

氏名 うり た よし ひさ 瓜田吉久 教授



主な研究テーマ

- 陸上競技における効果的な技術指導に関する研究
- 陸上競技に必要な体力トレーニング方法に関する研究

平成23年度の研究内容とその成果

室伏広治（陸上競技ハンマー投げ）選手は、37歳でロンドンオリンピックに挑戦しました。年齢と共に衰える肉体を上手にコントロールしながら、試合当日に最高のパフォーマンスが発揮できるようにコンディションを整え、見事銅メダル獲得。その陰には多くの人の協力があったと思います。その1つに、室伏選手のハンマー投げの動きを音によって本人にフィードバックするという機器があります。これは過日NHKでも放送されました。その機器は大がかりなものでしたので、私の平成23年度の研究

では、もっと簡単に使いやすい機器があったらいいなという思いから、ハンマー投げの動作をイメージするために、「ターン動作中のハンマーに加わる力を音に変換してイメージするという機器」（写真1）を作成いたしました。私が昨年の研究年報（スポーツを科学する）で報告した機器に、この部品を取り付け選手に使ってもらったところ、選手の反応は、ハンマー投げ動作中にハンマーに加わる力、そしてその時のイメージが音によって感じ取り易くなり、自分がどの様にターンをしているか、身体に伝わってくるという評価を得ました。



写真1

これからの研究の展望

このように選手からまずまずの評価（成果）を受けましたので、平成24年度の研究では、今回作成した機器を更に改良（軽量化など）し、ハンマー投げ選手に、いつでも、どこでも、誰にでも、すぐに簡単に使用していただけるような機器に作り上げていきたいと考えています。