

研究タイトル：

スポーツ競技者のパフォーマンスや体力測定



氏名：	長田 朋樹 / NAGATA Tomoki	E-mail：	t-nagata1094@oyama-ct.ac.jp
職名：	講師	学位：	修士(スポーツ科学)
所属学会・協会：	日本体力医学会, 日本体育学会		
キーワード：	スポーツ科学, 運動生理学, パフォーマンステスト, 身体活動量, 陸上競技		
技術相談 提供可能技術：	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ競技者のパフォーマンスや体力測定 ・陸上競技ランニング指導 ・一般成人, 中・高齢者への体カトレーニング指導 		

研究内容： 運動生理学, パフォーマンステスト・トレーニング

1. 運動生理学

①低酸素環境下における無酸素的運動に関する研究

低酸素環境が持続的な運動に限らず無酸素的な運動にもパフォーマンスを改善させるかどうか生理学的観点から検討しトレーニングに応用する

②日常身体活動の現状

我々の身体活動は、日常生活活動と運動活動に分類される。実際にはどの程度の現状であるかを加速度計付万歩計(Lifecorder)を用いて様々な年齢・性別で検証する

2. パフォーマンステスト・トレーニング

体力テスト・コントロールテストを行い(スポーツ競技者, 一般成人, 高齢者など), 分析・評価することでスポーツ現場のトレーニングへの応用や競技力向上, または, 健康増進に役立てる

これまでの実績

- ・陸上競技 レース分析
- ・陸上競技選手のパフォーマンス測定(県内トップ選手の筋力やパフォーマンスなどの測定)



低酸素吸入での運動



加速度計付き万歩計



パフォーマンステスト

提供可能な設備・機器：

researchmap : <https://researchmap.jp/read0153541>
研究紀要 : https://www.oyama-ct.ac.jp/tosyo/researcher/018_nagata_tomoki.html

	名称
Lifecorder(スズケン)	