

平成 25 年度

広島大学
スポーツ科学センター

年報

広島大学スポーツ科学センター

はじめに

平成 23 年 11 月 9 日に提示された「スポーツ科学センターの改善案」をふまえた 2 年目の取り組みとなった平成 25 年度は、教育、研究、課外活動、社会連携の 4 部門それぞれにおいて、改善案に示された内容を反映させた取り組みを行ってきました。

まず教育部門では、教養教育の全学体制での実施という基本方針に基づき、体育系教員による安定した実施体制を築いてきました。また、受講する学生のニーズを反映したスポーツ種目の開設や実施種目ごとに定員を設けることで、授業としての質をある程度確保することに努めてきました。その結果、教養教育「健康スポーツ科目」の報告にあるように、授業評価として受講した学生から高い満足度を得ることができました。さらに、今年度は文部科学省より 18 歳・19 歳学生の体力・運動能力調査の依頼を受け、新体力テストを実施しました。

研究部門では、本学教職員を対象としたスポーツ教室を行うと共に、教室への参加前後における気分の調査を行いました。その結果、教室の参加者においては、活動前後でエネルギー覚醒度が有意に増加することなどが明らかとなりました。同様の調査を教養教育の「スポーツ実習」においても行いましたが、学生が参加するスポーツ実習における気分の変化についても更なる研究を進め、授業の目的や内容の改善に役立てる必要があると思われます。さらに、本年度の新規事業として、課外活動活性化のための調査を実施しました。具体的には、課外活動の活性化やスポーツに関連した人材育成のために他大学で行われている内容についての実態調査を行い、本学における課外活動活性化のための基礎資料を得ることができました。

課外活動部門では、スポーツ系課外活動団体が実施する地域貢献事業への補助として、前年度と同様の 7 事業を実施しました。その結果、東広島市を中心とした約 900 名の小・中学生の参加を得ることができ、年々充実してきています。また、体育会主催の「スポーツリーダーズセミナー」において、セミナーの内容や講師派遣について相談・協力し、「ハラスメントのないキャンパスライフ」などクラブの幹部として必要な知識や心構えを学ぶ講演を提供しました。

社会連携部門では、市民を対象とした公開講座を 2 講座行い、参加者の多くから高い満足度を得ました。さらに、研究員が関与している学外団体主催の事業に対しても積極的に支援し、あわせて 12 事業を実施しました。研究員の多くの方が、大学における教育・研究と並行して、社会貢献活動に積極的に参加していることがうかがえます。

以上のように、提示された改善案をふまえ、平成 25 年度もそれぞれの部門の充実を図ってきました。今後は、各事業の成果についての検証も見据え、各事業のさらなる充実を図っていききたい。

平成 26 年 3 月 27 日

スポーツ科学センター長
東川安雄

目 次

はじめに	1
《平成 25 年度活動報告》	
I. 平成 25 年度活動の概要	3
II. 教育部門	
1. 教養教育「健康スポーツ科目」	5
2. 健康スポーツ科目の FD 研修会	10
III. 研究部門	
1. スポーツ科学セミナー	12
2. 健康スポーツ科目及び教職員スポーツ教室への参加による気分の変化	13
3. 教職員スポーツ教室	14
IV. 課外活動部門	
1. 西体育館トレーニングルーム非常勤職員の推薦	17
2. 体育会主催「スポーツリーダーズセミナー」への協力	18
3. スポーツ系課外活動団体が実施する地域貢献事業	19
(1) 体育会硬式庭球部主催「広大オープンテニス大会」	19
(2) 体育会柔道部主催「柔道教室」	20
(3) 体育会サッカー部・女子サッカー部主催「サッカー教室」	21
(4) 体育会陸上競技部主催「小学生陸上競技教室」	23
(5) 体育会柔道部主催「第 8 回フェニックス杯柔道大会」	24
(6) 体育会バレーボール部主催「第 18 回もみじ杯バレーボール大会」	25
(7) 体育会バスケットボール部主催「フェニックスバスケットボールクリニック」	26
V. 社会連携部門	
1. 公開講座「スポーツを通じた健康学セミナー」	27
2. 公開講座「家でもできる健康体操」	28
3. バウンドテニス教室	30
4. 日本ランニング学会主催「中高年のランニング教室」	31
5. 広島陸上競技協会主催「小学生陸上競技出前講座」	32
6. 日本陸上競技連盟主催「JAAF ジュニアコーチ講習会」	33
7. スポーツメンタルトレーニング基礎セミナー	34
《諸会議》	
I. スポーツ科学センター運営委員会・教員会・部門長会議	35
《組織》	
I. スポーツ科学センター研究員	36

