

令和元年度 日本大学スポーツ科学部 学部研究費 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：専任講師
 氏名：原 怜来

研究課題名	オープンウォータースイミングレースに参加することによる競泳の競技成績への影響
研究目的及び研究概要	<p>オープンウォータースイミング(以下、OWSと記載)は、2008年にオリンピック種目に採択されてから世界各国で強化が進み、レーススピードも年々速くなっている。OWSのオリンピックディスタンスは10kmで、近年、競泳長距離自由形の強化の一環として、OWSに参加することが有益なのではないかという声が国内外からあがっている。実際に、2017年11月に日本水泳連盟主催事業として、OWSトップ選手と競泳トップ選手の合同合宿を初めて実施した。しかし、OWSに参加することが競泳自由形の競技成績を向上するか否かも明らかとなっていない。このように、OWSに関する研究は少なく、コーチング現場では科学的な裏付けがないまま実践を通して、試行錯誤している状況である。</p> <p>そこで本研究では、OWSに出場することで競泳の競技成績が向上するか否かを明らかにすることを目的とした。</p> <p>対象は平成30年度以降の公益財団法人日本水泳連盟が定めるOWS、及び競泳日本代表強化指定選手男女各10名とし、競泳競技及びOWS競技成績は公式結果より集約した。</p>
研究実績の概要	<p>(研究の進捗状況)</p> <p>2018年OWS日本選手権上位男女各10名を対象に、下記項目を調査した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ OWS初出場大会の時期 ・ OWS初出場前後の200m, 400m, 800m, 1500mのタイム向上率：OWS初出場前のベスト泳速度を100%とした際の、出場後のベスト泳速度 (%) <p>(得られた成果)</p> <p>男子は有意な差は認められなかったものの、200mで102.31%、400mで101.79%、1500mで101.78%とタイムの向上が見られた。</p> <p>一方、女子は200mは99.86%とわずかながら低下していたものの、400mと800mについては、男子と同様に有意な差は認められなかったが、それぞれ100.47%、100.95%と向上していた。</p> <p>これらからOWSの出場後に競泳に及ぼす影響は有意な差は認められないものの、悪影響は与えないものと思われる。</p> <p>(今後の課題)</p> <p>対象者が少なかった為、来年度以降は対象者数を増やして、競泳への影響を明らかにし、より盛夏期な情報を現場に提供すべきであると考えている。</p> <p>(研究実績等)</p> <p>本データは2019年度公認水泳コーチ3研修会の講義Ⅱ・Ⅲにて情報提供を行った。</p> <p>原怜来. 2019年11月30日, 国際大会におけるOWSのレース展開、戦略について, 2019年度公認水泳コーチ3研修会</p>