

氏名(本籍)	深見 将志 (神奈川県)
学位の種類	博士(体育科学)
学位記番号	甲第59号
学位授与年月日	平成27年3月10日
学位授与の要件	日本体育大学学位規程第5条の学位は、大学院学則第29条の規定により、大学院研究科博士後期課程(博士課程)を修了した者に授与する。
学位論文題目	アーチェリー競技におけるバーチャルリアリティを用いた呼吸法トレーニングの効果
審査員	主査 教授 楠本 恭久 副査 教授 西條 修光 副査 教授 平沼 憲治

論文審査結果の要旨

本博士論文は、従来の呼吸法にバーチャルリアリティ(VR)技術を付加した呼吸法トレーニングの効果について検討したものである。

第2章では、大学生スポーツ選手におけるメンタルトレーニングの現状の把握と必要性、VRメンタルトレーニングへの関心度などを明らかにすることを目的にメンタルトレーニングに関する調査研究を行った。その結果、競技レベルの高い大学生スポーツ選手は、競技レベルの低い大学生スポーツ選手に比べて、自身の競技力向上に心理的側面の重要性を高く認識しており、メンタルトレーニングの必要性を高く感じている傾向が示された。また、競技レベルに関係なく大学生スポーツ選手の心理的課題は、試合時に過度に緊張したことによるパフォーマンスの低下であった。最後に大学生スポーツ選手は、VR環境下で行うメンタルトレーニングにおいて試合場面の緊張感を再現することに関心を持っていた。

第3章では第2章であげられた、大学生スポーツ選手の心理的課題である試合時過緊張の緩和に実用性のある呼吸法に着目し、VR技術を付加した呼吸法と従来の呼吸法の効果について比較検討した。その結果、VR技術の有無に関わらず、継続的な呼吸法トレーニングはリラクゼーション状態をもたらした。VRを付加する効果については、VR技術により視覚情報や聴覚情報を利用して競技場面に近似した環境を具体的にイメージすることが容易となったことから、活性度と覚醒度が高まった。これは、大学生スポーツ選手がVR技術に求めていた、試合場面の緊張感を享受する可能性を示すものであった。つまりは、VR環境下での呼吸法トレーニングは、競技場面での活用を考慮すると、従来のメンタルトレーニングによる呼吸法トレーニングと同等かそれ以上の有効性を示した可能性が、実験室実験により示された。

第4章は、第2章と第3章の結果をまとめ、大学生スポーツ選手におけるメンタルトレーニングの現状を把握し、大学生スポーツ選手が必要としている心理的スキルを明らかにすること、その対応策として、VR技術を付加したメンタルトレーニングを行うことは、大学生スポーツ選手に試合場面の緊張感を享受させ、メンタルトレーニング効果を促進させる可能性を示すものであると結論づけられた。

以上のように、本博士論文はスポーツ選手の競技力向上を目的とした新たなメンタルトレーニングプログラムとして期待される。今後は、アーチェリー競技に限らず、そのほかの閉鎖系競技（クローズドスキル）への応用も視野に入れさらなる検討を行うことが期待される。

最終試験結果の概要

本論文の学位(博士)申請者は、大学生スポーツ選手におけるメンタルトレーニングの現状把握から、そのメンタルトレーニングにバーチャルリアリティ（VR）を用いた呼吸法を実施することにより、その効果を明らかにする為の実験を行った。

このことから、安定した環境下で行われる従来の継続的なメンタルトレーニングにVR技術を付加することは、スポーツ選手に試合場面の緊張感を享受させ、さらにはメンタルトレーニングの効果を高めることを明らかにした。

審査では、論文内容について大きな疑義はなかったものの字句や文章表現についての修正を指摘された。それに加え、テーマについては、漠然としたものからさらにより具体的なものへの変更が指摘された。つまり、このことは、今実験の被験者がアーチェリー選手であったためアーチェリーという言葉を加えることを意味している。

加えて、口述試験での質問に対して的確な応答があり、博士の学位に相応しい学力のあることが確認された。