《平成 25 年度活動報告》

I. 平成 25 年度活動の概要

部門	事業	世話人	参加者
(1) 教育 部門長： 磨井祥夫	①教養教育「健康スポーツ科学」	磨井祥夫	スポーツ実習： 3,074 (3,040) 名 健康スポーツ科学 1,246 (1,323) 名
	②健康スポーツ科目の FD 研修会		延べ 14 (14) 名
(2) 研究 部門長： 関矢寛史	①スポーツ科学セミナー	関矢寛史	80 (140) 名
	②健康スポーツ科目及び教職員スポーツ教室への参加による気分の変化	関矢寛史	
	③教職員テニス教室	関矢寛史	60 名
	④教職員ウォーキング教室	加藤荘志	27 名
(3) 課外 活動 部門長： 出口達也	①西体育館トレーニングルーム非常勤職員の推薦	東川安雄	21 (20) 名
	②体育会主催「スポーツリーダーズセミナー」への協力	東川安雄	120 (130) 名
	③スポーツ系課外活動団体が実施する地域貢献事業		
	ア) 体育会硬式庭球部主催「廣大オープンテニス大会」	関矢寛史	146 (186) 名
	イ) 体育会柔道部主催「柔道教室」	出口達也	150 (100) 名
	ウ) 体育会サッカー部・女子サッカー部主催「サッカー教室」	丸山啓史	100 (30) 名
	エ) 体育会陸上競技部主催「小学生陸上教室」	東川安雄	30 (30) 名
	オ) 体育会柔道部主催「第 7 回フェニックス杯柔道大会」	出口達也	350 (400) 名
	カ) 体育会バレーボール部主催「第 17 回もみじ杯バレーボール大会」	橋原孝博	24 (20) チーム
	キ) 体育会バスケットボール部主催「フェニックスバスケットボールクリニック」	上田毅	80 (40) 名
(4) 社会 連携 部門長： 上田毅	①公開講座「スポーツを通じた健康科学セミナー」	木庭康樹	延べ 180 (216) 名
	②公開講座「家でもできる健康体操」	東川安雄	延べ 64 (196) 名
	③バウンドテニス教室	磨井祥夫	59 (119) 名
	④ノルディックウォーキング教室	東川安雄	0 (35) 名
	⑤日本ランニング学会主催「中高年のランニング教室」	東川安雄 和田正信	69 (41) 名
	⑥広島陸上競技協会主催「小学生陸上競技出前講座」	東川安雄	2600 (700) 名
	⑦広島県教員団バレーボール部主催「平成 25 年	橋原孝博	

	度広島県バレーボール教室」 ⑧日本陸連「JAAF ジュニアコーチ講習会」 ⑨広島県教育委員会「柔道指導者実践講座」 ⑩広島市教育委員会「中学校保健体育授業改善 研修」 ⑪広島市教育委員会「中学校武道指導者研修会」 ⑫東広島市教育委員会「夢・感動推進事業」 ⑬スポーツメンタルトレーニング基礎セミナー	東川安雄 出口達也 出口達也 出口達也 出口達也 関矢寛史	45 (45) 名 88 (0) 名
(5) その他	・年次報告書の作成	東川安雄	

() 内数値は平成 25 年度。

Ⅱ. 教育部門

1. 教養教育「健康スポーツ科目」

授業の目標

体力・健康づくりのための科学的理論を学習するとともに、自己の特性やスポーツの技能水準に適合したスポーツの実践を通じて、生涯にわたってスポーツを親しむ態度・マナーや協調性等の社会的スキルを習得することを目標とする。

授業の内容

生涯にわたり健康を考える科目として、実習科目と講義科目をまとめて一つの科目区分をして提供する。実習科目には「スポーツ実習 A」, 「スポーツ実習 B」(障害のある学生, 体力に自信のない学生対象) があり, 講義科目には「健康スポーツ科学」がある。

