

題 名 スポーツサイエンスキャンプでの学び

私は今回のスポーツサイエンスキャンプで、体の構造、動きを講義や三次元分析の実験を通して学ぶことができました。後輩に教える時、自分の経験にもとづいた不確かな「感覚」で伝えていました。ですが、スポーツ科学によって、その動きそのものを言語化し、よりわかりやすく人に伝えることができるということを知りました。

高校3年生になり、志望校も将来やりたいこともはっきりしていたのですが、スポーツサイエンスキャンプでの魅力的な実験、講義を通して、自分のやりたい事は、きりし、鹿屋体育大学に行きたいと強く思える良い経験になりました。3日間ありがとうございました。

題

名

スポーツサイエンスキャンプを通して

私は、この2泊3日のスポーツサイエンスキャンプを通して、スポーツに対する考え方や印象が大きく変わりました。今までは、スポーツは運動能力やパフォーマンスだけが重要だと思っていたけど、3日間の講義や実習を受け、運動をコントロールするためのメンタルや、運動制御力、知覚なども重要になってくることが分かりました。特に印象に残っている講義、実習は『スポーツ活動の3次元分析』です。世界最長の50mのフォースプレートや、モーションキャプチャシステムを用いて、走りや垂直飛びの動作を分析したときに普段は見ることのできない関節の動きや地面反力、骨盤の位置、角度などが可視化でき、効率的な体の使い方を学ぶことができました。また、3次元分析はスポーツ動作の分析だけでなく、ケガを予防するために必要なトレーニング方法などの提案にも貢献していることが分かりました。このように動きの分析で自分の体の特徴を知ることによって、それぞれ個人に合った練習メニューが組み立てられ、トレーニングの内容がもっと具体的になったりと、競技力の向上につながるバイオメカニクスという分野を学ぶことができてとても良かったです。この3日間、充実した設備と環境のなかで、大好きなスポーツの奥深いおもしろさについて専門的に知れて、とても良い機会になりました。今回学んだことを今後の競技にもつなげていきたいです。また、将来の夢である体育教員になったときも、適切な指導ができるように生かせるらいいと思います。スポーツサイエンスキャンプに参加した3日間、たくさん刺激を受けた3日間でした。ありがとうございました！

題 名	スポーツサイエンスキャンプで学んだこと
私はこのキャンプに参加する前、講義内容を理解できるか、周りの人と話せるかなど様々な不安を感じていました。しかし初日から班の活動や食事の時間などでたくさん話をするうちに、すぐにみんなと仲良くなれて不安も感じなくなりました。 大学にある機器を用いた講義と実習では、私が今までに知らなかったことをたくさん学ぶことができました。特に印象に残っているのが、3日目の「スポーツ活動の3次元分析」です。垂直跳びは どうしたらより高く跳べるのかというテーマのもと、両足が地面に加える力や足の角度、上半身の傾きなどを測定し、グループディスカッションで意見交換をして考えを深めました。「垂直跳びで一番大切なことは何だろう」とか、「記録がいい人と悪い人の違いは何だろう」など、順を追って話し合っていくうちに、スポーツ科学の面白さに気づいていきました。最後にグループの意見を発表したこともいい経験になりました。 このスポーツサイエンスキャンプを通して、物事を多角的に見ることの大切さや面白さを学び、今学校でやっている研究に活かせる多くのことを吸収できました。このキャンプでの経験を家族や友達にアウトプットして伝えることでもう一度理解を深めたいと思います。 最後に、参加した仲間に出会い、一緒にスポーツについて深く考えることができ、本当に良かったです。3日間ありがとうございました。	

まず、僕はこのスポーツサイエンスキャンプに参加して良かったと思っています。このキャンプに参加したきっかけは先生の紹介でした。僕は将来スポーツメーカーに入り、スポーツ用品を開発したいという夢があったし、課題研究にも役立つと思い参加することを決めました。

