

若手研究者コラムリレー

松浦 佑希 (まつうら ゆうき)



プロフィール

宇都宮大学 共同教育学部 保健体育分野 助教
日本体育・スポーツ・健康学会の専門領域: 体育心理学・体育科教育学
2015年 筑波大学体育専門学群 卒業
2017年 筑波大学大学院 人間総合科学研究科
体育学専攻修了 修士(体育学)
2021年 体育科学専攻修了 博士(健康スポーツ科学)
2019年 4月より現職
E-mail: yuki-matsuura@cc.utsunomiya-u.ac.jp



↑ 現役で活動を継続中(ラート競技)



わたしの研究

柔軟性のある技能を身に付けるには、 どうやって学習したらいいか？

2歳から体操を始めて、そこから29年が経とうとしています。もともと体操競技をしていましたが、大学からはラート(上の写真)というスポーツを現在も選手として続けています。大きくなりてみれば、人生の大半、ずっと体操をしている感じです。笑

そんな体操ですが、ある日突然、当たり前になっていた技が、どうやっていたのか分からなくなる、理由もなく怖くなる、自分の意に反した動きになる、そんな経験をたくさんしてきました。なぜそうなるのか、それをどうにか克服できないか？というのが私の研究の原点です。

そこで、取り組んだのが、運動の学習方法(指導方法)の研究です。身に付け方に問題があるのでは？と考えたからです。

理想的なフォームややり方を目指して反復練習をすることは一般的ですが、どうもそれだけでは、自分には合わない場合もあるし、技は狂うし、応用力も柔軟性も持たない技能しか身に付かないことを痛感していました。それを乗り越えるものとして、学習過程に様々な運動の経験を通し、自身のやり方を見つけ身に付けることの重要性を実感し、ロボットの運動学習の仕方を応用した感覚経験型指導法を考案しました(下記の論文)。柔軟性をもった技能を身に付けるには、色々な意味での“あそび”が重要であると考えています。

現在は、この学習方法を教育現場で使えるように応用・実践したり、さらに幅広い対象の方に試してもらえるようにアプリケーション化も進めています。今後の目標としては、自分に合った、かつ柔軟性のある運動技能を効果的に身に付けていく学習方法の探求を中心に、自分の身体でも試しながら、研究も幅広く取り組んでいきたいと思っています。

わたしの渾身の論文・書籍・記事

Matsuura, Y., Kokubu, M., & Sakairi, Y. (2022). Effects of Versatile Kinesthetic Experiences on Balance Ability and Interpersonal Relationships. *Psychological Reports*, 125(2), 1145-1164.
松浦佑希, 本谷聡, 雨宮伶, 坂入洋右. (2018). 運動の楽しさと技能向上から見た学習者の感覚経験を重視した指導方略の効果. *体育学研究*, 63(1), 265-280.

(なんでも帳)

メインの研究は左に書かせていただいた通りですが、現在、多くの先生方とコラボして、幅広くいろんな活動に取り組んでいます！



↑ バランスボールを使った実践研究の様子(中学校)



↑ 体づくり運動領域やダンスでの実践的な研究もしています。これはタオルを使った間接的な身体接触の効果を検討した時の様子です。



← 2022年5月にデンマークで開催された国際大会の表彰式の様子。現在も選手を続けているので、アスリートのコンディショニングの研究の被験者をしつつ、参戦しました。

その他にも、研究の原点に関連しますが、イップスの治療に関する研究、指導方法を応用して、視覚障害者を対象とした運動の指導など、(良くも悪くも)幅広く取り組んでいます。領域の垣根を超えたりなので、ぜひ、本学会の皆様と領域を超えた交流を深めていけることを楽しみにしています。どうぞよろしくお願いたします。

日本体育・スポーツ・健康学会 若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育・スポーツ・健康学会若手の会が発足しました！ → メーリングリスト登録フォーム:

<https://goo.gl/forms/zGMPdPa5fY3kcB5q2>

学会大会、研究会等の開催や報告者募集に関する案内、公募や助成金情報等に関する情報提供を配信予定です。皆様からも、メーリングリストで周知したい情報がありましたら、下記までご連絡ください。

taikugakkaiwakate@gmail.com

