競泳長距離選手とOWS選手のLTレベルを明らかにすることを目的とした。対象は2017年度競泳長距離(男子1500m自由形、女子800m自由形)全国ランキング上位各8名と2016年リオ五輪、2017年世界選手権、ユニバーシアード代表選手を含む2016年OWS日本選手権上位男女各8名とし、乳酸カーブテストを実施し、LTレベルを算出した。</p>
	研究成果	<p>オープンウォータースイミング選手に対し、室内プールにおいて、乳酸カーブテストを実施した。測定手順は、ウォーミングアップを30分程度行ってもらった後に、200m自由形泳を10分程度の休息を挟みながら5回実施した。1本目～4本目の目標タイムは、200m自由形泳の最高記録の+60～70秒、+45～55秒、+30～45秒、+15～25秒とし、5本目は最大努力泳とした。その際、心拍数と血中乳酸濃度を、安静時ならびに各ステージ終了直後に測定し、各ステージの泳速度も算出した。今後、4mmol/lの血中乳酸濃度に相当する泳速度を、泳速度と血中乳酸濃度の値を指数変換してから近似直線を用いて算出する予定である。</p> <p>今後は、分析を進め、LTレベルを算出すると共に、競泳長距離選手に対しても同様の実験を行う予定である。また、来年度には学会において研究成果を発表すると共に、論文執筆作業を行いたいと考えている。</p>
研究業績	・論文および著書 著者名・論文標題・雑誌名・査読の有無・巻・発行年・ページ数	なし
	・学会発表等 発表者名・発表標題・学会名・発表年月日・発表場所	なし
	・その他 *学会・競技団体報告書など 著書名・標題・掲載誌名 発表年月・発行所 *講演会、研究会、研修会、セミナー等での講演発表 発表者・発表年月・題目名・講演会名 *社会貢献活動等	<p>①報告書:第29回ユニバーシアード競技大会(2017/台北)「日本代表選手団報告書」公益法人日本オリンピック委員会報告集、平成29年12月22日・101-105ページ。</p>