カリキュラムの概要

1. スポーツ実習・健康スポーツ科学ともに, 学部学科などの指定時間枠はない。学生はどの曜日・時限においても履修することができる。
2. スポーツ実習では, 安全面, 施設・設備, 授業効率等を考慮し, 受講学生数の上限を設けている。
スポーツ実習 A : バドミントン 54 名, テニス 48 名, バレーボール 40 名, 卓球 48 名, バスケケットボール 42 名, ソフトボール 40 名, サッカー 39 名, オリエンテーリング 50 名, スクーバ 40 名, 気功体操 40 名, ジョギング 20 名, フットサル 30 名, トレーニング 20 名, カヌー&野外実習 (集中授業) 50 名, スキー実習 (集中授業) 40 名。
スポーツ実習 B : 10 名
3. スポーツ実習の目的は次のとおりである。
スポーツ実習 A では, 基礎的な体力に加え, スポーツの基本的スキルやルールの習得, さらにゲームでの適応力を身につける。個々のスポーツの基礎的な技術, 作戦, ルールを学習し, 生涯にわたり年齢・体力に応じた運動を行うことができる素地を養うことを目的とする。また, マナーや協調性などの社会的スキルを身につけることを目的とする。
スポーツ実習 B では, 身体障害者・有疾患学生を対象とし, 個人処方を基礎にして運動・スポーツを学ぶ。身体的障害・疾病あるいはその他の理由により, 長期にわたり他のスポーツ実習科目を受講することが困難である学生, 及び体力に自信のない学生を対象とし, 個人に適したスポーツを選択し実施する。また, 障害に応じて, リハビリテーションを目的とした筋力トレーニングを行うこともある。
4. 開講コマ数と受講者数は次のとおりであった。
スポーツ実習
前期 : スポーツ実習 A 46 コマ, スポーツ実習 B 1 コマ, 受講者数 1,588 名
後期 : スポーツ実習 A 47 コマ, スポーツ実習 B 1 コマ, 受講者数 1,486 名
健康スポーツ科学

前期：6コマ，受講者数 753 名

後期：7コマ，受講者数 511 名

スポーツ実習 A (集中授業) の実施内容

1. カヌー&野外実習 (前期)

日程：2013年8月9日(金)～8月12日(月)

参加費：¥10,000 (現時集合・現地解散，交通費別途)

宿舎：国立大洲青少年交流の家

〒795-0001 愛媛県大洲市北只 1086

担当教員：総合科学研究科教員 4名

(和田 正信，磨井 祥夫，長谷川 博，木庭 康樹，TA：2名)

受講者：男子 (18名)，女子 (17名)，合計 (35名)

*実習後，受講者に簡単なアンケート調査を行った。



2. スキー実習 (後期)

日程：2014年2月19日(水)～2月23日(日) (4泊5日)

場所：北海道トマムスキー場

参加費：¥97,000 (レンタル代は別途)

宿舎：トマム・ザ・タワー

〒079-2204 北海道勇払郡占冠村字中トマム

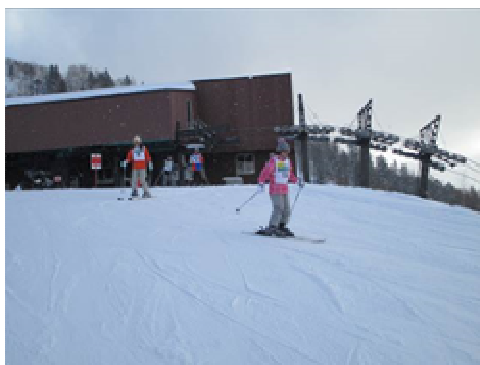
担当教員：総合科学研究科教員 5名

(和田 正信，船瀬 広三，関矢 寛史，長谷川 博，木庭 康樹)

受講者：男子 (14名)，女子 (16名)，合計 (30名)

受講資格：スキー初心者から上級者までのあらゆるレベルの者

*実習後，受講者に簡単なアンケート調査を行った。



授業評価アンケート結果

学生による授業評価アンケートが全学で実施されている。平成 24 年度の健康スポーツ科目のアンケート結果は次のとおりであった。

1. スポーツ実習

授業評価アンケート（実験・実習用）は、受講した学生自身に関する質問として、Q1 出席，Q2 取り組み，Q3 予習・復習があり，教育内容等に関する質問として，Q4 シラバス，Q5 難易度，Q6 進捗，Q7 安全性，Q8 教材，資料，Q9 説明，Q10 準備，Q11 満足度がある。それぞれの項目の回答は3～5の選択肢からなり，1～4点の評価点に換算される。

スポーツ実習の受講生数は，前期後期合わせて3,074名であり，そのうち1,432名が回答した。回答率は47%であった。

学生自身に関する質問項目の評価点平均は，Q1 出席：3.55点（3.6点），Q2 取り組み：3.67点（3.6点），Q3 予習・復習：2.33点（2.5点）であった。（ ）内に，前期の教養教育平均を示したが，スポーツ実習は，受講生の予習・復習の時間が少ない傾向がみられた。

