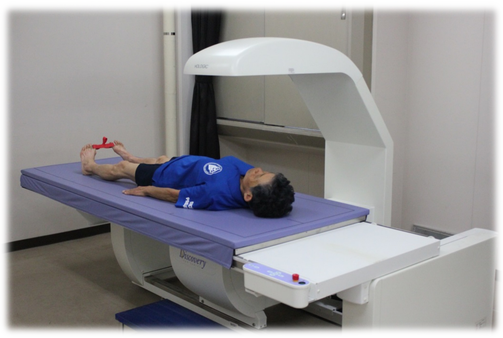
総合型選抜の学生を対象とした アスリートサポートプロジェクトの試行

スポーツイノベーション推進機構　スポーツパフォーマンス・コーチング部門

事業概要

本プロジェクトはスポーツイノベーション機構のスポーツパフォーマンス・コーチング部門が中心となり，すでに本学が進めているSHEEPプログラムに倣い，総合型選抜（以下，SSとする）で入学した学生を対象としたサポートプログラムを展開する．具体的には大きく2つの内容で進める．一つは国際大会で活躍するためのアスリートサポートである．本学が所有する各種の測定設備を用いた測定とそれらのデータを用いたフィードバック，さらに専門家によるアスリート教育を行う．具体的な測定は，モーションキャプチャやフォースプレートを用いた動作分析，高速度カメラを用いた動作記録，DXAを用いた身体組成測定，各種フィールドテストなどである．フィードバックにあたっては結果のみでなくその測定結果の持つ意義や測定の仕組み，各結果間の関連性などについての知識も提供する．この内容を実施するにあたっては，対象となる学生の部活動指導教員にも協力を仰ぐ．もう一つはアスリート教育である．スポーツ界のオピニオンリーダーとしての素養を養うことを目的に，上記のフィードバックや栄養学，心理学による競技力向上に向けてのスポーツ科学に関する知識の提供に加え，メディア対応，海外文化の理解，アスリートとしての社会貢献など，各分野の専門家による講義を行い，オピニオンリーダーとしての資質の向上を図る．

研究成果・実績



二重エネルギーX線吸収法
（dual energy X-ray absorptiometry: DXA法）
骨塩量や骨密度測定の原理を
応用した方法
2種類のX線を用い、それらが各組織を
通過した際の減衰率から身体組成を
算出する