実際にキャンプに参加して初めて一番強く感じたことはスポーツは科学と深く結び付いているということです。キャンプではいくつかの講義と実験も体験しました。最もおもしろかったのは光学式モーションキャプチャシステムやハイスピードカメラを用いて3次元で人の動きを観察するという実験です。このような装置を使うことで人の動きをデータ化することができ、動きの改善につながるということがわかりました。今後は科学技術の発展に伴い、スポーツ分野の研究もより質の高いものになるのだから感じました。

最後に、このキャンプで貴重な体験をさせていただき本当にありがとうございました。

題 名	鹿屋体育大学で学んだ事。
-----	--------------

3日間お世話になりました。私は高校一年生で、はじめての大学のイベントの参
加したんですけど、はじめてのイベント参加はやっぱり一番興味のあることをや
りたいとおもっていたのでスポーツサイエンスキャンプに参加しました。最初は
うまくコミュニケーションがとれるか不安だったんですけど先輩や色んな人が話
かけてくれてすごく楽しかったです。3日間で、学校では普段学べない知識を学
べてすごく貴重な体験ができました。また、自分はサッカーをされていて鹿屋体育
大学で学んだ事はサッカーにも活かせる事がたくさんあったので今後に活かした
いです。まだ進路ははっきりとはい決まっていらないんですけど、鹿屋体育大学も
一つの候補として考えたいと思いました。この3日間毎日新しい知識が入ってき
てすごく楽しかったです。いい経験になりました。ありがとうございました。

題名	スポーツサイエンスキャンプに参加して
----	--------------------

今回のスポーツサイエンスキャンプに参加してとても良かったと思いました。まず、鹿屋体育大学の良さを知ることができました。鹿屋体育大学の設備は整っていて、研究をより詳細に探求できるように道具が揃っていました。フォースプレートやモーションキャプチャー、流れるプール、酸素カプセルなど多種多様な設備がありとても驚きました。特にフォースプレートは世界 1 長くスタートだけでなく中間の走りも調べられるのですごかったです。一本走るだけでどこにどのくらいの力が加わっているかが分かり、自分の走りの課題がすぐ分かりました。日本代表の選手が来て練習すると聞いて、鹿屋体育大学はスポーツ研究するところおきの場所だと感じました。また、講義の内容はとても面白く、ためになるものばかりでした。講義の中で心に残っていることは、意識的に運動をするよりも、無意識的に運動したほうが結果が良くなっていくということです。今までずっと考えて動いてきたので直感頼ったほうがいいことが分かりました。動きを体に覚えさせるということはこれが理由なのかなと思いました。

また、参加したことで全国各地に色々なスポーツを行っている友だちができました。今まで同じ県の同じスポーツをしている友達が多かったのもとてもいい刺激になりました。三日間という短い間でしたがとても充実した時間でした。

この3日間で学んだことを学校生活や部活で活かされるようにこれからも頑張っていきたいです。み

私は今年の夏休み鹿屋体育大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。鹿屋体育大学で講義などを受ける前は体育大学という名前なのでスポーツばかり取り組んでいる大学かと思っていましたが、講義を受けてイメージが覆りました。講義を受けてみると想像とは打って変わってまるで理科の実験をしているかのような講義などもあり、それと同時に今まで自分は自分の身体について無知だったのだと思い知らされました。私が講義を受けた身体組成やスポーツ心理学などどれも今後のスポーツ選手としてとても役に立つ情報ばかりでした。例えば身体組成の講義で出せる出力は筋力に比例するという事を聞いてから今まで疎かにしていたウエイトトレーニングを自主的に取り組み始めました。またスポーツ心理学の授業で学んだ心理学的な側面から練習効率をあげれるという事を聞いてから今まで以上に練習に集中して取り組んでいます。このように鹿屋体育大学スポーツサイエンスキャンプではとても有意義 3 日間を過ごせました。