教育内容等に関する質問項目の評価点平均は，Q4 シラバス：3.37点（3.4点），Q5 難易度：3.85点（3.8点），Q6 進捗：3.91点（3.9点），Q7 安全性：3.52点（3.4点），Q8 教材，資料：3.37点（3.3点），Q9 説明：3.37点（3.3点），Q10 準備：3.43点（3.4点），Q11 満足度：3.56点（3.4点）であり，スポーツ実習は受講生の満足度が高い傾向がみられた。

2. 健康スポーツ科学

授業評価アンケート（講義用）は，受講した学生自身に関する質問は，実験・実習用のアンケートと同じであり，教育内容等に関する質問は，実験・実習用にある安全性の項目が除外されており，全部で10個の質問項目となっている。

健康スポーツ科学の受講生数は，前期後期合わせて1,264名であり，そのうち541名が回答した。回答率は43%であった。

学生自身に関する質問項目の評価点平均は，Q1 出席：3.49点（3.4点），Q2 取り組み：3.17点（3.1点），Q3 予習・復習：1.71点（1.8点）であった。（ ）内に，前期の教養教育平均を示したが，健康スポーツ科学は，受講生の予習・復習の時間が少ない傾向がみられた。

教育内容等に関する質問項目の評価点平均は，Q4 シラバス：3.27点（3.2点），Q5 難易度：3.77点（3.6点），Q6 進捗：3.82点（3.8点），Q7 教材，資料：3.21点（3.1点），Q8 説明：3.26点（3.0点），Q9 準備：3.41点（3.2点），Q10 満足度：3.26点（3.1点）であった。健康スポーツ科学の特徴として，難易度が適切であり，教材・資料が授業内容の理解に役立ち，教員の説明がわかりやすく，教員の授業に対する準備が十分であり，受講生の満足度が高いことがあげられる。

学生の体力・運動能力調査結果

文部科学省から，男・女，18歳・19歳学生（各40名，計160名）の体力・運動能力調査の依頼があった。この調査依頼のあった年度は，スポーツ実習の授業を利用して新体力テストを2週間にわたって実施している。今年度の対象スポーツ実習クラスは，男女受講生数を考慮し，水曜日開講の8クラスとした。

表1 平成25年度の新体力テスト結果

男子	18歳			19歳		
	Mean	SD	N	Mean	SD	N
身長(cm)	172.2	5.9	80	171.2	5.8	26
体重(kg)	63.1	11.6	90	67.4	12.8	27
座高(cm)	88.5	4.4	88	87.6	4.5	23
握力(kg)	42.2	6.8	88	43.7	6.8	24
上体起こし(回)	30.6	6.3	89	30.1	7.1	24
長座体前屈(cm)	49.2	10.3	90	48.8	9.9	23
反復横とび(点)	58.1	5.9	88	56.7	4.7	22
シャトルラン(回)	84.0	21.7	86	68.4	16.0	22
50m走(秒)	7.50	0.76	85	7.77	1.08	22
立ち幅とび(cm)	235.1	21.5	88	227.8	21.9	22
ハンドボール(m)	24.6	6.0	85	24.6	5.1	23
得点合計(点)	54.2	10.2	78	50.2	11.0	19

女子	18歳			19歳		
	Mean	SD	N	Mean	SD	N
身長(cm)	157.8	4.4	79	158.6	4.1	21
体重(kg)	50.7	4.9	91	51.6	4.5	22
座高(cm)	82.4	3.3	92	82.6	2.7	22
握力(kg)	26.4	4.6	92	25.8	3.9	22
上体起こし(回)	23.5	5.4	91	23.6	4.7	22
長座体前屈(cm)	48.5	9.6	92	47.8	7.8	22
反復横とび(点)	48.6	5.2	91	47.8	4.9	22
シャトルラン(回)	48.8	15.4	80	52.5	16.7	17
50m走(秒)	9.14	0.68	80	9.02	0.61	17
立ち幅とび(cm)	176.3	21.1	92	175.3	17.2	22
ハンドボール(m)	13.2	3.2	79	13.9	3.3	18
得点合計(点)	51.2	9.5	78	51.8	7.3	17

