

スポーツ・武道実践科学系

氏名

まつ 村
松

いさお
勲

講師



主な研究テーマ

□中長距離走選手のコンディションや競技力向上、コーチングに関する研究を行っています。

平成25年度の研究内容とその成果

(1) 中長距離走の実践の研究

中長距離走の競技力向上に関する実践的研究を日々行いました。その中で、ランニングフォーム(動き)の改善によるパフォーマンスアップの事例や、独自に作成した目標設定シートの活用による競技成績の向上など、有益な資料を得ることができました。

(2) ランニングポイントの研究推進

昨年度から積極的に取り組んでいるランニングポイントに関する研究を、大学院生が主体のもと、進めていきました。

これからの研究の展望

平成25年度に得た実践的研究の資料をまとめ、論文としてまとめます。ランニングポイントに関しては、引き続き大学院生主体で内容を向上させていければと考えます。