

第1回 日本スポーツパフォーマンス学会大会

日時 平成27年7月29日(水) SPORTEC2015 第2日 13:00~16:30
場所 東京ビッグサイト 東5・6ホール B会場 (100名) SPORTEC 展示会場内
(東京都江東区有明3-11-1)

参加費 学会員：無料(※会員受付は、当日会場で行います。)

↳ (学会HP(<http://sports-performance.jp/>))からどなたでも新規会員登録可能 年会費：一般 ¥3,000 学生 ¥1,000

一般：有料(事前 ¥4,000 当日 ¥5,000)



SPORTEC2015 への入場料 ¥2,000 が無料になります。
来場事前登録はこちら

→ <http://www.sports-st.com/regist/index.php>

<https://www.sports-st.com/>

13:00~【開会】総合司会 前田 明(鹿屋体育大学教授 SPORTEC 実行委員)

13:05~【学会長講演】

日本スポーツパフォーマンス学会の役割

福永哲夫(日本スポーツパフォーマンス学会会長 鹿屋体育大学学長 SPORTEC 実行委員長)

14:00~15:30【ラウンドテーブルセッション】

東京オリンピック・パラリンピックに向け、指導者養成・コーチングイノベーションにおける実践的研究の意義・活用を問う

進行・座長 金高宏文(鹿屋体育大学教授 スポーツパフォーマンス研究副編集委員長)

演者 岡崎助一(日本体育協会副会長 東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会理事)

青山清英(日本大学教授 日本コーチング学会理事長)

高橋仁大(鹿屋体育大学准教授 スポーツパフォーマンス研究編集委員長)

<テーマ設定の趣旨> スポーツパフォーマンス研究等に代表される実践的研究が、大学実技系教員の学位取得に寄与するばかりだけでなく、スポーツ指導者養成やその指導実践に大きく寄与できるよう、仕組み作りや環境整備について議論をする。目指す結論としては、医学会で行われているような医師の「症例報告」と同じように、スポーツの指導者も自分自身の指導事例等を「事例研究」や「事例報告」として発表・報告する仕組みを構築する。

15:45~16:25【一般発表】

座長 高橋仁大(鹿屋体育大学)

<ポスター発表>

P1○松村 勲(鹿屋体育大学) 金高宏文(鹿屋体育大学) 小森大輔(鹿屋体育大学) 中畑敏秀(医療法人 恒心会おぐら病院) 田中克典(鹿屋体育大学大学院) :

大学女子駅伝におけるトレーニング戦略の一事例 -九州地区で初のシード権を獲得した事例より-

P2○中島 一(阿南工業高等専門学校) :

野球守備におけるスタートが遅い選手に対する改善アプローチ

P3○佐野 成(静岡大学大学院) 鈴木悠太(静岡大学大学院) 本道慎吾(日本大学) 杉山康司(静岡大学) :

110m ハードル走におけるアプローチ区間の速度及び加速特性

P4○三浦 健(鹿屋体育大学) :

バスケットボールにおける対戦チームのキープレイヤーに対するディフェンス面での実践事例と反省点

P5○加藤忠彦(鹿屋体育大学大学院) 前田 明(鹿屋体育大学) :

砲丸投・回転投法における投擲動作の習得過程に関する事例報告 -男子選手1名の2年間に渡る取り組みを手がかりとして-

P6○山口大貴(鹿屋体育大学大学院) 金高宏文(鹿屋体育大学) 黒川 剛(鹿屋体育大学) :

自転車競技のペダリングにおける運動意識の違いはペダリング動作及び簡易的ペダル踏力にどのような影響を及ぼすか-ある大学自転車競技者が行った膝関節漕ぎと股関節漕ぎを意識した試技を手がかりに-