表2 平成25年度の体力・運動能力調査アンケート項目の結果

質問項目	回答	男子			女子			
		18歳	19歳	合計	18歳	19歳	合計	
運動部所属	所属	人数	50	14	64	26	7	33
		割合(%)	(55)	(54)	(55)	(30)	(32)	(31)
	非所属	人数	41	12	53	60	15	75
		割合(%)	(45)	(46)	(45)	(70)	(68)	(69)
合計		人数	91	26	117	86	22	108
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
運動実施	週3日以上	人数	22	10	32	10	4	14
		割合(%)	(24)	(38)	(27)	(11)	(20)	(13)
	週1-2日	人数	38	5	43	28	7	35
		割合(%)	(41)	(19)	(36)	(31)	(35)	(32)
	月1-3日	人数	18	5	23	15	2	17
		割合(%)	(19)	(19)	(19)	(17)	(10)	(15)
	しない	人数	15	6	21	37	7	44
		割合(%)	(16)	(23)	(18)	(41)	(35)	(40)
合計		人数	93	26	119	90	20	110
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
運動時間	30分未満	人数	39	11	50	63	13	76
		割合(%)	(42)	(42)	(42)	(70)	(62)	(68)
	30分-1時間	人数	9	5	14	8	4	12
		割合(%)	(10)	(19)	(12)	(9)	(19)	(11)
	1-2時間	人数	18	4	22	10	3	13
		割合(%)	(20)	(15)	(19)	(11)	(14)	(12)
	2時間以上	人数	26	6	32	9	1	10
		割合(%)	(28)	(23)	(27)	(10)	(5)	(9)
合計		人数	92	26	118	90	21	111
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
朝食	毎日	人数	50	10	60	68	14	82
		割合(%)	(53)	(38)	(50)	(76)	(67)	(75)
	時々欠かす	人数	39	12	51	18	7	25
		割合(%)	(41)	(46)	(43)	(20)	(33)	(23)
	食べない	人数	5	4	9	3	0	3
割合(%)		(5)	(15)	(8)	(3)	(0)	(3)	
合計		人数	94	26	120	89	21	110
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
睡眠	6時間未満	人数	32	11	43	48	17	65
		割合(%)	(34)	(42)	(36)	(55)	(81)	(60)
	6-8時間	人数	61	14	75	39	4	43
		割合(%)	(66)	(54)	(63)	(45)	(19)	(40)
	8時間以上	人数	0	1	1	0	0	0
割合(%)		(0)	(4)	(1)	(0)	(0)	(0)	
合計		人数	93	26	119	87	21	108
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
テレビ	1時間未満	人数	45	7	52	50	10	60
		割合(%)	(49)	(58)	(50)	(58)	(48)	(56)
	1-2時間	人数	24	3	27	25	4	29
		割合(%)	(26)	(25)	(26)	(29)	(19)	(27)
	2-3時間	人数	12	0	12	5	4	9
		割合(%)	(13)	(0)	(12)	(6)	(19)	(8)
3時間以上	人数	10	2	12	6	3	9	
	割合(%)	(11)	(17)	(12)	(7)	(14)	(8)	
合計		人数	91	12	103	86	21	107
		割合(%)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)

2. 健康スポーツ科目のFD研修会

主 催：スポーツ科学センター

世話人：磨井 祥夫（スポーツ科学センター研究員）

教育部門の活動として、健康スポーツ科目担当教員によるFD研修会を2回実施した。

第1回健康スポーツ科目FD研修会

日 時：平成25年8月1日（木）13:30~14:00

場 所：総合科学部A123

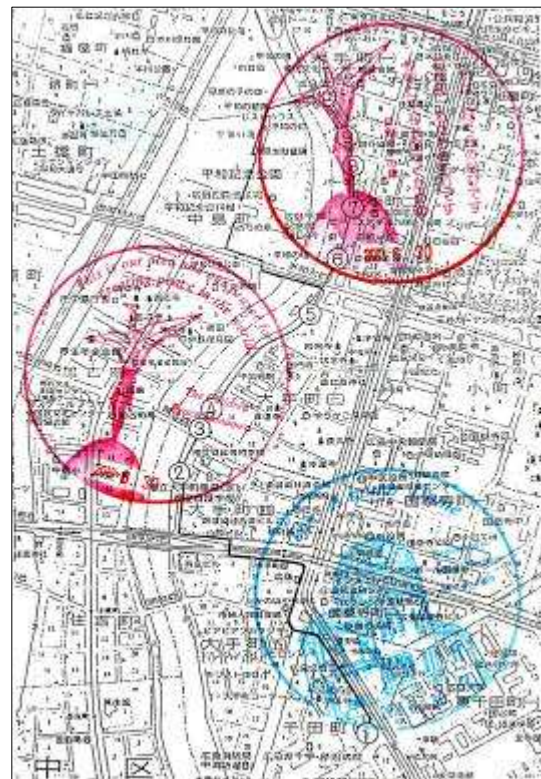
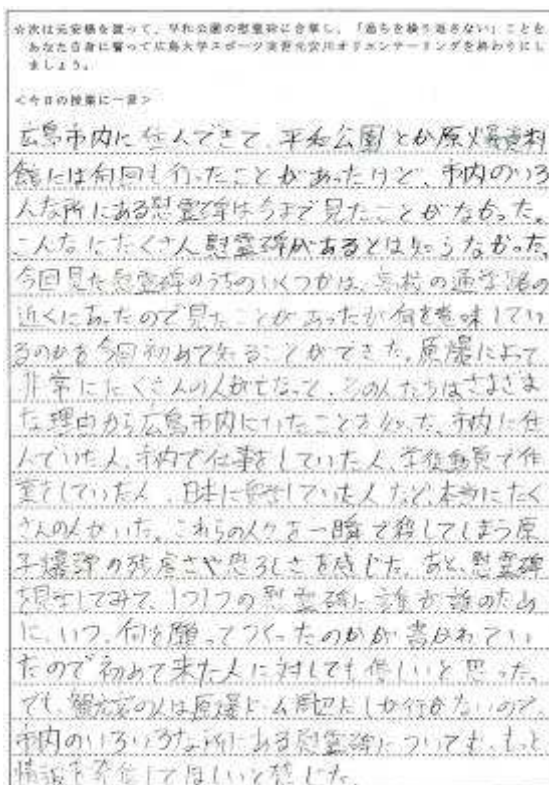
テーマ：スポーツ実習A（オリエンテーリング）について

