

アスリートドックシステムのデータフィードバックを用いた 各種スポーツ種目における選手強化の支援（平成30年度～令和2年度）

スポーツトレーニング教育研究センター 山本正嘉

「アスリートドック」とは、人間ドックのアスリート版という意味である。体格や身体組成、基礎体力、運動技術、そしてそれらの総体として発揮される運動パフォーマンスを定期的に測定評価し、選手や指導者にフィードバックすることで、競技力向上の支援を行う。

本センターでは過去9年間にわたり本プロジェクトを実施してきた。対象者は、本学の各運動部の選手、研究協力校のジュニア選手、日本のトップ選手など幅広い。この3年間では、競泳、陸上競技、自転車競技、ボート、カヌー、サッカー、バスケットボール、バレーボール、セパタクロー、空手、柔道、スポーツクライミングなどを対象種目とした。

今期の特色は、本学学生の卒業研究を生かす取り組みを推進したことである。ゼミの学生が各自でアスリートドックの取り組みを行い、その成果を卒業研究としてまとめ、さらに学術論文としても公表するというものである。様々な種目の学生が、自身の取り組みを折々にゼミで紹介し、他種目の学生や教員と意見交換をすることで、実践現場の多様な知が可視化されるとともに共有され、実践の知がより高まっていく。その結果、各人の競技力向上はもとより、実践研究の発展、そして学生の教育効果という点でも高い成果が得られた。

以下は、学部4年生の卒業研究をブラッシュアップし、対外的に公開した学術論文である。なお、ジュニア選手や日本のトップ選手を対象とした取り組みなど、本プロジェクト全体の成果は『スポーツトレーニング科学』22巻、2021年（pp.37-42）を参照していただきたい。

学部4年生の卒業研究をもとに公表した実践研究論文（平成30年度～令和2年度）

<競泳>

- ・山口藍李，笹子悠歩，萬久博敏，山本正嘉：背泳ぎの技術改善を目的とした陸上および水中での補助トレーニングの効果に関する事例的検討。スポーツパフォーマンス研究，12: 425-438, 2020.
- ・藤坂侑実，笹子悠歩，山本正嘉：研究題目：新型コロナウイルスの影響下にもかかわらず自己ベストの更新に成功した女子平泳ぎ選手の事例。スポーツトレーニング科学，22：25-31, 2021.

<ボート>

- ・末次航平，笹子悠歩，中村夏実，山本正嘉：大学漕艇競技選手の基礎体力および漕技術の改善を目的としたローイングエルゴメータによる補助トレーニングの工夫。スポーツパフォーマンス研究，12: 371-382, 2020.

<カヌー>

- ・田原瞭太，中村夏実，山本正嘉：陸上での補助トレーニングの工夫によりパドリング技術を改善した大学カヌースプリント選手の取り組み事例。スポーツトレーニング科学，21:1-9, 2019.
- ・森黒開，中村夏実，山本正嘉：スタート時の出遅れの改善に取り組んだ大学カヌースプリント選手の事例。スポーツトレーニング科学，21:11-18, 2019.

<自転車競技>

- ・中井彩子，橋本直，山口大貴，山本正嘉：アップダウンのある自転車競技ロードレースの周回コースで最良のパフォーマンスを発揮するためのペース戦略の検討。スポーツパフォーマンス研究，12: 220-234, 2020.

<サッカー>

- ・古川右京，小原侑己，山本正嘉：怪我による長期のチーム離脱で低下した持久力を段階的に向上させ復帰を果たした大学サッカー選手の取り組み事例。スポーツパフォーマンス研究，12: 246-259, 2020.
- ・森重輝，笹子悠歩，山本正嘉：サッカーの試合後半におけるプレーの失速を抑制しパフォーマンスを改善するための取り組み事例。スポーツトレーニング科学，22：9-15, 2021.

<バスケットボール>

- ・松岡篤史，小原侑己，甲斐智大，三浦健，木葉一総，高井洋平，山本正嘉：大学男子バスケットボール選手の基礎体力・技術，競技体力・技術，および実際の競技パフォーマンスを包括的に評価してフィードバックする試み。スポーツトレーニング科学，20:1-10, 2019.

<セパタクロー>

- ・鶴林晃介，笹子悠歩，山本正嘉：セパタクローにけるアタック時の打点の高さを向上させるための取り組み事例；体力的要因と技術的要因の両面からのアプローチ。スポーツトレーニング科学，22：17-23, 2021.

<空手>

- ・奥田拓海，笹子悠歩，山本正嘉：フルコンタクト空手の戦術を簡易的に評価する手法の考案とそれに基づいたフィードバックの成功事例。スポーツトレーニング科学，20:17-22, 2019.