

研究報告

スポーツトレーニング科学

—第22巻—



国立大学法人 **鹿屋体育大学**

スポーツトレーニング教育研究センター

令和3年3月



編集委員会

山本正嘉（編集委員長）^{1) 2)} 藤田英二²⁾ 高井洋平²⁾

¹⁾鹿屋体育大学スポーツトレーニング教育研究センター長 ²⁾鹿屋体育大学スポーツ生命科学系

スポーツトレーニング教育研究センター沿革

- | | |
|--|--|
| <p>平成5年（1993）
7月1日 文部省から平成5年度大学改革等調査経費として「少年期からの発達段階に応じた科学的なトレーニングと効果的な指導体制の在り方に関する調査」が示達される</p> <p>平成6年（1994）
4月1日 スポーツトレーニング教育研究センターの設置準備特別委員会が発足
5月20日 スポーツトレーニング教育研究センターが設置される。センター長事務取扱に河野真副学長が就任
10月1日 西菌秀嗣助教授が体力科学講座から学内移動</p> <p>平成7年（1995）
3月1日 金高宏文講師がコーチ学講座から学内移動
4月1日 初代センター長に會田勝教授が就任。特別研修員：西村信一教諭，研究協力校として鹿児島南高等学校・鹿屋高等学校・谷山中学校・第一鹿屋中学校・横川中学校を指定</p> <p>平成9年（1997）
3月28日 スポーツトレーニング教育研究センター棟が竣工
4月1日 第2代センター長に平田文夫教授が就任。特別研修員：池畑辰也教諭，特別研究員：陳杰上海体育学院教授
5月8日 スポーツトレーニング教育研究センター棟が竣工し記念式典を挙行</p> <p>平成10年（1998）
4月1日 第3代センター長に大平充宣教授が就任。山本正嘉助教授が着任。特別研修員：佃省三教諭。研究協力校として鹿児島南高校・榎脇高校・南大隅高校、谷山中学校・桜島中学校・横川中学校を指定</p> <p>平成11年（1999）
4月1日 特別研修員：西園和昭教諭
5月18日 トレーニング環境シミュレータの竣工式</p> <p>平成12年（2000）
3月19、20日 第12回トレーニング科学研究会を開催
4月1日 特別研修員：石田尾行徳教諭</p> | <p>平成13年（2001）
4月1日 第4代センター長に西菌秀嗣教授が就任。研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・谷山中学校・花岡中学校・鶴羽小学校を指定</p> <p>平成16年（2004）
4月1日 加賀谷善教講師が着任。研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・花岡中学校・鹿屋東中学校・鶴羽小学校を指定</p> <p>平成18年（2006）
8月1日 第5代センター長に山本正嘉教授が就任</p> <p>平成19年（2007）
4月1日 研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・大隅中学校・花岡中学校・鶴羽小学校を指定</p> <p>平成20年（2008）
4月1日 藤田英二講師が着任</p> <p>平成22年（2010）
4月1日 高井洋平助教が着任。研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・帖佐中学校・大隅中学校・鶴羽小学校を指定</p> <p>平成23年（2011）
4月1日 教員組織の改組により、これまでのセンター所属教員はスポーツ生命科学系に所属することとなり、その上で山本がセンター長、西菌、藤田、高井がセンター兼務担当教員となる</p> <p>平成25年（2013）
4月1日 研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・帖佐中学校・花岡学園（花岡中学校・花岡小学校）を指定</p> <p>平成28年（2016）
4月1日 研究協力校として鹿児島南高校・南大隅高校・重富中学校・吾平中学校・花岡小学校を指定</p> <p>現在（平成28年度）の体制
山本教授（センター長）、藤田准教授、高井准教授がセンター兼務担当教員として業務を行う</p> |
|--|--|

表紙写真：鹿児島放送（KKB）のスタジオで、KKB動画アプリ「KAPLI（カプリ）」で配信するためのExseed体操の収録をしているところ。鹿屋体育大学ダンス部の学生に協力してもらい、適切な動きを撮影した。動画の中には、動きの説明や前後から見た動きが分かるように工夫している。（本文p.43-45参照）

