

氏 名 (本籍)	なか むら だい すけ 中 村 大 輔 (東 京 都)			
学 位 の 種 類	博 士 (ス ポ ー ツ 医 学)			
学 位 記 番 号	博 乙 第 2644 号			
学位授与年月日	平成 25 年 3 月 25 日			
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 2 項該当			
審 査 研 究 科	人間総合科学研究科			
学 位 論 文 題 目	ピリオダイゼーションに着目したサッカー選手のコンディショニングに関する検討			
主	査	筑波大学准教授	博士 (医学)	向 井 直 樹
副	査	筑波大学教授	博士 (医学)	宮 川 俊 平
副	査	筑波大学助教		福 田 崇
副	査	日本スポーツ振興センター理事長	医学博士	河 野 一 郎

論 文 の 内 容 の 要 旨

(目的)

スポーツにおいては、インシーズンとオフシーズンがある。またインシーズンにおいてもスケジュールの都合上「中断期」が存在することが多い。特にサッカーにおいてはシーズンが始まるとリーグ戦やトーナメント形式のカップ戦などの他に「代表の試合」のために「中断期」が来る。このような日程の中で選手のコンディショニングを維持して行くには「計画性」がないとチームが良い状態を保つことができない。近年「ピリオダイゼーション：期別区分け理論」が提唱されより計画的なコンディショニングの重要性が高まってきている。本研究の目的はどのような指標で「ピリオダイゼーション」を行っていくかを研究した。

(対象と方法)

対象は J リーグに所属する 1 チーム、関東大学サッカー連盟に所属する 1 大学サッカーチームである。研究は「高強度ランニングパフォーマンスを指標としたもの」「身体の防御機構である免疫機能 SIgA を指標としたもの」「中断期のトレーニングに高強度運動が与える影響」の 3 つの研究課題を設定した。

(結果)

選手のパフォーマンスは中断期やオフシーズンによって低下することがわかった。感冒などは選手のコンディショニングにすぐに反映されるが、SIgA の低下は感冒を予知する良い指標となり得ることがわかった。より高い身体パフォーマンスを維持するために中断期やプレシーズンに高強度運動を加えることが必要であることがわかった。

(考察)

1 シーズンにおいてオフシーズン、インシーズン、中断期などの期別が存在する場合は期別ごとに身体パフォーマンスの評価を行い「現在の身体能力」を評価し高強度運動をタイミングよく与えることにより、長いシーズンにおける身体能力の低下を防ぎ、気候の変化によるコンディショニングの低下を SIgA を定期的に測定することにより予知可能となることがわかった。

審 査 の 結 果 の 要 旨

スポーツ現場特にチームスポーツにおけるコンディションの評価は難しく、個人差があるためどのような指標が選手一人一人のコンディションを把握するのに適してるかを見極めるのが重要なポイントである。本論文は身体的なパフォーマンスにおいては「高強度ランニングパフォーマンス」を用いて評価し、防御的な身体能力においてはSIgAを指標とした。特にSIgAはこのところ生体の防御機能の指標に重要であると言う論文が出始めており、着眼点として新規性があり評価に値する学位論文であると考えられる。

平成 25 年 1 月 16 日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

なお、学力の確認は、人間総合科学研究科学学位論文審査等実施細則第 11 条を適用し免除とした。

よって、著者は博士（スポーツ医学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。