



本間 浩二

HONMA Koji

総合科学科 准教授

体育学士

◎専門分野：

保健体育、ラグビーフットボール

◎キーワード：

ラグビーフットボール、
スポーツメンタル

今後取り組みたいこと：

チームづくり、リーダーシップ育成
など、部活動の指導実践に関わる資
料整備。

EMS (Electrical Muscle Stimulation
～電氣的筋肉刺激～) 機器を利用して、
傷害（特に筋肉系）に対する簡易的
なりハビリテーション。

ゲーム分析とデータの整理・活用による指導実践

【シーズ紹介】

- ゲームにおけるプレーヤー個々のパフォーマンス状況を分析し、その分析データをスキルアップ・モチベーションアップに活かす指導について実践と研究を進めています。
- 部活動指導におけるチーム・個人の目標設定や評価の在り方、望ましいメンタリティを構築するためのアプローチについて研究を進めています。
- 伸縮性テーピングによる関節痛、筋肉痛の鎮痛効果と、傷害予防やリハビリ効果等について実践と研究を進めています。



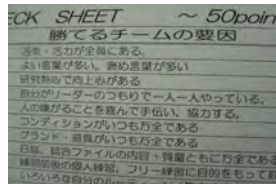
ラグビーのゲーム分析



スポーツテーピング



伸縮性テーピング



メンタルアプローチの一例 “Team Check Sheet” 電氣的筋肉刺激を利用したリハビリテーション

