Title	スポーツ科学研究に向けた学生サポート等に関する実践的研究
Sub Title	Practical research on athlete students support for sports science research
Author	鳥海,崇(Toriumi, Takashi)
Publisher	福澤基金運営委員会
Publication year	2023
Jtitle	福澤諭吉記念慶應義塾学事振興基金事業報告集 (2022.)
JaLC DOI	
Abstract	主に4つの観点から研究を推進した.1つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した,選手 のプレー中における心拍数の逐次計測を通じて、プレー要素とその当時の心拍数から選手の判断 の妥当性について振り返りを実施した.この調査を通じて選手のプレーにおける判断の妥当性が 向上し、ひいては選手の競技カ向上、及び競技に対するモチベーションが向上することが確認で きた. 2つ目は女性アスリートを想定した、基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常 生活、もしくは競技への影響を振り返りを実施した.事前調査では多くの女性アスリートが自身 の基礎体温の測定や月経周期、またはそれに伴う影響について、専門的な教育を受けていないこ とが判明した.このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な認義を実施 するとともに、調量への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した. 3つ目は個人競技を想定した、競技心理検査を通じて、ごびる基礎のな認識を変換した。 3つ目は個人競技を想定した、体財の面談を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パブ ーマンスとの関係性について検討を加えた、競技心理検査に関してよその特性上、結果を監督や コーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初 の計画より測定できる競技・人数は減少した. 4つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力 に応じた、必要とされる体組成の推定を実施した.これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上 に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていたが、学年や競技力によっ てよ多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた. 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考 えられろ. The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review on the validity of the player's judgment in play improved, and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal body temperature and looked back on the act rute rution the rution the rution menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performance. Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal body temperature, menstrual cycle or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cycle or the effect as sports and the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Third, it is to examine the
Notes	申請種類:福澤基金研究補助
Genre	Research Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=KO12003001-20220003-
One	0014

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって 保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。 The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

2022 年度 福澤基金研究補助研究成果実績報告書

研究化装着 氏名 局海 素 氏名(英語) Takashi Toriumi 補助額 1,500 スペーツ科学研究1に向けた学生サポート等に関する実践的研究 研究保超(失死) <td< th=""><th rowspan="2">研究代表者</th><th>所属</th><th>体育研究所</th><th>職名</th><th colspan="2">T先风来美顏報告書 職名 准教授</th><th></th><th></th></td<>	研究代表者	所属	体育研究所	職名	T先风来美顏報告書 職名 准教授				
マスポーツ科学研究に向けた学生サポート等に関する実践的研究 研究細胞 Practical research on athlete students support for sports science research 第二人 A Kane 原文・学科・配合 研究細胞 以大 A Kane 原子様、「Cakashi Toriumi) 体育研究所・准教授 成子利型、(Cakashi Sakai) 体育研究所・推教授 成子利型、(Cakashu Lonum) 体育研究所・推教授 成日素 (Macyuk Inam) 株育研究所・専任講師		氏名	鳥海 崇	氏名(英語)	Takashi Toriumi	補助額	1,500	千円	
マスポーツ科学研究に向けた学生サポート等に関する実践的研究 研究細胞 Practical research on athlete students support for sports science research 第二人 A Kane 原文・学科・配合 研究細胞 以大 A Kane 原子様、「Cakashi Toriumi) 体育研究所・准教授 成子利型、(Cakashi Sakai) 体育研究所・推教授 成子利型、(Cakashu Lonum) 体育研究所・推教授 成日素 (Macyuk Inam) 株育研究所・専任講師			7						