題 名

スポーツサイエンスキャンプに参加して

今回スポーツサイエンスキャンプに参加して、スポーツ科学の最先端やスポーツ科学の役割について詳しく学べることが出来ました。また多くの体験をすることかでき、実際の動き方や測り方などを学びました。私が体験した中で1番印象に残っていることは脳からの微弱な電流を測りることでした。重りを同じ角度で持ち上げ続けることはすごく大変でした。しかし、ぎっくになってきてお頑張って持ち上げようとするうちに脳からの微弱な電流が大きくなっていることに驚きました。あまり体験することかできないことが鹿屋体育大学ではすることか可能ですごく貴重な体験をすることかできました。また、施設内の設備など見たことのない機械がたくあってすごく充実していて驚きました。そして、このキャンプを通して他の高校の人とも交流することかできました。最初はちゃんと上手くやっていけるか不安でした。しかし、それぞれしている競技や住んでいる県が異なっているお、みんな仲良く話したり、行動することかできて良かったです。

3日間という短い期間でしたが本当にありがとうございました。

題 名

スポーツサイエンスキャンプに参加して

私は今回のスポーツサイエンスキャンプに参加して、忘れられないような体験をすることができました。

初日は、初めて出会う人と 3 日間過ごすことに不安がありました。しかし、講義を受けさせてもらったり、周りの人とコミュニケーションを取ったりしていくとその不安は無くなりました。私が特に印象に残っている講義は、最終日の「スポーツ活動の 3 次元分析」です。体にマーカーをたくさんつけて、動作を分析するといったものです。この実験はテレビで見たことがあったので是非やってみたいと思い、実際に体にマーカーをつけて実験に参加させてもらいました。鹿屋体育大学には国内でも所有している施設が限られているという、貴重な地面反力を計測するプレートがありました。その上で垂直跳びを行い、他の人との動きの違いを分析しました。よくスポーツをする時に動画で撮って動きの確認をすることがありますが、それだけでは分からない、骨盤の位置や股関節角度などといったものにも着目し動きの分析をしました。大学院生の方が、わかりやすい言葉で、的確にアドバイスしてくださったのでとても面白く、スポーツの動作についてもっと詳しく学んでみたいと思いました。キャンプが終わる頃には、初日の不安はなんだったのかというほど、楽しかったという気持ちしかありませんでした。もちろんスポーツ科学は難しく複雑なものだと思いますが、それよりも面白いという気持ちが勝りました。

この 3 日間を過ごして、このキャンプに参加して良かったと心から思います。私は、鹿屋体育大学でスポーツ動作について学びたいと思っているので、これをモチベーションに、勉強も部活も頑張りたいと思います。3 日間ありがとうございました。

来年以降このキャンプに参加する方へ、このキャンプでは普段では経験できないような実験を行うことができます。私は参加してよかったと心から思っています。是非参加しましょう！

題 名

スポーツサイエンスキャンプに参加して得たこと。

僕は、顧問から勧められてこのキャンプに参加しました。陸上部に所属し、走高跳を種目にしていて、1年以上記録が更新でずすにいました。このキャンプに参加し、筋肉とかの身体面、精神面において、自分を強くしたいと思い参加しました。

初日の講義では、身体組成に関することを学び、身体の仕組みを可視化すること、鍛え方へどう理解した上でパフォーマンスの向上につなげることを学びました。

2日目は、筋活動とバリエーションについて学び、今の自分はどの様子を、より実践的に内容を教えてもらいました。筋活動については、とにかく継続してトレーニングすること、最後に結果を出すために不可欠ということを知りました。イメージトレーニングだけでなく、成長のために、毎日、少しでも積み重ねることが自分のパフォーマンス向上につながると思えました。

