

スポーツパフォーマンスモデルの構築と トレーニングプログラムの開発



氏名:	岩竹 淳 / Jun IWATAKE	E-mail:	iwatake@ishikawa-nct.ac.jp
職名:	准教授	学位:	博士(体育学)
所属学会・協会:	日本体育学会、日本体力医学会、日本トレーニング科学会		

キーワード: コーチング, トレーニング

- 技術相談
提供可能技術:
- ・スポーツパフォーマンスがどのような要因により発生しているのか、モデルを構築します。
 - ・モデルを手がかりに、スポーツパフォーマンスの改善に必要な問題解決課題を抽出します。
 - ・問題解決課題に必要なトレーニングプログラムを検討します。
 - ・測定機器を使い、運動能力の評価やトレーニング効果の検証を行います。

研究内容:

スポーツパフォーマンスを改善するには、複雑に関係し合う諸要因の配列構造モデルを考える必要があります。このモデルを手がかりに、対象者に必要とされる問題解決課題を抽出し、どのようなトレーニング手段に取り組むべきか考えて実践していきます。体育授業や課外活動では、コーチング研究理論に基づくトレーニングサイクルの循環を繰り返します(図1)。

具体的な研究例としては、疾走能力に影響するジャンプ力に着目し、バイオメカクス手法で脚のばね要素や身体の起こし回転要素について分析します(図2)。測定されたデータを疾走能力の優劣で比較すると、疾走能力の改善に必要な条件が明らかになり、ジャンプ力を高めるトレーニングプログラムの開発と実践指導を行うことが可能になります。こうして得られた研究成果は、実際の学生指導現場に還元しています。

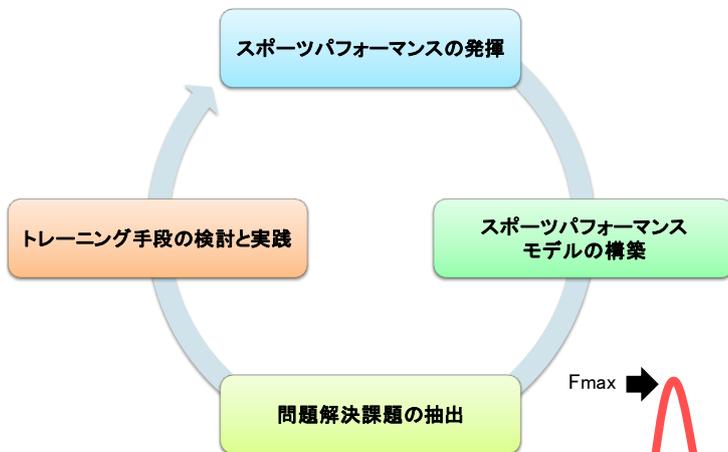


図1. トレーニングサイクルの循環

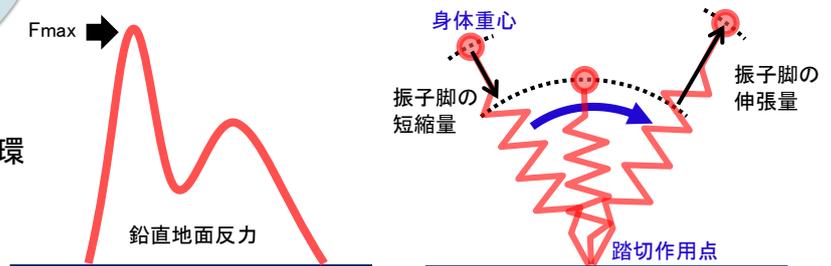


図2. 「ばね要素」および「起こし回転要素」の分析

提供可能な設備・機器:

名称・型番(メーカー)	
マルチジャンプテスタ (ジャンプ力測定装置)	DKH
クワトロジャンプ (フォースプレート)	キスラー
フレームディアスIV (動作解析ソフト)	DKH
ジェスタープロシステム (光電管)	NISHI