講 師：橋原 孝博（広島大学大学院総合科学研究科）

参加者：8名

概 要：

スポーツ実習Aにおいて開講しているオリエンテーリングについて、授業研修会を行った。授業の目標、授業計画、受講学部学科と受講者数、工学部周辺コースについての実習紹介、雨天時の授業対応として行っている読書用の資料紹介、平成25年度から取り入れられた野外（広島大学の敷地外）教育活動実施計画書の提出について、平和公園周辺の原爆慰霊碑巡りについて学生が提出した回答用紙および感想文の紹介、成績評価のサンプル等についてプレゼンテーションと質疑応答を行った。



第2回健康スポーツ科目 FD 研修会

日 時：平成 26 年 3 月 13 日（金）14:00～14：30

場 所：総合科学部 A123

テーマ：健康スポーツ科学の実施状況

講 師：和田 正信（広島大学大学院総合科学研究科）

参加者：6 名

概 要：

平成 25 年前期に実施した授業についての報告がなされた。授業の目的は、「ヒトが健康を維持するための条件は何か」、「健康を害する要因にはどのようなものがあるか」などを習得させることであり、「肥満」、「遺伝」、「骨格筋」、「骨」に関する講義が行われていることが示された。また、授業の冒頭に、授業内容のレビューを提示するとともに内容に関連する質問をすることにより、学生の理解を深めようと努めているとの説明がなされた（図 1 および 2）。参加者からは、「テストの実施方法」、「実技を伴う授業の実施方法」などについての質疑がなされた。

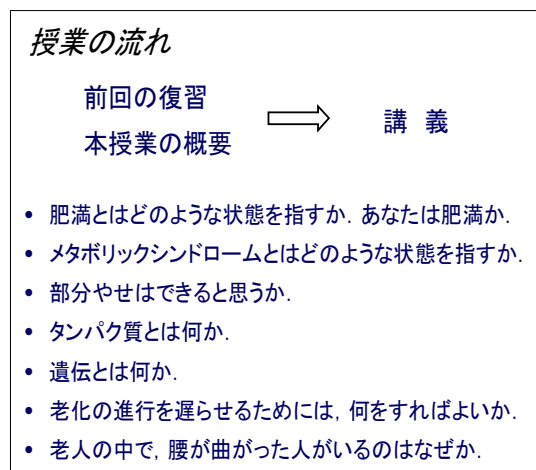


図 1. 授業の流れと学生への質問項目



図 2. 授業で使用したスライドの例

Ⅲ. 研究部門

1. スポーツ科学セミナー

主 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 12 月 13 日（金）16:30～18:00

場 所：総合科学研究科 K203 号室

講 師：春木豊氏（早稲田大学名誉教授）

テーマ：身体心理学とは何か

世話人：関矢寛史（スポーツ科学センター研究員）

参加者：約 80 名

概 要：「身体心理学」の創始者である春木豊先生に、身体（姿勢、呼吸、表情など）に起こる変化が心に及ぼす影響について講演していただいた。従来の心に起こる変化を独立変数、身体に起こる変化を従属変数にしたアプローチに対して、身体を独立変数、心を従属変数として捉えた新たな視点に基づき、心身のウェルビーイングを導く方法について分かりやすく解説していただいた。



