

題名

鹿屋体育大学 スポーツサイエンスキャンプを体験して

私はこのキャンプを通じてスポーツとサイエンスは深く結び  
ついていることに気がつくことができました。また練習方法  
や環境を変えることにより、全く成長の度合いが違ふと  
いうことを感じました。様々な講義の中で、自分が一番  
心に残ったものは「スポーツ活動と持久力」です。今まで自分は  
時間をできるだけ長く、そしてただかまじらにきつい練習をすれば  
成長できるものだと思っていました。しかし実際は「タバタトレーニング」  
のよりのたった4分程度の運動をするだけで、タイムが伸びて  
いたので、長い練習をすることだけが大切ではないのだと感じました。他に  
たくさん興味深い講義や実験ができ、設備や実験器など話したい  
ものがたくさんあり、自分が鹿屋体育大学で勉強したいと強く思いました。  
講師やTA、事務の方にやさしく、時にきまぐれに楽しく教えて  
いたいただいたお陰で、とても充実した三日間を過ごすことが  
できました。今回このキャンプで学んだことを活かしていきたい  
と思います。また、知り合えた仲間たちともつながりがけ  
ていきたいと思いました。

ありがとうございました。

私は、スポーツサイエンスキャンプでさまざまなことを体験し、学ぶことができた。特に嬉しかったのが初日目の流水プールで一流の選手が練習する場所を見学できたことです。印象に残っているのが、2日目のスポーツ活動と持久力の講義のところで遅筋と速筋の違いを学んでいりましたが、酸素摂取量と短距離と長距離の持久力が関わっていることを知り驚きました。科学的に筋肉において足が速い短距離型や比較的遅い長距離型などに分けられるのであると評定シートをしてもスキルはアップしないと思いました。でも、効率的なトレーニング方法も知りました。

スポーツ科学を学んで、アスリートのみならず、自分にもいかせるトレーニングがあると思いました。私は、スポーツの仕事に就くのは正直、文系かと思っています。でも、講義をきいて、数学や自分の体のことを知らなければならぬので、医学なども必要となり、理系に分かれました。

このキャンプではさまざまな人と出会い、ミーティングのときにはいろいろなことを学ばせてくれたのでとても

題

名

2019サマー・スポーツサイエンスキャンプの感想

僕は、2泊3日のサマー・スポーツサイエンスキャンプで「難しいことか  
てくさんあったが、自分の知識が増えて、いい経験になりました。  
流水プールでは、参加した16名の中で自分しか体験しなかった  
ので、1つみんなと違ったことかてくさったです。その流水プール  
は、日本で鹿屋体育大学にしか行ったこと知り、とてもいい経験に  
なりました。たまたま、テレビのニュースで、ドーピングについての話を聞き  
ますが、ドーピングの知識がとて増えました。中でも、ネズミが  
持っているアスタチンを破壊して、ネズミが筋肉で腫れ上がっているのを  
見た時は、衝撃を受けました。2日目では、自分が身長で力を入れている  
と思っても、斜め割にか力が入っていき、残りの3割は休んでい  
ることを知りました。実験で、脳に経頭蓋磁気刺激装置で脳  
を刺激すると、筋肉が勝手に動いたのには驚きました。脳から筋肉ま  
でに命令が送られる時間は身長によ、て個人差があり、  
身長が高いと届くまでの時間は長く、身長が低いと短いこ  
と学びました。3日目は、ハイスピードカメラで自分の野球の素振り  
を撮影し、見てみたが、バットの角度を測ったので、自分の課題が数値  
を通して明確に分かれました。2泊3日という短い時間でしたが、自分  
か思った以上にスポーツは深いこと知りました。これから  
自分の夢の実現に向けて頑張りたいです。

