

私の考えるスポ健の 博士力

論理的思考力と
マルチタスク能力の獲得



研究と現場の橋渡し役を 担えるように！

大東文化大学スポーツ・健康科学部 准教授

湯浅 康弘



let's access

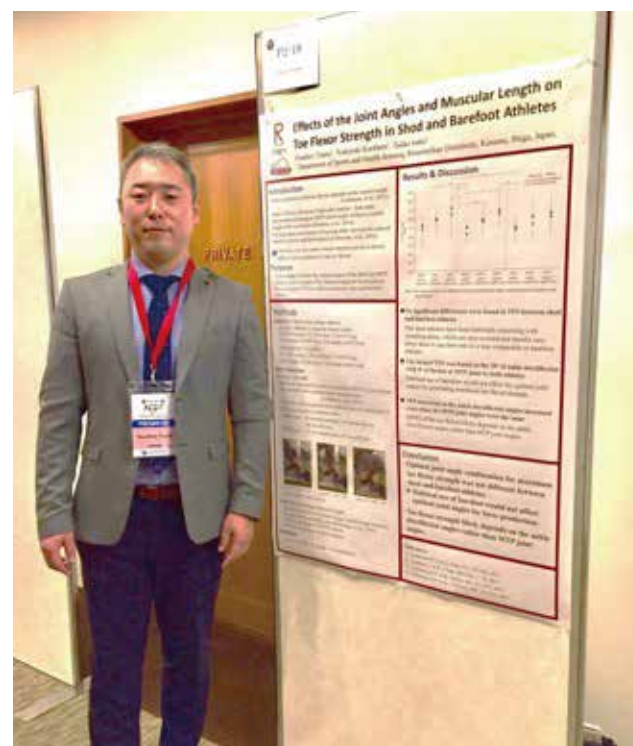


この QR コードを読み取ると
インタビュー動画を
視聴することができます



この QR コードを読み取ると
博士学位論文に
アクセスできます

学位授与の年月	2020 年 3 月
学位論文のタイトル	アスリートにおける足趾筋力と運動パフォーマンスとの関係
指導教員名	伊坂 忠夫
研究領域	トレーニング科学
キーワード	ストレンクス&コンディショニング・アスリート・足趾筋力・中足趾節関節



学位取得を
目指した
きっかけ

大 学卒業後、27 年間に渡りストレンクス&コンディショニングの専門職として、競技アスリートのサポートを中心に様々なフィールドで活動してきた。この間、多くのトレーニング指導を通じて「人に教えること、伝えること」の難しさを痛感してきた。40 歳を契機に実践してきた指導法を再検証し、改めて運動指導について学び直す良い機会だと考えた。他大学の修士課程を経て、さらに高度な研究能力を修得する必要があると感じたことから、立命館大学大学院スポーツ健康科学研究科博士課程後期課程へ進学し、伊坂忠夫教授の指導を受けて博士学位の取得を目指した。

在学中

ス ポーツバイオメカニクスの研究手法を取り入れる研究を深め、博士論文「アスリートにおける足趾筋力と運動パフォーマンスとの関係」をまとめ上げた。論文をまとめるにあたり、Journal of Human Kinetics、体力科学へ基礎となる原著論文が掲載され、学位論文においてアスリートの足趾筋力がどのような運動パフォーマンスに対して関係するのかを明示した。社会人学生として大学院に進学したことにより、これまでの指導経験に加え、論理的思考力を獲得することに繋がり、指導力がより確かなものとなった。

現在

学 位取得後は課外活動支援のみに留まらず、非常勤講師として学部生を対象とした講義およびスポーツ指導実習において学生への教育活動に従事し、身体を動かす楽しみやスポーツを実践する喜びを実感させ、学生の成長を何よりの喜びと捉えられるようになった。2021 年 4 月からは 20 年勤務した立命館大学を退職し、大東文化大学スポーツ・健康科学部スポーツ科学科の准教授として着任した。これからは、教育者としての自覚を持ち、これまでトレーニング指導現場や大学院の研究活動で培った理論と技能をもとにして、最新のエビデンスに触れながらスポーツ科学に関する専門知識と技能を総合的かつ実践的に理解・習得できるような授業を展開することを目指している。

また、社会の一員として熱い情熱、高い行動力、強い責任感など、豊かな人間性を兼ね備え、多様な社会のニーズに対して様々な能力を受容、尊重することができるスポーツ、健康、運動指導の分野において第一線で信頼され活躍出来る人材を育成、輩出できるように努めたいと考えている。

将来像

ス ポーツ・健康・医療の分野を専門とする学科の学習と研究の共生効果を最大限に活かし、大東文化大学独自の総合的なスポーツサポートシステムの構築を活動目標に置き、資格取得を目指す学生に対するサポートならびに学びを実践する場所として、学生アスリートの競技力向上や障害予防のためのトレーニングおよび各種コンディショニングに関する教育活動を展開していきたいと考えている。

自分の思い描く未来へ、まずは行動しよう！