研究課題(笑款) Practical research on athlets students support for sports science research 研究組織 氏 Asse 鳥海県(Takashi Toriumi) 体育研究所 准教授 奥山特代(Shingo Okuyama) 体育研究所 准教授 奥山特代(Shingo Okuyama) 体育研究所 準教授 奥山特(Shingo Okuyama) 体育研究所 準長課師 福星生菜(Norimi Fukushi) 体育研究所 零任講師 石手道 (Yasuishi Ishide) 体育研究所 零任講師 石手道 (Yasuishi Ishide) 体育研究所 教授 第四大一一一一の要素とその当時のの台教がの送声の利能の受護とついたした、認知した」ののジェントの参表をの当時のの台教がの設定手のディードスペーンマを想定した。認知となるが高いための影響をごいます。 ショ目は女子スリートを習足した。基礎体型の認定を追いた」は、自身の 詳細 開かそれに(牛う)を習信」のとごが確認としばる使いたまで、 夏の吉義地がた」のいては選手の意味が (生)のの意体体温の加速を急したして調査にない運動な調査を定いていての基礎的ないたとが利用した。このとかの、まずたが見知意を認したしたり運動ないことが引用した。このとかの、まずたが見知意を認いたいでの基礎的な調査を定にていたびを認定したの実施した」と説をしたとや定時 夏が音を沿っていないたいたいた ジョンといたまたたいたきを当したしての支援会にしたいであるしたのできまこしたしての実施 夏が言を記していないたいたきがのした。このととかの ジョンとのごがしたのでのまごの当たまた 夏が言を記していないたきがのまたまたがにとび認知意を追いこいでの基礎的な調査を運にしてのでの基礎的な調査を定したので制能を加ままた 201目は使し	スポーツ科学研	F究に向けた学			ц)				
Practical research on athlete students support for sports science research 研究組織 原海菜(Takashi Torium) 体育研究所,准教授 原力料影(Contaiki Saka) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 第日世(Naoya Nagata) 体育研究所,準指師 福士德女(Norifumi Fukushi) 体育研究所,委任講師 福士徳女(Norifumi Fukushi) 体育研究所,委任講師 百子坊 (Yasushi Iabide) 体育研究所,委任講師 第二日、つの親点から研究を推進した,1つ目は、セッカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のプレー中における心治教の高 計測を通じて、プレー要素とその当時の心治教から選手の判断の妥当性について振り返りを実施した。の調査を通じて選手のことが確認できた。 20 目は女ピアスリートを増定した、認知を認定した。こゆうの見借周期やそれにドラトロ常生活。もいくは強いの意志がが認定のできた。 20 目は女ピアスリートを増定した。認定やないしたが利用別やそれに「テレマン」やがに書かことが確認できた。 20 うう目は何人観技を考定した。こかことかるの測定を通して、自身の月経周期やそれに「テレマン」やが高速を読ったと述でにまってまっ ないの協力を希望するれたがしてシンサートが自身の急遽体進の測定を使加た。 20 うきは女どないことが利明した。このことかし、まずけの周期やそれに「テレマ 国業 地域の支援を考定したいないことが利用 20 う目は女子 したないことが利用した。このことかし、まずける目的制やそれに「ドラン留学」たいまことが14歳次のの影響を 20 うきはため、実践な可能した。このことかし、まずすの見用別やそれに「「ラシ部業」こいでの急遽な試査書でいて、要素とれる条組成の 定者を登信やコーデに伝えることができず、また、選手のシーズンを適比へい理特性の変化について調査し、選手との定期は 20 できる競乱・人類は違少した。 4 つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応した。必要とされる体組成 20 を変素能した。これまでは防肉量がらいことが競技力の向上に受っこと考えられ、積価的なウェイトレーニングが採用されていた 2 を変素能した。これまでは筋肉量がらいことが競技力の向上に受っこと考らられ、積価的なウェイトレーニングが採用されていた 2 を変素酸力にたいになってきな助良量がシーズンシールに登録を引きことかですなる傾向が確認できた。 4 学をも同様の測定を整確すことか、要素とすれる体組成の 2 手術の調査を登録をした。 1 The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as socere, we conducted review the validity of the player's judgment hapsi ympo and t		1201-11111121							
Practical research on athlete students support for sports science research 研究組織 原海菜(Takashi Torium) 体育研究所,准教授 原力料影(Contaiki Saka) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所,准教授 第日世(Naoya Nagata) 体育研究所,準指師 福士德女(Norifumi Fukushi) 体育研究所,委任講師 福士徳女(Norifumi Fukushi) 体育研究所,委任講師 百子坊 (Yasushi Iabide) 体育研究所,委任講師 第二日、つの親点から研究を推進した,1つ目は、セッカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のプレー中における心治教の高 計測を通じて、プレー要素とその当時の心治教から選手の判断の妥当性について振り返りを実施した。の調査を通じて選手のことが確認できた。 20 目は女ピアスリートを増定した、認知を認定した。こゆうの見借周期やそれにドラトロ常生活。もいくは強いの意志がが認定のできた。 20 目は女ピアスリートを増定した。認定やないしたが利用別やそれに「テレマン」やがに書かことが確認できた。 20 うう目は何人観技を考定した。こかことかるの測定を通して、自身の月経周期やそれに「テレマン」やが高速を読ったと述でにまってまっ ないの協力を希望するれたがしてシンサートが自身の急遽体進の測定を使加た。 