題 名 スポーツサイエンスキャンプに参加して

私は将来消防士や警察官のような体を生かす仕事や、トレーナーや指導者のようなスポーツに関わる仕事に就きたいと考えており、そのために貴学に入学しスポーツ科学について学びたいと思っていたため、今回のスポーツサイエンスキャンプに参加させていたいただきました。この3日間ではスポーツ科学に関する新しい知識を得たり、貴学の設備のすばらしさに驚いたり、実馬乗を通してスポーツ科学にふれるなど、すばらしい経験になりました。この3日間で学んだことは貴学で学ぶことができてこのうちのほんの一部だと聞いて、貴学でスポーツ科学について学びたいという思いが更上一层楼になりました。しかし、今の実力ではとても合格することはできないと思うので、勉強して、学力を上げつつ、実技の部分での競技力を向上させるためのモチベーションが高まりました。本当に素晴らしい3日間になりました。ありがとうございました。

私は、将来スポーツメーカーに就職し商品開発に携われるような人材になるためスポーツ科学の最先端に触れ、また鹿屋体育大学に入学したいと思いこのサマースポーツサイエンスキャンプに参加させていただきました。

鹿屋体育大学の施設はプロの選手が足を運びに来るほど世界的にも貴重で最先端の機械がたくさんあると聞いていたので楽しみにしていました。私はその中でも最終日に入ったスポーツパフォーマンス研究棟に興味を惹かれました。自分自身、高校の時カメラを用いて自分のフォームなどをチェックしていましたが正直見えない部分、わからない部分がありました。しかしこの施設のカメラを用いてスーパースローにして今まで見ることのできなかつた部分が見ることができ、また複数のカメラを使い三次元的に自分のフォームが立体的に見ることが出来たり、地面にかかる力などが目で見る事が出来たり他では見る事のできないような部分まで視覚的にとらえることができる機械だったので感動しました。

三日間では深くは学べませんでしたでしたが貴学で学びたいという意思がさらに固いものとなりました。

またこのキャンプでは食事や宿泊施設等の手配など大変お世話になりありがとうございました。



題

名

参加した感想

サマー・スポーツサイエンスキャンプに参加させていただきありがとうございました。3日間お世話になりました。

自分がどういう状況で集中できるかやスプリント能力を向上させるトレーニングなどを知れたので、今後の大会当日の計画をたてたり普段の練習に取り入れることができた。参加する前からモーションキャプチャシステムを体験したいと思っていたので体験出来てとても嬉しかったです。独学でスポーツをしている者にとって、サマー・スポーツサイエンスキャンプはとても良いものでした。参加して良かったです。本当にありがとうございました。

題

名

サマー・スポーツサイエンスキャンプを終えて

この3日間のサマー・スポーツサイエンスキャンプを終えて、スポーツ  
又は体育大学に対する考え方が大きく変わりました。今まで  
スポーツはする傾りにしか立ったことがなくて、気持ちでいけ  
ば何とかなるだろうと思っていたのも正直な所です。

しかし、特に3日目のハイスピードカメラを用いた実験で  
自分の動きのどこに無駄があるか、どのように改善してい  
けばいいのかがわかりました。普段、親に映像をとってもら  
うことはあるけど、なかなかスマホ程度のカメラでは大まか  
な動きしか確認できません。このようなハイテクな機械  
を使うこともこれからほとんどないと思うので良い経験にな  
りました。また、自分は、体育大学というのは、多くの時間を  
運動に割いていると思っていたんですが、8割5分が座学で  
しかも理系であることを初めて知り、驚きました。ものの見  
方を変えることも必要でそれは勉強。スポーツのどちらにも  
応用できることだ”と思います。先生方も大学院生の方も優  
しく、丁寧に教えて頂き、とても安心して充実した3日間  
となりました。この3日間で学んだことを、これからの部活  
動では勿論、スポーツを指導する傾りになっても生かして  
いきたいです。本当にありがとうございました。

今回自分は、自分の将来の夢のことも、と深く、詳しく知  
るために、鹿屋体育大学のサマーサイエンスキャンプに  
応募させていたために、参加させていただきました。

