

平成 21 年度

第 2 回スポーツ科学セミナー

広島大学スポーツ科学センター主催

Ratings of Perceived Exertion (RPE)に関する研究について

日時:2009 年 11 月 4 日(水)16:30~17:30

場所:総合科学部 J206

演者:上田 毅 先生(広島大学教育学研究科准教授)

参加費:無料

概要

運動中の運動強度を簡便に、しかも運動を中断することなくリアルタイムに知る指標として Ratings of Perceived Exertion (RPE) がある。RPE は、運動環境の他、生理、心理、性質などの媒介要因が無意識、意識のレベルで介在して運動刺激のもたらす強度を評価する。さらに、運動により生じる快-不快、緊張-弛緩、興奮-沈静などの感情の変化も処理される。今回、これまで実施してきた RPE についての研究成果について報告したい。

■問合せ先■

広島大学大学院総合科学研究科

船瀬広三 Tel. 082-424-6590

電子メール: funase@hiroshima-u.ac.jp