バリエーションの講義では、たとえ運動能力が抜群にあっても、強いメンタルが備わっていないと、運動パフォーマンスは向上しないと学びました。自分は、周りの目を気にして大会には、異常なまでに緊張し、いつも後悔を残してばかりでした。自分からやってきた練習や努力に自信を持って、自分の空気感を保って大会に臨めば、納得するパフォーマンスができるようになるんじゃないかと考えました。

レベルの高い講義だったので、限られた人しか学べないし、とにかく自分に役立つ内容を学べ、これからの部活に自信を持って練習できよう。

絶対3日間1人で勉強する人だかと思っていて、同じ部活をやっている人とか、学年が同じだった人、お互いに仲良くはれたし、これから先、絶対に忘れることのない経験にはなった。仲良くなった結果、垂直跳びで負けたことが、とにかく悔しいです。スポーツサイエンスキャンプが終わってしまったが、とにかく楽しかった。

題名	スポーツサイエンスキャンプに参加して
私は、このスポーツサイエンスキャンプへの参加は2回目になりました。今回の参加は、前回より沢山のことを学ぶことができました。このスポーツサイエンスサイエンスキャンプで学ぶ内容は高校とは違いとても難しく大変でしたがとても興味を持てる内容もあり、楽しいスポーツサイエンスキャンプでした。 私が特に興味を持った講義は心理学の講義です。「人間の脳には知らないうちに環境に適するように働いている」ということを前回からより深く知ることができ、これからの課題研究に活かしていこうと思いました。 また、鹿屋体育大学にしかない機器や施設などがあり、貴重な経験をすることができました。また他県から多くの競技経験者が集まり、それぞれの学校の話や競技のポイントを聞くことができ多くの刺激をもらいました。 私は、将来の進路先や夢が定まっていない状況で今回のスポーツサイエンスキャンプの参加で新たな発見もあり、興味が深まり、自分の将来の選択肢を増やすきっかけになりました。また、現在、学校で取り組んでいる課題研究のアドバイスも頂くことができたので充実した研究につながるよう頑張りたいと思います。この3日間は、私の競技力向上や将来に向けた進路選択に大いに活かすことができる内容でとても充実しており有意義な時間でした。今回もこのスポーツサイエンスキャンプに参加させていただき本当にありがとうございました。	

3 日間、スポーツサイエンスキャンプに参加させていただき本当にいい経験になったと思っています。今まで、スポーツを科学的に捉えるという言葉にあまりピンときていませんでした。しかし、このスポーツサイエンスキャンプで沢山の視点からスポーツを捉えて研究されている先生方のお話や実際に実験をしていく中でスポーツを科学的に捉えるという意味や、科学とスポーツは組み合わせりながら発展していることが分かりました。そして、鹿屋体育大学の施設・設備にもとても感動しました。今まで進路について深く考えていませんでしたが、こんなにも充実した設備があり、自分の関心ある分野の研究が取り組めることは本当に素晴らしいと思いました。自分が将来取り組んでみたいことの一つになりました。スポーツの関わり方にも色々な種類があって、競技に直接関わるもの、競技を行う前の段階で選手をサポートするものなど、様々な役割があり、沢山の人の支えで自分は今スポーツに打ち込んでいると改めて感じました。今私が競技に取り組んでいることに感謝を忘れず目標達成できるように頑張っていきたいと思いました。

講義の中で、特に心に残ったのはスポーツ活動の3次元分析です。実際に、日本トップレベルの選手も走るフォースプレートが設置されたタータンで走らせてもらい、自分の地面に伝える力の強さを見たり、モーションキャプチャーで動きを分析したりしました。科学とスポーツを組み合わせるととても詳細に分析ができ、競技力向上に繋げることができる実感しました。

キャンプを終えて、改めていい経験をさせてもらったと思います。この3 日間、スポーツについて新しいことをたくさん知り、人間の体に仕組みに何度も驚き、学ぶことがとても楽しいと感じました。今回学んだことを沢山の人のアウトプットしながら、さらに学びを深めていきたいと思います。また、機会があれば貴学のスポーツサイエンスキャンプに参加したいと強く思いました。このような機会をいただき本当にありがとうございました。