20 うきは女どないことが利明した。このことかし、まずけの周期やそれに「テレマ 国業 地域の支援を考定したいないことが利用 20 う目は女子 したないことが利用した。このことかし、まずける目的制やそれに「ドラン留学」たいまことが14歳次のの影響を 20 うきはため、実践な可能した。このことかし、まずすの見用別やそれに「「ラシ部業」こいでの急遽な試査書でいて、要素とれる条組成の 定者を登信やコーデに伝えることができず、また、選手のシーズンを適比へい理特性の変化について調査し、選手との定期は 20 できる競乱・人類は違少した。 4 つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応した。必要とされる体組成 20 を変素能した。これまでは防肉量がらいことが競技力の向上に受っこと考えられ、積価的なウェイトレーニングが採用されていた 2 を変素能した。これまでは筋肉量がらいことが競技力の向上に受っこと考らられ、積価的なウェイトレーニングが採用されていた 2 を変素酸力にたいになってきな助良量がシーズンシールに登録を引きことかですなる傾向が確認できた。 4 学をも同様の測定を整確すことか、要素とすれる体組成の 2 手術の調査を登録をした。 1 The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as socere, we conducted review the validity of the player's judgment hapsi ympo and t				研究 細額 (革新)				
研究組織 氏薬 所属・学科・職名 Affiliation, department, and position 鳥海棠(Takashi Torium) 体育研究所・准教授 坂井利彰(Toshiaki Sakai) 体育研究所・准教授 東山静代(Shixuyo Okuyama) 体育研究所・専任講師 福星:美案(Takayuki Inami) 体育研究所・専任講師 福星:生家(Norimin Fukushi) 体育研究所・専任講師 石手续(Yasushi Ishide) 体育研究所・専任講師 石手续(Yasushi Ishide) 体育研究所・専任講師 石手续(Yasushi Ishide) 体育研究所・専任講師 工 への制造から研究を推進した。1つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した。運手のブレー中における心拍数のう 計測を通じて、プレー要素とその当時の心拍数から浸生の判断の妥当性について構り返りを実施した。この調査を通じて混手のご見まれですのブレートにおける心拍数の 計測を通じて、プレー要素とその「当時の心力自致な意運体につい」に構造と以びやり指萄側、またはそれに伴う日常生活。といば競技へのごいまで、ボージ 2 つ目は女性アスリートを想定した。繊維体温の測定を通して、自身の月経周期やそれに伴う日常生活。といば競技へのこいて、専門 教育を受けていないことな判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う日常生活。といくび讃しこいして、「ご、「、「 3 つ目値人競技を覚するとい」、競技の理論をを通して、選手のシーエンを通信を使いついての基礎的な講義を実施するとともに なっ(協力を超する書)がして、基礎体温の測定を実施した。 3 つ目値人競技を増する当く対して、基礎体温の測定を変通した。 3 つ目値の上、のびについでは動し、運手をの定形し、 3 つ目値人競技を通じるとした、触想の定義的な測定を実した。 3 つ目値の人競技を認した。競技の理論をを通して、 40 4 つ目はチームスポーシを認知を通じて、コーンを表示した。 第のごして、総合の実施 4 ついたち、これをでは筋肉 感じ・ニンジ 3 つ目値の人競技を認知した。 10 4 つ目を支援した。 44 4 つ目をすっムスポーシーンズムな低前検索 45 4 つ目を支援した。 45 45 4 つ目を支援した。 45 <t< td=""><td>Practical resear</td><td>rch on athlete</td><td>students support for sports</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>	Practical resear	rch on athlete	students support for sports						
氏 名 hame 所属・学科・職名 Attiliation, depariment, and position 島海巣(Takashi Torium) 体育研究所:准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所:准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所:専任講師 稲見昊柴(Takashi Torium) 体育研究所:専任講師 稲見昊柴(Takayuki Inam) 体育研究所:専任講師 福士遠文(Norifumi Fukushi) 体育研究所:専任講師 石手靖(Yasushi Ishide) 体育研究所:教授 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 2. 21 Gは女性のたいたいたい無した。このことから、まずは月後周期やそれに伴う日常生た。この調査を通じて選手のごりといたいたいたり開きのとたいたまたが「報知の説」を考慮した。この調査を指して、調査の実施した。事師調査では多くの女性アメリートが自身の基礎体温の測定を通じたのでの基礎的な講義を実施するとといないたが引きの見たした。シストット、まずは月後周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとといていないたいが開いた。このことから、まずは月後周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとといて、こことの可能した。このという事者に見たの定期に 3. 3.01は宿人競技を設定した. 株式の定着体にのごいて検討を加えた。、シージン、たいないとしたが明えることでい理性性と設抜いでオーマンスとの間無性について検討を加えた。豊大の、美術のところした。 4. 4月夏を監督やコーデに伝えることができず、また選手ののごしてやたなる傾向が確認できた. きとの定期に 2. 第のした. 2. 4. 2. 3. 1. 第のした. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2.									
