

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：本道 慎吾

研究課題名	スポーツにおけるトレーニング決定時に必要な動作の指標及び評価基準作成の試み
研究目的及び研究概要	<p>これまでに刊行されている様々なスポーツに関連する指導書には、トレーニング時の強度や設定の例及びその目的がいくつか示されているが、実際に一部ではあるがそのトレーニング方法について動作分析を行った報告と指導書を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も起きている。また、指導書によってはトレーニング設定条件について非常に画一的な指標にとどまっておき、競技レベル等は考慮されていないよううかがえる。このようなことから、本研究では現場で行われている様々なトレーニング時の設定条件についてこれまでの指導書を参考にその条件を変化させ、試合で行われる際の動作と比較を行うことから、それぞれのトレーニングの動作の特徴を横断的に検証し、競技レベル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する。</p>
研究実績の概要	<p>今年度は、トレーニングの内容に関する実態についてハードル種目を対象とした教育現場での質的観点による調査を行った。あわせてトレーニング種目の選定、及びその管理を行うための量的観点の整理を行うため、学会に参加し情報の収集を行い現在課題となるトレーニングの実態や管理に関する課題について整理できた。それら基に令和二年度中に実験を行っていく。</p>