

研究タイトル:

各種スポーツのゲーム中における運動強度 —高専生について—



氏名:	四宮 一郎 / SHINOMIYA Ichiro	E-mail:	sinomiya@kumamoto-nct.ac.jp
職名:	教授	学位:	学士(体育学)
所属学会・協会:	日本スポーツ運動学会		
キーワード:	Training , Conditioning , スピード , 血中乳酸値 , パワー , 心拍数		
技術相談 提供可能技術:	<ul style="list-style-type: none"> ・ ・ ・ 		

研究内容:

多くのスポーツでは運動強度が一定ではなく、短時間に全力を発揮する運動が不規則なインターバルを挟んで繰り返し行われている。つまり、無酸素的運動と有酸素的運動の不規則な繰り返しが行われている。

特に球技においては、攻守の切り替えが早く攻撃(以下 OF)、や防御(以下 DF)に高いスピードとパワーが要求され、それらをゲームを通じて持続させることのできる高い持久力も要求される。また、攻守において瞬間的な判断力やイマジネーションも要求され、これらの能力に優れているかどうかで勝敗が大きく左右されるといっても過言ではない。

これまでに多くのスポーツ種目において心拍数や血中乳酸値を用いたゲーム中の運動強度について報告がなされているが、それらは一流選手を対象としたものが多く、高等専門学校レベルの報告はほとんど見られないことから、高等専門学校学生のゲーム中の運動強度に焦点を当て、各種スポーツのゲーム中の運動強度について明らかにしていく。

提供可能な設備・機器:

名称・型番(メーカー)	