氏 名 hame 所属・学科・職名 Attiliation, depariment, and position 島海巣(Takashi Torium) 体育研究所:准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所:准教授 奥山静代(Shizuyo Okuyama) 体育研究所:専任講師 稲見昊柴(Takashi Torium) 体育研究所:専任講師 稲見昊柴(Takayuki Inam) 体育研究所:専任講師 福士遠文(Norifumi Fukushi) 体育研究所:専任講師 石手靖(Yasushi Ishide) 体育研究所:教授 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 1. 研究成果実動/板要 2. 21 Gは女性のたいたいたい無した。このことから、まずは月後周期やそれに伴う日常生た。この調査を通じて選手のごりといたいたいたり開きのとたいたまたが「報知の説」を考慮した。この調査を指して、調査の実施した。事師調査では多くの女性アメリートが自身の基礎体温の測定を通じたのでの基礎的な講義を実施するとといないたが引きの見たした。シストット、まずは月後周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとといていないたいが開いた。このことから、まずは月後周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとといて、こことの可能した。このという事者に見たの定期に 3. 3.01は宿人競技を設定した. 株式の定着体にのごいて検討を加えた。、シージン、たいないとしたが明えることでい理性性と設抜いでオーマンスとの間無性について検討を加えた。豊大の、美術のところした。 4. 4月夏を監督やコーデに伝えることができず、また選手ののごしてやたなる傾向が確認できた. きとの定期に 2. 第のした. 2. 4. 2. 3. 1. 第のした. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2. 2.				研究組織					
高海浜 (Takashi Toriumi) 体育研究所:進教授 坂井利彰 (Toshiaki Sakai) 体育研究所:進教授 坂田和(島) 体育研究所:進教授 永田直也 (Maoya Nagata) 体育研究所:専任講師 稲見崇孝 (Takayuki Inami) 体育研究所:専任講師 福王徳文 (Norfumi Fukushi) 体育研究所:専任講師 福王徳文 (Norfumi Fukushi) 体育研究所:専任講師 石手塔 (Yasushi Ishide) 体育研究所:専任講師 石手塔 (Yasushi Ishide) 体育研究所:教授 夏田芳正 (Yoshimasa Suda) 体育研究所:教授 第二くつの観点から研究を推進した.10日はサンカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のプレー中における心拍数のう アールドスポーツを想定した。ご選手のプレー中における心拍数の説 ブロー業まとくの当時の心拍数から選子の判断の妥当性について振り返りを実施した 20日は女性アスリートが自身の基礎体温の測定を通して、ロンボ動力はすることが確認できた. 20日は女性アスリートを想定した、基礎体温の測定を通して、自身のJ#値周期やそれに伴う日常生活、もしくは説なの影響を 這のを設たる主要する者に対して基礎などの女性アスリートが自身の基礎体温の測定をすれた(牛)を響についての基礎などころの調をするとさした。 30日は女性アスリートを認定した。認知な可能をまたた. 30日は女性アスリートが自身の基礎体温の測定を加して、中能なの変化の変化についての設定し、ご用す能 をついないたきかがは感じっして基礎をの変化 30日は女性スクジェレクジ科明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは説なの影響を 違いた。これらぎもいの意にてと認様性を設たりた。 30日は女生たの、現性を登録として、ステレマーマンストレージを開たしていての基礎などこかして思想で書るとろったして、 30日は女性と観大パフィーマンスとの関係体についての認定がに認識ですると思し、 30日は個人競技を定した。観想なることやでですりマーマンストンを開たししいでいての意味であることので 第一のの説を呈いたまままままままたたた。 30日は着したままないため、健康なる温して、選手のシーズンを通じたしやすなとしたのしましましまるとの定期に なったいたまままままままままたままままままたまままままままたままままたままままた	氏	名 Name			職名 Affiliation. department. an	d position			
奥山静代 (Shizuyo Okuyama) 体育研究所・準抜勝師 永田直也 (Naoya Nagata) 体育研究所・専任講師 福見崇孝 (Tkayuki Iami) 体育研究所・専任講師 福土徳文 (Norifumi Fukushi) 体育研究所・専任講師 福士徳文 (Norifumi Fukushi) 体育研究所・専任講師 石手靖 (Yasuahi Ishide) 体育研究所・教授 須田芳正 (Yoshimasa Suda) 体育研究所・教授 第二に 4 つの観点から研究を推進した.1 つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した.認手のブレー中における心拍数のう 活わける判断の妥当性が向上し、ひいては選手の競技力向上、及び競技に対するモチベーションが向上することが確認できた. 2 つ目は女性アスリートを想定した.ま様体温の測定を実施した.この調査を通して、自身の月経周期やそれに伴う声響についての基礎的な講義を実施するとともに 含への協力を発生するにとその当時のの心的な効測をを通して、自身の月経周期やそれに伴う声響についての基礎的な講義を実施するとともに るへの協力を着望する高に対して基礎体温の測定を実施した. 3 つ目は傷人競技を想定した、競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の実活した.このいて調査し、選手との定期 な同を受けていないたとが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 含への協力を希望する高に対して基礎体養の測定を実施した. 3 つ目は傷人競技を想定した、競技心理検査を通して、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期 な同参会して、これらを振り返ることで心理特性と成績なパッオーマンスとの関係性について検討を加えた、競技心理検査に関して(10 特性上・結果を監督やローナーデに伝えることができず、まに送手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ 定でる続持く人数は減少した. 4 つ目はオームスポーツ名慰走した、低組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた.必要とされる体組成 定定実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多々考定した、低組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた. 必要とされる体組成 定定実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に復立と考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多肉量が多い、ことが競技力の向価に自力に対すなる場内が確認できた。 4 つ目は市ームスポーンス想定した、低組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力になるした。 2 研作レームスポーンスポーンの教育的価値向上に対すなる傾向が確認できた。 今後を同様のではないたすのできたのできた。 9 は市中の本のはもの構成できた。									
余田直也(Naoya Nagata) 体育研究所・専任講師 稲見崇孝(Takayuki nami) 体育研究所・専任講師 福王徳文(Norimi Fukushi) 体育研究所・教授 石手靖(Yasushi Ishide) 体育研究所・教授 須田芳正(Yoshimasa Suda) (本育研究所・教授 1. 研究成果実鏡の概要 主に4つの観点から研究を推進した.1つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した、選手のブレー申における心拍数の分計測を通じて、ブレー要素とその当時の心拍数から選手の利断の安当性だついて振り返りを実施した。この調査を通じて混手の説 たいける場子のの思当性が向した。このでは多子の当時のの力解した。次の調査を引着した。この調査を通じて混手の説 こわける判断の受当性が向した。以びては選手の説 さわっした。次では送手の説 さわっの思いな思したが認定でき. 2つ目は女性アスリートを想定した。基礎体温の測定を進して、自身の月経周期やそれに伴う予能学について、専門語 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した。 3つ目は信人技技を想定した。説我心理検査を通じて、愛手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期 御意を通じて、これらを振り返ることで心理特性と説技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた。競技の理検査に関して) の特性上、結果を監督やコーデーに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ 定できる競技・入数は減少した。 なつ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジョン・競技力に応にた。必要とされる体組成の 定要を実施した。これまでは防肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズンローに怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上、国することが これまでは防肉量が多いことが、サイボーのの肉を計を細口、に弱することが ア類やすることで、学生スポーツの教育的価値にしい見することが 名の のたまままないないため、かかっつうに信我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を通じをで、学生スポーツの教育の価値向し上調することかう 2. 日はかっては多なさたで、学生えばやいためため 中国はすっないたきずる筋肉量が多いにとれやいたきずののこれのたちゃっかののまの目が のけいためっかっかいためまのののは、に使わたのまたかたいた アクしたままするもののしための 1. 1.	坂井利彰(Tos	hiaki Sakai)	体育研究所·准教持						