16:30【閉会】

P1

大学女子駅伝におけるトレーニング戦略の一事例
—九州地区で初のシード権を獲得した事例より—

○松村 勲（鹿屋体育大学） 金高宏文（鹿屋体育大学） 中畑敏秀（医療法人恒心会おぐら病院）
小森大輔（鹿屋体育大学） 田中克典（鹿屋体育大学大学院）

本研究は、大学女子駅伝における目標達成のためのトレーニング戦略の一事例を提示するとともに、そのトレーニング戦略の妥当性や有効性を示したものである。本事例の対象チームは、第28回全日本大学女子駅伝において6位入賞（シード権獲得）したK大学陸上競技部の女子駅伝チームであった。対象チームは、まず6位シード権の記録ラインの分析を行なった。その分析した記録から目標が現実的に達成可能か判断するとともに、目標達成のためのトレーニングコンセプトを考えた。次に、そのコンセプトをもとに、トレーニング内容の概要を過去のトレーニング内容を参考に立案した。それらの作業により、目標達成のために行なうべきトレーニングが明確になった。そして、そのトレーニングが狙いどおり行え、その結果、目標の6位入賞（シード権獲得）に至った。また、その際には対象チームが従来から実践していた乳酸閾値の走速度を基準としたトレーニング処方やトレーニングの流れが活用できていた。それらのことから、K大学陸上競技部の女子駅伝チームが第28回全日本大学女子駅伝において立てたトレーニング戦略は妥当であり、有効なものであったと判断できた。

P2

野球守備におけるスタートが遅い選手に対する改善アプローチ

○中島 一（阿南工業高等専門学校）

本研究は、野球の守備において、スタートが遅いと指摘されている選手の改善事例をまとめたものである。野球守備のスタートを速くする方法の一つとして、スプリットステップという技術が用いられる。本事例の選手Aはそのスプリットステップを誤って用いていたため、パフォーマンスが低下していたことが明らかとなった。その状態を改善するため、選手を後ろから撮影したスロー映像を提示するとともに、口頭による指摘を行った。このような単純な指摘を行うだけで、選手Aのパフォーマンスは大きく改善された。以上のことから、一般的によく用いられる技術であっても、その使い方を誤るとパフォーマンスの低下につながる可能性があるため、指導者は選手が技術をうまく使いこなせているかどうか確認することが重要であると言える。また、高価な機器や高度な理論などが無くとも、原因探究の姿勢とアイデアだけでパフォーマンスを高められることが示唆された。

P3

110m ハードル走のアプローチ区間における速度および加速特性

○佐野 成（静岡大学大学院）鈴木悠太（静岡大学大学院）

本道慎吾（日本大学）杉山康司（静岡大学）

本研究の目的はパーソナルベスト（PB）の異なるハードラーについてスタートから8ステップまでの速度変化を100m走（フラット条件）と110mハードル走（ハードル条件）で比較し、110mハードル走（110mH走）アプローチ区間（13.72m）における速度および加速特性を明らかにすることであった。被験者は、110mH走を専門とするGおよびSの2名（身長：188及び182cm，体重：69.3及び70.6kg，100mPB：11.93（G），11.21（S）sec，110mHPB：14.91（G），14.18（S）sec）であった。被験者は、15m以上を各条件3回ずつ全力疾走した。速度および加速度は500Hz精度のスピードメータ（VMS-003，VINE社製）を用いて測定し、動作撮影にはハイスピードカメラ（EX-ZR1100，CASIO社製，120fps）2台を用いた。速度変化は両被験者，両条件とも各試技間に差異はみられなかった。減速量／加速量の値をみると，Gはフラット条件の 0.63 ± 0.03 に対し，ハードル条件が 0.74 ± 0.01 と0.1以上の減速量増加を示した。一方，Sではフラット条件の 0.61 ± 0.02 に比べ，ハードル条件の 0.68 ± 0.02 と減速量増加は0.7に抑えられていた。この結果から，ハードルスタートは，フラットスタートよりも減速量の割合が大きくなるが，競技力の高いハードラーは減速量／加速量の増加を抑えることができると示唆された。

