



東洋大学大学院 総合情報学研究科は、2016年4月に修士課程を開設し、2018年4月より博士後期課程を開設します。さらに、修士／博士後期課程の専門分野として改組／新設されるのが、**心理・スポーツ情報分野**です。

■ 心理・スポーツ情報分野における学びの特色

スポーツ を学ぶ

心・技・体の側面からアスリートを支援するために、心理学・運動生理学の視点から、心身のメカニズムとパフォーマンスの関連について理解を深めます。また、心理・生体データの分析から得られた知見に基づき、アスリートに対して適切な指導・フィードバックを行っていくためのスキルを、実践を通じて習得していきます。

これらの知識・スキルは、スポーツトレーニング・コーチングの専門家であるトレーナー資格の取得にも役立ちます。その他にも、心理・スポーツ分野で学ぶデータ活用の技術は、競技スポーツにおけるトレーニングや戦略・戦術、スポーツ関連用品・機器の開発など、様々な領域への応用が期待されます。

* 修士課程における学び

1. スポーツ科学に基づくエクササイズ・トレーニング



体力や筋力、持久力、パワー、スピードなど、競技に応じてアスリートに求められる身体的要素は様々です。これらの要素を向上させるために、各種のトレーニング理論や、トレーニングプログラムのデザイン、指導・評価の方法などについて学びます。トレーニングの基礎となるスポーツ科学の知識については、講義形式の授業により、初学者の方にも分かりやすい解説を行っています。また、豊富な指導経験を有する専門家の下で実習経験を積み、トレーニングや指導技術の向上、トレーニングプログラムの開発に必要なスキルを身につけることが可能です。特に、スポーツトレーナー・指導者としての進路を検討している方には、資格取得を視野に入れた学習が推奨されます。

2. スポーツ心理学に基づくメンタルトレーニング



アスリートが競技場面で実力を発揮するためには、フィジカルトレーニングやスキルの習得のみならず、精神的な強さを獲得することが不可欠です。そのために、心理面からアスリートのサポートを行う試みがメンタルトレーニングであり、専門家であるメンタルトレーナーの活躍の場も増加しています。心理・スポーツ情報分野では、メンタルトレーニングの経験を有する教員を中心に、「スポーツ心理学」を専門的に学ぶ環境を整備しています。メンタルトレーニングの実践に向けて、リラクゼーションや感情コントロール、イメージトレーニング、目標設定、動機づけなど、様々な心理的技法を習得することができます。メンタルトレーナー資格の取得を希望する方にとっても、必須の知識とスキルを得ることができます。

* IT カウンセリング・メンタルトレーニングルームの設置(2017年4月～)



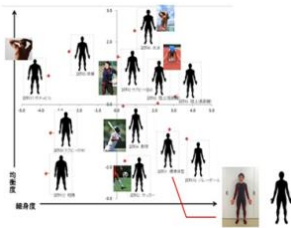
2017年度から、心理・スポーツ情報分野の研究拠点として、キャンパス内に「IT カウンセリング・メンタルトレーニングルーム」が開設されました。こちらでは、遠隔地へのオンラインカウンセリングや、メンタルトレーニングに関わるデータの分析・管理システムの運用など、ICT 技術をメンタルサポートに活用する取り組みがなされています。

3. スポーツデータ分析



近年、多くの競技スポーツにおいてデータ活用の重要性が高まっており、戦略・戦術の立案に携わる、「スポーツデータアナリスト」の存在が注目を集めるようになりました。心理・スポーツ情報分野においても、心身のデータ測定・解析から選手のコンディションを理解し、トレーニングや競技場面に活用する、スポーツデータ分析のスキル習得に重点を置いています。心理学・運動生理学の知見に基づいて適切にスポーツデータを測定し、ICT 技術を駆使してデータの解析・管理を行うためのシステムを構築する。このように、「アスリート支援」という目標に向けて、多数の学問領域が連携する環境が整っているのが、心理・スポーツ情報分野の特徴であるといえます。

4. スポーツ関連用品・機器の開発



スポーツウェア・シューズやトレーニング機器など、スポーツ関連の用品・機器開発も、心理・スポーツ情報分野で扱うテーマの一つです。スポーツに特化したウェア・シューズの開発に際しては、肌触りや通気性といった衣服性能の測定・評価を行います。また、スポーツをする人、みる人双方の感性に訴えかける、ウェアのデザインも考慮すべき要因といえるでしょう。さらに、バイオメカニクスの視点から身体動作の解析を行い、パフォーマンスに適した用品・機器開発につなげるなど、工学的視点からのアプローチについても学ぶことができます。

5. パラリンピックスポーツ・障がい者スポーツ



2020年の東京五輪・パラリンピック開催に向けて、国民のスポーツ・ムーブメントへの関心は、より一層の高まりを見せつつあります。パラリンピック競技を始めとする障がい者スポーツにとっても、認知度・関心度の向上につながる契機となるでしょう。心理・スポーツ情報分野は、新たな研究テーマとしてパラリンピック・障がい者スポーツに焦点を当て、アスリートの競技力向上や、競技の普及・推進に向けた調査を推進しています。従来、福祉の領域で扱われることの多かった障がい者スポーツを、競技という視点からとらえることで、さらなる魅力や価値の発見につながるでしょう。多様なアスリート支援のあり方を考える上でも、重要なテーマであるといえます。

6. スポーツボランティアの実践



スポーツボランティアとは、地域におけるスポーツクラブ・団体の運営や指導に携わったり、競技大会・スポーツ大会の運営をサポートしたりといった、スポーツ活動を推進するためのボランティアのことです。心理・スポーツ情報分野では、こうしたボランティア活動に関する情報提供も行っています。スポーツ競技を間近で観戦できる、スポーツが社会にもたらす価値を再発見できる、スポーツを通じた社会貢献に携わることができる……といったように、スポーツボランティアは楽しい体験であり、また、スポーツに対する視野を広げる学びの場でもあります。これまでボランティア活動に参加したことのない人にも、是非この機会を活用していただきたいと思えます。

* 博士後期課程における学び

博士後期課程では、スポーツ科学領域の高度な専門知識を獲得した上で、アスリートに対するトレーニング指導やメンタルサポートといった、実践的な課題へ取り組むことが求められます。あるいは、スポーツデータの解析に重点を置き、解析技術の活用やシステム開発に取り組むといった、情報科学的なアプローチも可能です。各自の専門領域をどのようにアスリート支援へ活用していけるのか、現場での経験も踏まえて検討していくことが、博士後期課程における課題といえるでしょう。