福見県孝 (Takayuki Inami) 体育研究所・専任講師 福士徳女 (Norfumi Fukushi) 体育研究所・要任講師 石寺靖 (Yasushi Ishido) 体育研究所・教授 須田芳正 (Yoshimasa Suda) 体育研究所・教授 1. 研究成果実績の概要 主に4つの観点から研究を推進した.1つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のプレー中における心拍数の資 計測を通じて、プレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の妥当性について振り返りを実施した。の調査を通じて選手のブリー における判断の妥当性が向上し、しいては選手の貢銭力向上、及び競貨に対するモデベーションが向上することが確認できた。 2)つ目は女性アスリートを発足した.基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴うと習生法。もしくは読けへの影響を 返りを実施した。事前調査では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期、またはそれに伴う影響について、専門 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した。 3)つ目は個人競技を想定した。装枝心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について認力した 競技の運換会音に関いて の特性上、結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との価額性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ 定できる競技・人数は減少した。 4)つ目はテームスポーツを想定した。体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた。必要とされる体組成の 定案を拠した。これをすび筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によってはをすぎる筋肉量が多いことが競技力の自上に役立つと考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっていをすぎる筋肉量が多いことが競技力の自上に役立つと考えられ、福極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多ずぎる筋肉量がシーズンやしに住を扱ききほこしやすくなる傾向が確認できた。 9を急目様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することがが出来ると考えられる。 2) 研究成果実績の優要(笑訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the point of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the game in the nextrate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment based on the play elements and to kea tresis the season through regular interviews with athi				体育研究所・准教授					
福士徳文 (Norifumi Fukushi)									
石手靖(Yasushi Ishide) 体育研究所:教授 須田芳正(Yoshimasa Suda) 化育研究所:教授 須田芳正(Yoshimasa Suda) 1. 研究成果実績の概要 主に4つの観点から研究を推進した.1つ目はサッカー等のフィールドスボーツを想定した。選手のブレー中における心拍数の気 計測を通じて、プレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の妥当性について振り返りを実施した。C回調査を通じて選手の力 における判断の妥当性が向上し、いいては選手の競技カ向上、及び競技に対するモデベーションが向上することが確認できた. 2) 百日女性が向上し、いいては選手の競技カーム、及び競技に対するモデベーションが向上することが確認できた。 2) 百日女性がのことがり期明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは競技への影響を 返りを実施した。事前1週音では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月程周期、またはそれに伴う影響について、専門 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した。 3) つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について検討を加えた。競技心理検査に関して「 の特性上、結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性をを確保することにも時間を要するため、当初の計画よ にできる競技人、数数は減少した。 4) つ目はチームスポーツを想定した。体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた。必要とされる体組成の 定を学応競した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウェントンが採用されていた 学年や競技力によっては多ずぎる筋肉量がシーズンや口に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる。 2) 研究沈果実績の概要 (失訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming fenale athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own mentrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Prelimiary surveys revealed the theats did not receives periolaged education on measured the basal body temperature of those who wishele to cooperate with this research. Ti its to examine the changes in the psychological characteristics of athietes throughy		-							
須田芳正 (Yoshimasa Suda) 体育研究所・教授 1. 研究成果実績の概要 主に4 つの観点から研究を推進した.1 つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のプレー中における心拍数のう 計測を通じて、プレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の受当性について振り返りを実施した。この調査を通じて選手のプ における判断の妥当性が向上し、ひいては選手の競技力向上、及び競技に対するモチベーションが向上することが確認できた. 2 つ目は女性アスリートを想定した。基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは競技への影響を 近りを実施した。事前調査では多ぐの女性アスリートが自身の基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 査への協力を発望する者に対して基礎体温の測定を運たした。専門 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 置への協力を発望する者に対して基礎体温の測定を実施した。 3 つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期 価談を通して、これもを振り返ることで心理特性と競技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた。競技心理検査に関して「 の特性上、調果を監督やコーデに伝えることがで要求した。 3 つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、デオに選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画は 定できる競技・人数は減少した。 4 つ目はチームスポーツを認定した。体組成の定規的な測定を通じて、ビヤ・ポジション・競技力に応じた。必要とされる体組成の 定を実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトレレニニングが採用されていた 学年や競技力によってはあずぎる筋肉量がシーズン中に怪技を引き起ことやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる。 2. 研究成果実績の概要(実訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment in play impro and the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem preliminary surveys revealed that many female athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying faily life or impact on their sports performan and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming fied vanget with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of a shiets through to season through competitive psychological characteristis and sports performance. Due to the nature of sports									
 研究成果実績の概要 主に 4 つの観点から研究を推進した。1 つ目はサッカー等のフィールドスポーツを想定した。選手のブレー中における心拍数の資 計測を通じて、ブレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の要当性について振り返りを実施した。この詞査を通じて選手のブレー における判断の要当性が向上し、ひいては選手の競技力向上、及び贷款に対するモチペーションが向上することが確認できた。 2 つ目は女性アスリートを想定した。基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは競技への影響を注 返りを実施した。事前調査では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期、またはそれに伴う影響について、専門 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な調義を実施するとともに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した。									