講演後には参加者を交えての活発な質疑応答が行われた。



2. 健康スポーツ科目及び教職員スポーツ教室への参加による気分の変化

研究の目的

広島大学の教養教育の健康スポーツ科目及び広島大学教職員スポーツ教室への参加が気分の変化に及ぼす影響を調べる。

方法

教養教育のスポーツ実習・健康スポーツ科学（講義）および教職員テニス教室、教職員ウォーキング教室への参加前後の気分を質問紙によって調べた。質問紙は「日本語版 UWIST 気分チェックリスト (JUMACL)」(JUMACL 研究会作成, トーヨーフィジカル, 2005 年) を用いた。この質問紙は、「緊張している」「穏やかである (逆転項目)」「不安である」などの 10 項目で測る緊張覚醒度と「エネルギーギッシュである」「頭がぼんやりしている (逆転項目)」「やる気がある」などの 10 項目で測るエネルギー覚醒度を弁別し、従来の覚醒水準をネガティブ要因とポジティブ要因に分けて測定するものである。

調査対象は、スポーツ実習（フットサル、卓球、体づくり運動、各 1 クラス）の履修学生計 62 名、健康スポーツ科学（講義 3 クラス）の履修学生計 88 名、教職員テニス教室（前期後期、各 1 クラス）の参加者計 48 名、教職員ウォーキング教室の参加者 23 名であった。

結果と考察

緊張覚醒度とエネルギー覚醒度のそれぞれについて活動形式(4)×活動前後(2)の 2 要因分散分析を行った。その結果、教職員テニス教室と教職員ウォーキング教室の参加者においては、活動前後でエネルギー覚醒度が有意に増加することなどが明らかとなった ($P<.01$)。エネルギーギッシュである、生き生きしている、活動的であるなどの状態を示すエネルギー覚醒度がこれらの活動によって増加したことから、仕事を終えた後に参加するスポーツ活動が教職員の気分の変化に良い影響を及ぼすことが明らかとなった。教職員の心理的・身体的健康増進のためにスポーツ教室などの更なる提供が効果的であることと、学生が参加するスポーツ実習における気分の変化についても更なる研究を進め授業の目的や内容の改善に役立てる必要があると言える。

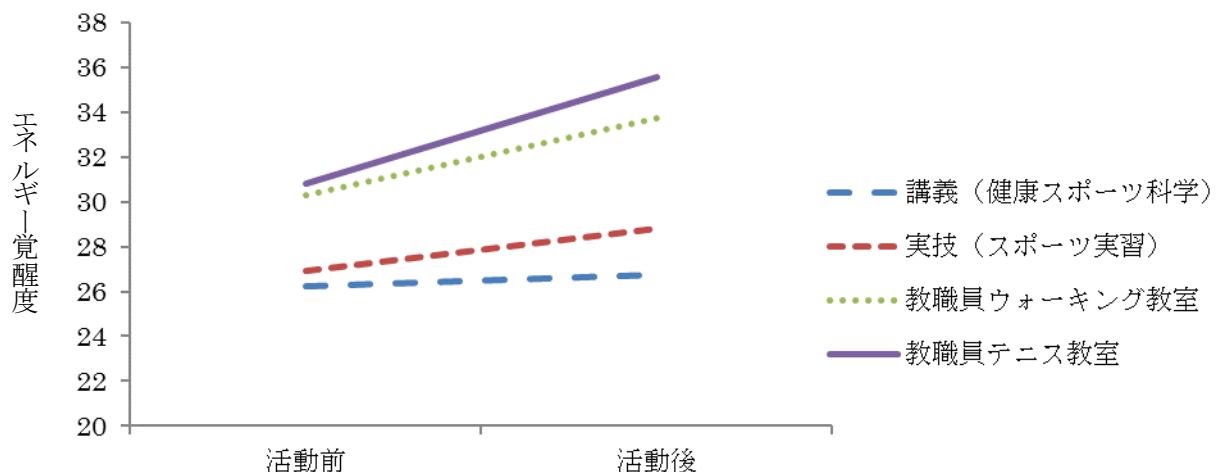


図 1. 活動形式毎の活動前後のエネルギー覚醒

3. 教職員スポーツ教室

(2) 教職員テニス教室

主 催：スポーツ科学センター

共 催：広島大学体育会硬式庭球部

日 時：

前期 2013年5月27日(月)～7月8日(月)までの毎週月曜 19:00～20:30(全7回)

後期 2013年9/17(火), 9/24(火), 9/30(月), 10/7(月), 10/21(月), 10/28(月), 11/11(月),
11/18(月)の19:00～20:30(全8回)

