

平成 21 年度第 2 回スポーツ科学セミナー

主 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 21 年 11 月 4 日（水） 16:30～17:30

場 所：総合科学部 J206 教室

演 者：上田 毅（広島大学大学院教育学研究科准教授）

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

世話人：船瀬広三（スポーツ科学センター研究員）

参加者：教職員，院生及び学部生 約 25 名



冒頭，運動生理学研究で運動強度の主観的評価尺度として用いられる RPE 研究の歴史と意義をレビューした後に，これまでの研究成果を中心に講演が行われた．水中運動と RPE の関係，特に年齢や水温による違い，着衣泳時の RPE, 中高年女性を対象とした研究成果が紹介された．また，最近の研究成果として，中枢性生理要因，末梢性生理要因，心理要因と RPE の関連性に関する報告も行われた．講演後，質疑応答が行われた．