主に4つの観点から研究を推進した.1つ目はサッカ一等のフィールドスポーツを想定した、選手のブレー中における心拍数の受計測を通じて、ブレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の妥当性化して、振り返りを実施した.この調査を通じて選手のブレーはおける別形の妥当性が向上し、ひいては選手の熨扰力向上、及いび競技に対するモチベーションが向上することが確認できた.2つ目は女性アスリートを想定した.基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは競技への影響を注返りを実施した。事前調査では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期、たたはそれに伴う影響について、専門ビスリートを想定した。基礎体温の測定を通じて、算手のシー気影響についての基礎的な講義を実施するとともに				研究成里宝績の)概要				
計測を通じて、ブレー要素とその当時の心拍数から選手の判断の妥当性について振り返りを実施した。この調査を通じて選手のプロ における判断の妥当性が向上し、ひいては選手の競技力向上、及び競技に対するモイーションが向上することが確認できた. 多つ目は女性アスリートを想定した。基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常生活。もしくは競技への影響を 返りを実施した。事前調査では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期、またはそれに伴う影響について、専門行 教育を受けていないことが判明した。このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに るっの協力を希望する名に対して基礎体温の測定を実施した。 3 つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期 価談を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パンオーマンスとの関係性について検討を加えた。競技心理検査に関して(の特性上,結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ 定できる競技・人数は減少した。 4 つ目はチームスポーツを想定した。体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた。必要とされる体組成の 定を実施した。これまでは防肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる。 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their based betmeprature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying dish for impact on the inspector. The sesarch was songet that many female athletes through the set second, assuming female athletes, sue measured their based betwee they results cannot between psychological characteristics of athletes throughout sycho bets, assuming the offends, and neasored the basel body temperature of those who wished to cooperate with this research. Ti it is to examine the charges in the psychological characteristics of athletes througho	主に4つの舞	占から研究を				ノー中における	心拍数の)	
2 つ目は女性アスリートを想定した、基礎体温の測定を通じて、自身の月経周期やそれに伴う日常生活、もしくは競技への影響を: 返りを実施した。事前調査でには多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期、それはそれに伴う影響についての基礎のな講義を実施するとともに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した。 3 つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期作 菌該を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた。競技心理検査に関してし の特性上、結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ 定できる競技・人数は減少した。 4 つ目はラームスポーツを想定した。体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた、必要とされる体組成の 定を実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすぐなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる。 2. 研究成果実績の概要(実訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurer of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurer of the player's shut and motivation for the game improved. Second, assuming fendle athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized ducation on measuring their own basal b temperature, enstrual cycle, and te fost and shots the season through competitive spycho tasts, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the required b of adots accompany lagots, and to look back on these through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve the educational value of student sports sports. It was believed that having a large amount of muscle mass tended to cause injury d									
返りを実施した. 事前調査では多くの女性アスリートが自身の基礎体温の測定や月経周期, またはそれに伴う影響について、専門 教育を受けていないことが判明した. このことから、まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するとともに 査への協力を希望する言がして基礎体温の測定を実施した. 3 つ目は個人競技を想定した, 競技心理検査を通じて, 選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し, 選手との定期 面談を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた. 競技心理検査に関して(の特性上, 結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため, 当初の計画よ 定できる競技・人数は減少した. 4 つ目はチームスポーツを想定した. 体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた. 必要とされる体組成の 定を実施した. これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウェイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすぐなる傾向が確認できた. 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurer of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurer of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurer and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basel b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying dialy life or impact on their sports performa net he changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes. Tourth, englisted sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competive ability. By continui									
教育を受けていないことが判明した. このことから, まずは月経周期やそれに伴う影響についての基礎的な講義を実施するととにに 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した. 3 つ目は個人競技を想定した. 競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し, 選手との定期(面談を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた. 競技心理検査に関して(の特性上, 結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よい 定できる競技・人数は減少した. 4 つ目はチームスポーツを想定した. 体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた. 必要とされる体組成の 定を実施した. これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた. 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field ports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field ports on the isports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own beash b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cycle and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those specialized ducation on measuring their own basal b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cycle and its accompanying effects, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular measurements of body composition, assuming training was adopted. However, i									