編集後記

今年度は、新型コロナウイルスの影響で終始した感があります。大きなものでは、東京オリンピックの延期、また鹿児島国体も延期となりました。大学では、授業や会議のオンライン化、運動部の活動も大きく制限されるなど、様々な影響がありました。トレセンでも、表だった活動は大幅に制限されることになりました。

しかしそんな状況下でも、選手や指導者が様々な努力をした姿が、この報告書には掲載されています。吉田松陰の「獄にありては獄で出来ることをする」の言葉のとおりでしょうか。どんな状況下でも人間は努力することをやめない、ということを感じました。

人間ドックのアスリート版ともいえるべき「アスリートドック」プロジェクトを始めてから、9年目となりました。現在では、本学の学生が自身の競技力向上を自分の手で行い、その成果を卒業研究として文章にまとめる、というところまで発展してきました。このような成果を「事例報告」という形で3編掲載したので、ご覧いただけると幸いです。

(山本正嘉 記)

令和3年3月31日 印刷

令和3年3月31日 発行

発行者 鹿屋体育大学スポーツトレーニング教育研究センター

発行所 鹿屋体育大学

鹿屋市白水町1番地 (〒891-2393)

Tel 0994-46-4922

印刷所 ㈱朝日印刷

鹿児島市上荒田町55-1 (〒890-0055)

Tel 099-251-2191



スポーツトレーニング科学 第22巻

目 次

スポーツトレーニング教育研究センター沿革

I. 研究論文・資料

サポートタイツが階段昇降時の大腿四頭筋活動水準、酸素摂取量、および自覚的運動強度に与える影響
サポートタイツが登山を想定した階段昇降時の生理応答に与える影響

藤田 英二, 荻田 太…………… 1

サッカーの試合後半におけるプレーの失速を抑制しパフォーマンスを改善するための取り組み事例
～体力面と試合中の高速度移動距離に着目して～

森重 輝, 笹子 悠歩, 山本 正嘉…………… 9

セバタクロールにおけるアタック時の打点の高さを向上させるための取り組み事例
～体力的要因と技術的要因の両面からのアプローチ～

鶴林 晃介, 笹子 悠歩, 山本 正嘉……………17

新型コロナウイルスの影響下にもかかわらず自己ベストの更新に成功した女子平泳ぎ選手の事例
～技術, 体力, コンディション, および心理面での改善の取り組み～

藤坂 侑実, 笹子 悠歩, 萬久 博敏, 山本 正嘉……………25

登山を想定した体力トレーニングのためのポイント表(試案)の作成

笹子 悠歩, 山本 正嘉……………33

II 報 告

アスリートドックプロジェクト(平成30年度～令和2年度)の報告

山本 正嘉, 藤田 英二, 高井 洋平……………37

“Exseed”プロジェクトの概要と今後の展開

高井 洋平, 梶 ちか子, 藤田 英二, 山本 正嘉……………43

学校教育で実施可能な児童生徒の運動プログラムの開発

國師 哲也……………47

令和2年度のコロナ禍における保健体育授業の取り組み

鮫島将太郎……………49

高校生自転車競技選手を対象とした効果的なトレーニングの検討

金野 亮太……………51

個性性を重視して目標設定したフィジカルトレーニングの取り組み

神園 章……………53

中学生のパフォーマンス力を向上させる取組Ⅱ

～保健体育授業における補強運動が及ぼす走力への影響について～

金澤 宏弥……………57

小学生柔道選手を対象とした研究

藤田 英二……………59

新型コロナウイルス禍での競技参加に対するサポート事例

～令和2年度スポーツカウンセリング室の取り組みから～

村川 大輔, 幾留 沙智, 原 真結香, 日野 正崇……………61

令和2年度スポーツリフレッシュセミナー……………63

2021年度のトレセン利用状況……………65

「研究論文」に関する寄稿規定……………67

トレセンニューズレター(25号)……………68

編集後記