

研究タイトル：

スポーツキャリアの観点からみた トライアスロンの競技導入に関する研究



氏名：	和多野 大 / Dai Watano	E-mail：	watano@okinawa-ct.ac.jp
職名：	講師	学位：	修士
所属学会・協会：	日本体育学会・日本スポーツ心理学会・九州スポーツ心理学会		
キーワード：	競技心理・運動学習・メンタルトレーニング		
技術相談 提供可能技術：	スポーツメンタルトレーニング		

研究内容：

トライアスロンは、オープンウォーターにおける競泳競技(スイム)、自転車ロードレース(バイク)、陸上競技ロードレース(ラン)を、この順序で連続して行う競技である。スイム・バイク・ランそれぞれがすべて持久系種目であるため、近年では有酸素運動を主体とした生涯スポーツとして国内外に普及している。しかし「鉄人レース」との異名から、往々にして非常に過酷な競技として認知され、競技導入に関しては一般に理解されがたい一面を持つことがしばしばである。研究では、スポーツキャリアの観点からみたトライアスロン競技者(トライアスリート)の競技導入の経緯を手がかりに、トライアスロンの競技心理特性を明らかにしようとして試みている。また、スポーツにおける心理面での競技力=心理的競技能力の向上を核としたメンタルトレーニングを中心とするメンタルサポートの実施・検討を行い、現役選手への心理面におけるサポートを行っている。これまでトライアスロンの他に、競泳選手・陸上競技選手・プロボクサーなどを対象にメンタルサポートを実施し、効果をあげた。

運動学習の研究では、フィードバック制御の概念を用いた運動学習を通じ、適応制御の仕組みの解明を試みている。研究の最終目的は運動学習を応用したスキルサポートおよびコーチングによる競技力向上であり、基礎的研究を重ね、スポーツ指導の現場で適用している。現在の指導は高専の部活動レベルであるが、今後エリート選手を対象とした指導へと幅を拡げていくつもりである。

提供可能な設備・機器：

名称・型番(メーカー)	