 査への協力を希望する者に対して基礎体温の測定を実施した. 3 つ目は個人競技を想定した競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期(
3 つ目は個人競技を想定した。競技心理検査を通じて、選手のシーズンを通じた心理特性の変化について調査し、選手との定期作 面談を通じて、これらを振り返ることで心理特性と競技パフォーマンスとの関係性について検討を加えた。競技心理検査に関して[の特性上,結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画よ できる競技・人数は減少した。 4 つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた、必要とされる体組成の 定を実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に知することが出来ると考えられる。 2.研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the sacompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual companying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Ti it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to ca						よ時我と天心 タ	·96601	~, 山川	
の特性上、結果を監督やコーチに伝えることができず、また選手との信頼性を確保することにも時間を要するため、当初の計画より 定できる競技・人数は減少した. 4 つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた、必要とされる体組成の 定を実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2.研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measuren of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improved. Second, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cr and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Ti it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes. Fourth, we estimated the required b composition according to grade, position, and sports performance. Due to the improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass under to cause injury during the season, dep	3つ目は個人	競技を想定し	た,競技心理検査を通じて,	選手のシーズンを					
定できる競技・人数は減少した. 4 つ目はチームスボーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ボジション・競技力に応じた、必要とされる体組成の 定を実施した. これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトレーニングが採用されていた 学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた. 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2.研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play impro and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual c and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Th it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required b composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming t sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive									
4 つ目はチームスポーツを想定した、体組成の定期的な測定を通じて、学年・ポジション・競技力に応じた、必要とされる体組成の定を実施した。これまでは筋肉量が多いことが競技力の向上に役立つと考えられ、積極的なウエイトレーニングが採用されていた学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた。今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる。 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying dialy life or impact on their sports performance and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular measurements of body composition, assuming the sports. It was ableived that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending was dopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending mark and conceptive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sports grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educati				に選手との信頼間	王を唯保りることにも時间を安	9 る7:40, 当初	の計画。	より測	
学年や競技力によっては多すぎる筋肉量がシーズン中に怪我を引き起こしやすくなる傾向が確認できた. 今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improve and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal be temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual ci and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Ti it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and c				:測定を通じて, 学	♀ 年・ポジション・競技力に応じ	た、必要とされ	る体組成	むの推	
今後も同様の測定を継続することで、学生スポーツの教育的価値向上に期することが出来ると考えられる. 2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play impro- and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal be temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cy and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Ti it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required b composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. Artm?RBMEICBJord Rag 9 % % % % % % % % % %						-ニングが採用さ	されてい	たが,	
2. 研究成果実績の概要(英訳) The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improv and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal b temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performan Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal b temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual c and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. Th it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required b composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming turing was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題Cather Cather Cath						7			
The research was conducted mainly from four points of view. First, assuming field sports such as soccer, we conducted a review the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improve and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal be temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performant. Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual c' and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3 .	今後も回転の	測正を継続9				ବ.			