まず自分は和歌山県からの参加ということもあり、道中も自分  
と友人しかいないという状況ですべてを自分でこなさなけ  
ればいけないという自立心が芽生えました。

鹿屋に着いてからも、知らない人ばかりで、最初は何  
もできませんでしたが、他県から参加していた子たちと  
話すことで心もうちとけとても充実した時間となりました。  
スポーツが好きな人しかいないのでよく話も合  
い楽しく楽しいキャンプでした。

内容ではすごくしっかりした授業や、体験型の実習  
などがありました。どれもとても楽しく、教授の方たちが  
親切に教えてくださり、もとスポーツのことに対し  
て深く知りたいたいと思うようになりました。

このキャンプでは、スポーツの概念が大きく変わり、

そして、人としても成長できました。自分の人生の中の  
大きな経験になった、と思います。



題

名

スポーツサイエンスキャンプを通して

私は将来スポーツ関係の職業に就くために少しでも知識を増やしたいという理由でこのキャンプに参加しました。初日はとても緊張しましたが、優しい先生方や友達が居たのですぐに馴染むことができました。

最初の講義で私の中のスポーツというものが覆され、その後のいろいろな先生たちの授業を食い入るおに聞いてしまいました。その先生たちのおかげで私はスポーツというものを、と詳しく知りたいと思いました。

このサイエンスキャンプでは、鹿屋体育大学の施設や実験などで驚かされることばかりで、とてもいい刺激になり、この大学で学びたいという意欲も出てきました。

私はこのキャンプを通じて学んだことをこれから部活や大学受験の糧にして、これからも頑張っていきたいと思います。

3日間ありがとうございました。

## 最新の科学技術について

私は、3日間のサマー・スポーツ・サイエンスキャンプを通し  
またたく知らなかった多くの知識を得ることができました。  
そのなかでも私が最も知りたかった最新の効率的な  
トレーニングの内容について少しは知れたと思うのが良かった  
です。他の研究も自分からあまり意識していなかった  
とても重要な事々様々な考え方を改めさせられる3日間に  
なりました。

~~講義~~の内容は話を聞くだけでなく実験をすることか  
らできたので話を聞くのにプラスして自分の体験というもの  
があったのでとても分かりやすく印象に残る講義でした。  
講義

題名

3日間のサマー・スポーツサイエンスキャンプ

全ての講義、実習が初めてのものばかりで新しい発見しかなかったのですが特に自分にとって印象に残ったものは最終日にあったハイスピードカメラで動きを撮影して皆でディスカッションをしたことです。自分の動きを見るだけでなく他の人のそれぞれの動きを見てその動きの良かった点や悪かった点を言ってディスカッションをするのがとてもおもしろかったです。そして、一番気にしていた対人関係ですが、皆が積極的に会話をし1日で歳を気にせず仲良くなれたので良かったです。本当にこの70日プロジェクトに参加して良かったと思いました。

題

名

スポーツサイエンスキャンプ

私は自身の部活動の競技力向上のために、今回のキャンプに応募しました。三日間を通して、得ることができたのは予想以上のものでした。私の目的はもちろんのこと、スポーツ科学がスポーツ界にどれだけ重要であるかを学ぶことができました。すべての実験で普段触れることができないような機械を使わせていただき、本当に充実していました。特に感心したのは、ハイスピードカメラとモーションキャプチャーを使った実験です。撮ることができるコマ数が普通のカメラより非常に多く、細かく自分の動きを見ることができました。このように自分の動きを客観的に見ることはなかなかできないことで、競技力向上に一步近づけました。今回のキャンプでは、スポーツ選手はどのようなトレーニングをしているのか、支える側はどんな手助けができるのかなど、スポーツをもっと深く知ることができました。また進路選択の参考にもなりました。これからこのサマースポーツサイエンスキャンプで学んだことを普段の生活や運動に大いに生かしていきたいと思います。