P4

バスケットボールにおける対戦チームのキープレイヤーに対する
ディフェンス面での実践事例と反省点

○三浦 健（鹿屋体育大学）

バスケットボール競技において，対戦相手のキープレイヤーへの対策を立てて試合に臨むことは，重要な戦術の一つである。キープレイヤーの得意なプレイをさせないような対策を立てて，相手チームの攻撃の流れを呼び込ませないようにする戦略が一般的である。対戦相手との試合前に他のチームの試合や，自チームとの1戦目をスカウティングしてキープレイヤーの特徴を分析し，対策を立ててから試合に臨むことは，大部分の指導者が実践している。しかし，試合前に考えた対策は，試合の展開次第では変化し，より厳密に，より詳細に指示を与えなければならない状況が現れる。本研究では，キープレイヤーへのディフェンス面での対策を立てて試合に臨み一定の成果を上げた効果について，そして試合終盤の勝負所での指導者（私）の指示が不足したことでキープレイヤーに決勝点を決められて敗れてしまった事例について映像を交えて検証した。詳細については以下に掲載されています。【三浦 健，濱 賢次郎，元 炳善（2009）バスケットボールにおける対戦チームのキープレイヤーへの対応について—ディフェンス面での実践事例と反省点—。スポーツパフォーマンス研究。1:266-274。（<http://sports-performance.jp/paper/935/935.pdf>）】

P5

砲丸投・回転投法における投擲動作の習得過程に関する事例報告
—男子選手1名の2年間に渡る取り組みを手がかりとして—

○加藤忠彦（鹿屋体育大学大学院）前田明（鹿屋体育大学）

本事例は、男子投擲選手1名の取り組みを手がかりとして、砲丸投・回転投法における投擲動作の習得過程を明らかにすることとした。事例の対象としたA競技者は、2013年9月から回転投法に取り組み始め、2015年7月に至るまでのおよそ2年間で自己最高記録を14m15cmから、14m87cmへと更新していた。A競技者の取り組みは、A競技者における投擲動作の意識を手がかりにして、4期間に期分けした。また、投擲動作はターン動作、投げ動作、リバース動作の3つの動作に局面分けし、競技会にて撮影した動画を元に、連続写真を作成した。さらに、A競技者の取り組みを手がかりに、各期における投擲時の動作の意識、動感を抽出し、さらに連続写真から把握できる投擲動作の特徴を投擲動作の客観的評価として提示した。各期を比較した結果、回転投法の習得過程として、まず、ターン動作においては、①身体を左脚の上で回転させること、②身体を回転させながら移動させること、③大きく素早い移動をすること。投げ動作においては、①両脚にバランス良く荷重した構えに入ること、②体幹を捻り砲丸を制御すること、③砲丸を高く突き出し、前方でリリースすること、が示唆された。

P6

自転車競技のペダリングにおける運動意識の違いは
ペダリング動作及び簡易的ペダル踏力にどのような影響を及ぼすか
—ある大学自転車競技者が行った膝関節漕ぎと股関節漕ぎを意識した試技を手がかりに—

○山口大貴（鹿屋体育大学大学院）黒川 剛（鹿屋体育大学）金高宏文（鹿屋体育大学）

発表者は大学3年次から自転車競技を開始し、約1年半後の大学4年次に全日本学生大会入賞、大学院2年次には全日本選手権で優勝を達成した。この急激な競技パフォーマンスの向上は、ペダリングの運動意識を競技開始時の膝関節漕ぎから股関節漕ぎへと変更・体得したことが大きな要因であった。しかし、このような運動意識の変更が実際のペダリング動作をどのように変化させたかは不明であった。本研究では、発表者自身が行った運動意識の差異がペダリング動作及び簡易的ペダル踏力にどのような影響を及ぼすかを事例的に検証した。そのために自転車エルゴメーターを用いて1kmの模擬走を行い、タイムと回転踏力を求め、膝・股関節漕ぎの運動意識の2条件により最大努力で行った。関節角度はビデオ動画解析システムを用いて分析した。膝・股関節漕ぎではペダル位置に対して下肢の各関節・部分角度が有意に異なり、ペダリング動作が両試技で有意に異なることを確認した。さらに、股関節漕ぎは膝関節漕ぎよりも有意に高い回転踏力を発揮し、1kmの模擬走をより速く走行していた。以上のことから、発表者が行った運動意識の変更は、競技パフォーマンスの向上に必要なものだと考えられた。