the validity of the player's judgment based on the play elements and the heart rate at that time through the sequential measurem of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improved. A second, assuming female athletes, we measured their basal be temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performance. Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual or and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes through out the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming the sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sports grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sported states and competitive ability. By continuing these measurem									
of the player's heart rate during play. Through this survey, it was assumed that the validity of the player's judgment in play improved and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal by temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performant. Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal by temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual or and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport sports at a sport sport of attended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表									
and the player's skills and motivation for the game improved. Second, assuming female athletes, we measured their basal be temperature and looked back on their own menstrual cycle and its accompanying daily life or impact on their sports performane. Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual ci ci and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psychol tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 <u>R</u> 表者氏名 <u>R</u> 表表課題名 <u>R</u> 表表課題名 <u>R</u> 表学術誌名 <u>P</u> 希表書	-								
Preliminary surveys revealed that many female athletes did not receive specialized education on measuring their own basal be temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cycle and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The tist is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 学術誌発行年月	and the player	's skills and r	notivation for the game imp	proved. Second,	assuming female athletes, we	e measured the	eir basal	body	
temperature, menstrual cycle, or the effects associated with it. For this reason, we first gave a basic lecture on the menstrual cy and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psycho tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月									
and its accompanying effects, and measured the basal body temperature of those who wished to cooperate with this research. The it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psychological characteristics and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming the sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月	-	-	-		•	-		-	
it is to examine the changes in the psychological characteristics of athletes throughout the season through competitive psychol tests, assuming individual sports, and to look back on these through regular interviews with athletes to examine the relation between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming the sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月	•	-						-	
between psychological characteristics and sports performance. Due to the nature of sports psychology tests, results cannot communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required be composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月	•		,	•	•			,	
communicated to managers and coaches, and it takes time to establish trust with athletes. Fourth, we estimated the required b composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月		•		-					
composition according to grade, position, and sports performance through regular measurements of body composition, assuming to sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月									
sports. It was believed that having a large amount of muscle mass would help improve sports performance, and aggressive we training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3.本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月		-					•	-	
training was adopted. However, it was confirmed that excessive muscle mass tended to cause injury during the season, depending grade and competitive ability. By continuing these measurements, we can expect to improve the educational value of student sport 3. 本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月									
3.本研究課題に関する発表 発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名	training was ad	opted. Howeve	er, it was confirmed that exc	essive muscle ma	iss tended to cause injury du	ring the season	, dependi	ng on	
発表者氏名	grade and comp	etitive ability.				onal value of stu	udent spo	orts.	
発表者氏名 発表課題名 発表学術誌名 学術誌発行年月 (著者・講演者) (著書名・演題) (著書発行所・講演学会) (著書発行年月・講演年				は研究課題に関す					
				E)	発表学術誌名 (本本)	学術誌列 (<u>莱聿</u> 双行年 F	Ě行年月 ∃ • 譁渡∕	年日)	
	(相相。)	〒197日 /	(有百个、供應)		ヨョ元11川 一冊例子云/	(有百元11千)	」時頃	тл)	