

# ブラインドサッカー選手に対する運動イメージ生成指導法の実践

百瀬容美子<sup>1)</sup>, 伊藤 宏<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 常葉大学

<sup>2)</sup> 静岡大学

キーワード: 先天全盲, ブラインドサッカー, イメージトレーニング

## 【要旨】

本研究の目的は、先天全盲児・者向けに作成した運動イメージ生成指導法の効果を検証することであった。研究協力者は、先天全盲のブラインドサッカー選手3名(実践事例2名, 統制事例1名)であった。運動イメージ生成指導法は、心理療法の動作法の要素を含むものであった。結果として、動作獲得とフォーム修正が困難だといわれてきた先天全盲選手の動作スキルと運動イメージ生成スキルに寄与すると考えられた。

スポーツパフォーマンス研究, 11, 320-338, 2019年, 受付日: 2018年10月5日, 受理日: 2019年7月22日

責任著者: 百瀬容美子 422-8581 静岡市駿河区弥生町6-1 m-yumiko@sz.tokoha-u.ac.jp

\* \* \* \*

## **Use of an imagery training method with soccer players who are blind**

Yumiko Momose<sup>1)</sup>, Hiroshi Ito<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Faculty of Education, Tokoha University

<sup>2)</sup> Shizuoka University

Key words : blind soccer, image training, athletes who are congenitally totally blind

## 【Abstract】

The present study observed effects of imagery training on the play of athletes who were congenitally blind. The participants were three male soccer players (intervention N=2, control N=1) who were congenitally blind. The imagery training method used in this study included components of the Dohsa-Hou, which is a Japanese psychorehabilitative program that includes mental and physical relaxation, and which can be used for physical education. The results suggested that athletes who are congenitally blind and who have difficulty learning movements and correcting their form may be able, through imagery training, including the Dohsa-Hou technique, to improve their ability to kick a ball and their imagery skills in blind soccer.