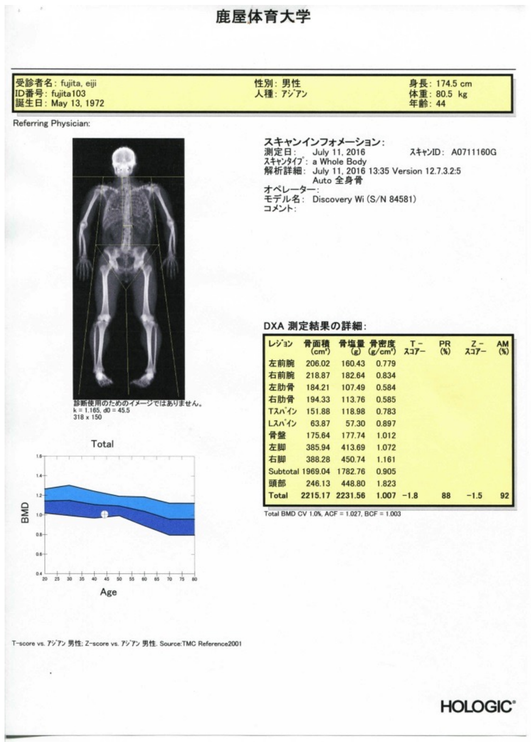


図1　DXA法による身体組成の測定

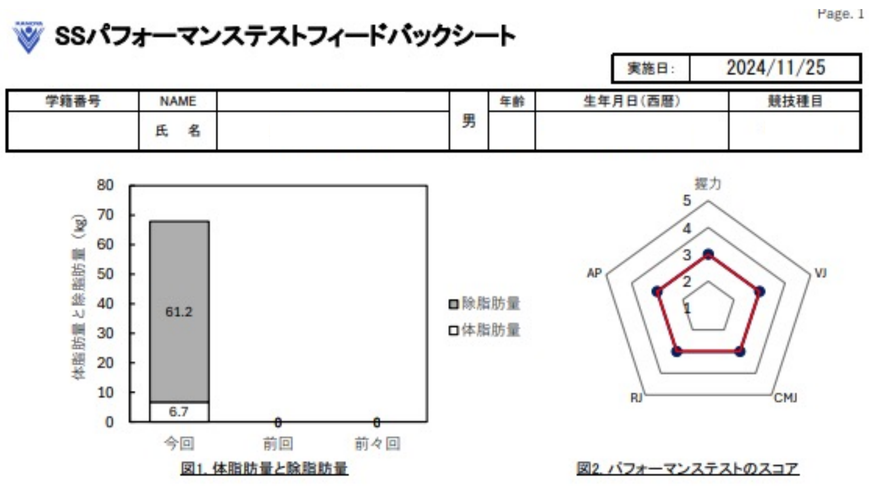


図1. 体脂肪量と除脂肪量　　図2. パフォーマンステストのスコア

		今回	前回	前々回	シニア平均
基本的体格	身長 [cm]	166			175.8 ± 7.7
	体重 [kg]	67.9			74.6 ± 13.4
	体脂肪率 [%]	9.8			12.3 ± 4.6
	除脂肪体重 [kg]	61.2			64.5 ± 9.5
筋力・筋パワー	握力（右）[kg]	54.4			53 ± 8
	握力（左）[kg]	52.9			
	垂直跳（腕振りあり）[cm]	52.9			51.5 ± 8
	垂直跳（腕振りなし）[cm]	43.1			44.7 ± 7.1
	リバウンドジャンプ [index]	2.493			3.006 ± 0.77
	メディシンボール投げ（前）[cm]	14.6			
	メディシンボール投げ（後）[cm]	14.4			
	無酸素パワー最大値 [W]	973			1209 ± 225
	無酸素パワー最大値 [W/kg]	14.3			16.1 ± 1.9

参考値：JISSフィットネスチェックハンドブック（2020）

＜測定項目＞
〇身体組成
・身長
・体重
・体脂肪率
・除脂肪体重

〇パフォーマンス
・握力（左右）
・垂直跳び（腕振りあり, なし）
・リバウンドジャンプ
・メディシンボール投げ（前・後方向）
・無酸素性パワー（自転車エルゴメーター）

図2　体力テストのフィードバックシート

アスリートサポートを受けた学生のコメント

〇DXAについて
・測定結果をトレーニングの目安や、部活動スタッフとの情報共有に活用することができた
・前年度や他の学生との比較により、自身の現状を確認する機会となった

〇共通体力測定について
・今後のトレーニングで改善すべき具体的な課題の発見につながった
・前年度や他の学生との比較を通して、自身の特徴や課題を確認する機会となった

〇内藤氏による講演について
・国内外のバレーボールのカテゴリーについて学び、自身の競技レベルや現在地を考える機会となった



図3　内藤氏（日本バレーボール協会）による講演の様子

今後の事業の展望

令和7年度は事業開始当初に予定していた事業を概ね実施することができた．本年度は昨年度の反省を生かして，学生に定期的にリマインドをかけ，各事業への参加を促すようにしたため，昨年度より多くの学生がそれぞれの事業に参加したといえる．
また令和8年度も事業の継続を計画しており，令和5年度入学の新4年生から令和8年度入学の新1年生までの全学年を対象とする予定である．学生からのフィードバックを参考に事業の展開方法を整理しつつ，他部署とも共同して，本事業をSHEEPのような正課外活動として位置付けることについても検討していきたい．