今回、スポーツサイエンスキャンプに参加させていただき、今後の私の夢の実現につながるきっかけを得ることができて、本当に良かったです。鹿屋体育大学の関係者のみなさまに心から感謝しています。

私は全国有数の体育設備とスポーツ科学を学べる環境が整っている鹿屋体育大学でのスポーツキャンプに3つの目的をもって参加しました。1つ目は将来、私は体育教員を目指しているので、体育教員に必要なコミュニケーション能力と実技スキルを身に付けるためのきっかけづくりとすること。2つ目は現在取り組んでいる陸上競技の400Hの上達につながるヒントを得て、自校の部員にも伝え、強い陸上競技部を目指すこと、そして3つ目は全国の同じ志を有するスポーツが大好きな仲間が集うので、3日間で友達を1人でも多くつくることを目的としました。

実際に参加して、この3つの目的を概ね達成できたと思いますが、キャンプを通してスポーツ科学の楽しさと奥深さを学ぶことができました。SPセンターでは、世界最長の50mのフォースプレートが整備されており、実際に測定させていただいた結果、私は加速や垂直成分の動きは良いという判定が出ましたが、進行方向成分での動きが良くなって前に進んでいく力が弱いことが分かりました。これを受けて参加後の練習では、無駄な上下動作を控え、接地と股関節の連動性を向上し、前方向へ力が伝わるような動作改善トレーニングをミニハードルやドリルなどで意識的に取り入れています。結果、9月2日に地元で開催された記録会ではベストを更新できたので、日頃のトレーニングはがむしゃらに練習することも時には必要ですが、スポーツ科学的な要素も取り入れていくことが大切であることが分かりました。現在、新人戦に向け練習に励んでいます。部員にもこのことを伝えて、メンバー一人ひとりの意識が変わり、チームとして強くなれればと思っています。

最後に、今回、陸上やテニスなど様々な競技に取り組む仲間と出会うことができ、キャンプ中に色々と話すことで、私自身の視野が非常に広がりました。これからも今回友人となった仲間と連絡を取り合いながら、互いの夢の実現に向け、取り組んでいきます。そのためにはまずは大好きなスポーツ科学や体育教育学を思う存分学べるができるよう、勉強と部活動に励み、大学入試を突破したいと思います。この度は本当にありがとうございました。

題 名	スポーツ科学の幅広さ
-----	------------

私が今回のスポーツサイエンスキャンプを通して学んだことはスポーツ科学の幅広さです。これまでスポーツ科学と聞くとスポーツバイオメカニクスや筋肉に関する研究を思い浮かべていましたが、脳や神経などに関する分野もたくさんあるということが分かりました。またトップアスリートの競技力向上のためだけでなく、一般の人の健康を守りすべての人が幸せに生きていくことにもスポーツ科学の研究は役に立っていることを学びました。特に印象に残っているのは心理学での講義で、トップアスリートはどうして上手いのか、そのためにどうすればいいのかを動作中の考え方に焦点を当てて学ぶことができました。対人スポーツが例に出っていたので、自分の行っているスポーツにも応用できるようにこれからもっと勉強してみたいなと思いました。

鹿屋体育大学には陸上やサッカーの動作解析ができる施設をはじめ、流水プールや低酸素室など素晴らしい施設がそろっていました。講義もすべて面白く自分のやりたいことが明確になったと思います。これまで大学でスポーツ科学についてどのようなことを学べるのかわからなかったのですが、このスポーツサイエンスキャンプを通して少しだけ知ることができて、私も大学でスポーツ科学を学びたいと思うようになりました。様々な施設のそろった鹿屋体育大学でスポーツ科学について学ぶことができて本当に楽しかったです。3日間ありがとうございました。