

令和4年度 スポーツトレーニング教育研究センター事業報告書

スポーツトレーニング教育研究センター長 高井 洋平

I. 主に取り組んだ事業（特記事項）

1. アスリートドックプロジェクト

本学の様々なスポーツ種目、および子供からシニアまでの幅広い年代の多様な競技種目のアスリートを対象として体力や技術の測定・評価を行い、それをフィードバックすることで競技力向上の支援を行う「アスリートドックプロジェクト」を実施した。今年度は、陸上競技、サッカー、柔道のアスリートを中心に、体力測定から得られた知見の発表や新しい体力評価の方法の開発がなされた。また、それらの成果を事例報告として学術論文17編、年次報告書に公表した。

2. 子供の体力向上プロジェクト（Exseedプロジェクト）

令和2年度に開発した、学校教育の中で実施可能な児童生徒の体力を増進するための運動プログラム「Exseedプログラム」を本センターの研究協力校を中心とした地元市内の学校にて実施した。また、動画サイトや放送局のスマートフォン用アプリで配信するなど普及活動も進めており、県外においても活用が進みつつある。

II. 事業報告

1. 教育（授業に関するものを除く）プロジェクト

該当なし。

2. 研究プロジェクト

① 子供～シニア選手のためのアスリートドックの実用化

- ・本学の競技選手（陸上競技、サッカー、柔道、登山など）を対象とした研究を実施し、測定結果を顧問教員へフィードバックした。（主担当：山本・藤田・高井）
- ・高校生自転車競技選手（鹿児島県立南大隅高校）を対象とした研究と実践を行った。（主担当：山口）
- ・アスリート・登山者の低酸素トレーニング法の検討と実践を行った。（主担当：山本）

② 学校教育で実施可能な児童生徒の体力を増進するための運動プログラムの開発

（高井・梶・栗山）

- ・小学生および中学生を対象とした研究をExseedプロジェクトとして、教育機関やイベントで指導者を派遣して運動指導を行った。
- ・Exseedの名称とロゴを株式会社鹿児島放送と共同で商標登録した。また、Exseedの車いすバージョン、座位バージョン、二人組バージョンを作成し、本学及び株式会社鹿児島放送のウェブサイトから配信した。

参考：子どもの運動プログラム（Exseed）

<https://www.nifs-k.ac.jp/outline/feel-approach-program/exseed/>

- ・Exseedの指導員認定資格制度を令和4年11月に整備し、令和4年度は49名の指導員を養成した。
- ・Exhike（登山バージョン）の運動プログラムが完成し、本学及び株式会社鹿児島放送のウェブサイトから配信した。また、商標登録の申請を令和5年4月に実施予定。

参考：登山者の運動プログラム（Exhike）

<https://www.nifs-k.ac.jp/outline/feel-approach-program/exhike/>

3. 社会連携・社会貢献プロジェクト

① 鹿児島県と連携したスポーツ指導者への研修セミナーの開催

・鹿児島県教育委員会と連携して、スポーツ指導者の再研修のための「スポーツリフレッシュセミナー」を令和5年1月に2日間にわたり開催した。(主担当：藤田)

② 鹿児島国体でのコンディショニングサポート対策を実施した。(主担当：藤田)

4. その他

① スポーツカウンセリング室を通年運営した。(主担当：高井)

② 『トレセンニューズレター』を令和5年1月に発行した。

③ 研究協力校との連絡会議を令和4年12月に開催した。

*上記事業に関する報告の詳細は『スポーツトレーニング科学』24巻として刊行予定

III. 決算報告

区分	金額	備考(使用内容)
人件費	369千円	カウンセリング室運営費(学生アルバイト)、スポーツリフレッシュセミナー講師謝金等
物件費	3,784千円	備品、消耗品、図書購入費、研究協力校会議費等
その他	820千円	保守点検費、修理費、研究協力校担当教員旅費、通信運搬費等
計	4,973千円	

IV. その他

1. 発刊物

『スポーツトレーニング科学』第24巻の刊行(主担当：高井、令和5年4月予定)

『トレセンニューズレター』第27号の発行(主担当：藤田、令和5年1月)

2. 開催会議状況

本センターの協力校等連絡会議の開催(主担当：高井、令和4年12月)

3. 広報活動

特記事項なし。

4. センター利用促進策の成果

特記事項なし。

5. その他

特記事項なし。