題

名

スポーツ科学の最前線を経験して

今回僕はサマー・スポーツサイエンスキャンプを体験して、スポーツ科学がどのようにして競技やパフォーマンスに活かせるのかを学ぶ事ができました。

初日のインドロ構築では、ミオスタチンとロホはねる遺伝子による遺伝子ドーピングの話が気になりました。この遺伝子を使って遺伝子操作されたベルギー・アングルーという牛は見た事あったのですが、人間にも使われた事があった事に驚きました。

二日目では、筋電図を使って、ヒトの体が電気で動いている事を知り、最大酸素摂取量の推測を行い、筋電は、筋収縮によって波形の大きさの変化があり、とてもおもしろくトレーニングによく活かせられると感じました。

自転車運動による推測は、最大酸素摂取量からどうやって数値化するか、人の体力が、けりてどれくらいあるかがわかり、トレーニングの目標設定に役立つと思いました。

最終日は、ハイスピードカメラによる動作の三次元分析で自分の動きの動きを客観視でき、比較する事によって、今まで見えなかった部分を発見することができました。

二泊三日の中で他ではない貴重な体験を味わうことができ本当に良かったです。ここからの競技人生でこの体験をよく活かしていこうと思います。

私は将来世界で活躍する選手を支えたいという目標がありどのような指導をして、どのような技術を駆使してスポーツを科学するのか知りたくて貴学のスポーツサイエンスキャンプに参加させていただきました。今回のスポーツサイエンスキャンプを通して感じたことは二つあります。

一つ目は、スポーツ選手を指導するための技術は、とても進歩しているということです。例えば、モーションキャプチャーシステムを用いた動作の分析です。選手の動作を三次元空間で捉えることで動きの欠点などを多方面から観察できるものでした。その技術を見て、私も世界で活躍する選手を観察してみたいと心から思いました。

二つ目は、鹿屋体育大学の環境の良さに驚いたことです。施設見学や実験を通して、貴学以上にスポーツに打ち込めて、スポーツと関わり合える大学はないのではないかと思えるようなところでした。貴学に入学することができれば最先端の技術を学んだり、部活動に打ち込めると思うとワクワクが止まりません。今回のスポーツサイエンスキャンプに参加して鹿屋体育大学に入学したいと強く思いました。

そして、今回のスポーツサイエンスキャンプを支えてくださった講師やTAの皆様、貴重な体験をさせていただきありがとうございました。次に貴学を訪れる際は貴学の学生となってスポーツ科学の勉強をしたいと思えます。

題

名

サイエンスキャンプに参加して

私は、この3日間のキャンプでさらに体育に対する感心が強まりました。世界でも先端を行っている鹿屋体育大学の施設を見学したり体験することで、トップアスリートがどのように自身の競技力の向上を行っているかを肌で感じることができました。特に流水プールは印象に残っています。また、今までの私の中でのトレーニングの常識が覆りました。特に高強度のインターバルトレーニングの話は、今まで距離や時間をかけないと持久力は向上しないと思ってました。しかし短い時間でもう歩けないくらいまで追いこむほうが持久力が向上すると聞いて、将来指導者になったら、私も選手達にこのトレーニングをやらせてみたいと思います。

三日間で、様々なスポーツに関することを学べてとても充実したキャンプでした。体育大学はどのようなことを研究するのかを知れてよかったです。今回の体験を私のこれからの競技力向上に繋げたいと思います。

題

名

夢に向かって

僕は今回の「2019 サマー・スポーツサイエンスキャンプ<sup>o</sup> in 鹿屋体育大学」には、世界でも最先端を走る鹿屋体育大学で最先端のスポーツを学び、自分自身の競技力向上に繋がればと思いこのキャンプ<sup>o</sup>に応募しました。

今回のキャンプ<sup>o</sup>で僕は最大酸素摂取量の計測がとても為になりました。僕は今までそのようなものは言計測したことがなく、自分の競技力に自身を持つことができていませんでした。しかし今回最大酸素摂取量を言計測したことで自分が人よりもすぐれていることを数値として見る事ができて、自分に自身を持つことができました。今回のキャンプ<sup>o</sup>でたくさんのスポーツに関する知識を学んで、参加してよかったと思いました。