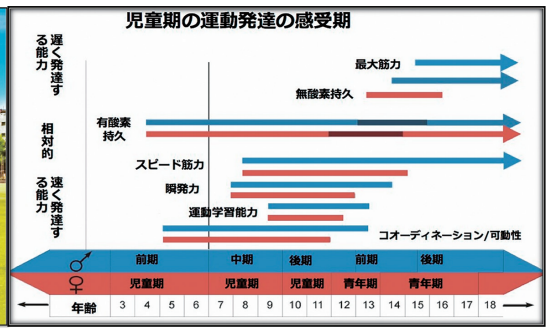
上　田　憲　嗣

（スポーツ健康科学部）

子どもの発育発達を支援し、未来を拓く

「子ども」期とは、身体、運動、社会性等の発育発達において、極めて重要な時期であることが知られています。我々は、そのなかでも、特に子ども期の運動の発達を促進する指導法について中心に研究してきました。子どもの運動能力の育成においては、特に身長や体重の伸びのスピードに着目することが必要であると言われています（ex. PHV 年齢、PWV 年齢等）。そこで、PHV 年齢以前の特に幼児期～児童期にその育成の感受期を迎えるとされる、「動作コオーディネーション能力」に着目し、その育成法となる「コオーディネーショントレーニング」の効果について検証しています。検証の結果、動作コオーディネーション能力の向上は、運動能力のみならず、運動有能感や自己肯定感などにも影響を与える可能性があることを明らかにするなど、未来の社会を担う存在である子どもの可能性を拓く研究に取り組んでいます。



所 属

スポーツ健康科学部／研究科

研究テーマ

- ■動作コオーディネーション能力の育成
- ■子供の体力向上に関する実践研究
- ■アスリートパスウェイの構築

キーワード

動作コオーディネーション能力、基礎的運動スキル、協同学習、スポーツタレント発掘、長期育成

バランス運動による脳活動の特徴

- ●動作コオーディネーション能力が必要とされるバランス運動の実施による脳活動履歴を検討しました。
- ●バランス運動を行うと、背外側前頭前野と第 1 次運動野間の情報伝達が増加したことを明らかにしました。
- ●脳活動の変化と、コオーディネーショントレーニングの学習量に相関がありました。
- ●認知機能の改善のためには、コオーディネーションを育成する運動が効果的であることを示しました。

（Ueta et al., MSSE 2022）