場 所：広島大学第五テニスコート4面(ナイター照明付)

指導者：関矢寛史(スポーツ科学センター研究員)

広島大学体育会硬式庭球部学生4名

参加者：各30名

参加費：無料

概 要：

前期は参加者の多様な技能レベルに合わせて、初級者、中級者、上級者の3つのグループに分けて練習した。初級者グループは主に指導者による球出し練習を行い、教室の後半では対人ラリーや試合も行った。中級者グループは主に基本技能の対人練習を行い、毎回の後半は試合を行った。上級者グループは主に体育会硬式庭球部の学生も交えての対人練習や応用技能や戦術などの練習を行い、毎回後半は試合を行った。

後期は、初心者から初級者までの人で、なおかつ前期に参加していない人を優先に受け付けた。球出し練習中心のグループと対人練習中心のグループに分けて練習を行った。

また、前期後期ともに教室終了後には参加者が幹事となり、打ち上げ(懇親会)が開催された。



(2) 教職員ウォーキング教室

平成24年度に引き続き平成25年度も、広島大学の教職員を対象としたウォーキング教室を開催した。昨年度は秋に開催したが、その時の参加者から「もっと明るい時間帯に歩きたい」といった要望があったため、今年度は日没の遅い夏季に開催した。

毎回18:30までに教育学部に集合し、準備体操と当日のテーマについて説明した後、大学周辺を40分程度ウォーキングし、最後に教育学部前の芝生で整理体操をして19:30に終了、といったスケジュールで行った。ウォーキングは、体力別に2つのグループに分けて実施した。今夏には例年以上の高温多湿が予想されたため、計画立案の段階では参加者の熱中症を恐れていた。しかし幸いなことに開講してみると、18:00以降は気温・湿度ともに落ち着く日が多く、比較的過ごしやすい中での実施となった。

昨年度はノルディック・ウォーキングのみであったが、今年度は全7回のうち、前半3回をウォーキング、後半4回をノルディック・ウォーキング、で構成した。開講日ならびに各週のテーマは以下のとおりであった。

- 第1回 平成25年7月17日(水) ウォーキング：正しい姿勢で歩く
- 第2回 平成25年7月24日(水) ウォーキング：ストライドを大きくするには
- 第3回 平成25年7月31日(水) ノルディック・ウォーキング：まずは体験してみる
- 第4回 平成25年8月7日(水) ウォーキング：接地時の足裏と足指に意識を向ける
- 第5回 平成25年8月21日(水) ノルディック・ウォーキング：ポールの握り方と使い方
- 第6回 平成25年8月28日(水) ノルディック・ウォーキング：ポールを押して推進力を得る
- 第7回 平成25年9月4日(水) ノルディック・ウォーキング：ペースを上げる

(当初の計画では、第3回がウォーキング、第4回がノルディック・ウォーキングであったが、講師の都合により入れ換えて実施した。)

昨年度と同様に今年度も、スポーツ科学センター研究部門の調査研究「健康スポーツ科目および教職員スポーツ教室への参加者による気分の変化」のために、第3回(7月31日)に質問紙調査を実施した。

今回の講師とティーチング・アシスタントは、以下の方々をお願いした(いずれも五十音順)。

講師：

岩田昌太郎(スポーツ科学センター研究員)

加藤荘志(スポーツ科学センター研究員)

関矢寛史(スポーツ科学センター研究員)

ティーチング・アシスタント(大学院生)：

浅原亮太(大学院総合科学研究科博士課程前期)

須永茉莉(大学院総合科学研究科博士課程前期)

渡辺 駿(大学院教育学研究科博士課程前期)

渡邊大輝(大学院総合科学研究科博士課程前期)



受講申込者は27名、全て女性であった。昨年度の教職員ノルディック・ウォーキング教室の受講者や、定期的な運動習慣を持つ方の受講も確認された。受講者募集用ポスターには受講条件として「5回以上参加できる」ことを記載した。毎回の平均出席率は74%であった。この数字は評価の分かれる所ではあるが、さらに出席率を向上させるのであれば実施計画の改良(開講曜日、開始時刻、スケジュール、取り上げるテーマ、など)が必要なのかもしれない。

(3) 課外活動活性化のための調査

研究の目的

課外活動の活性化やスポーツに関連した人材育成のために他大学で行われている方法を調べる。

方法

帝塚山大学の「スポーツユニット」、高知大学の「土佐さきがけプログラム（スポーツ人材育成コース）」、岡山大学の取り組みについて調査した。

調査結果

帝塚山大学「スポーツユニット」

平成 20 年度から 22 年度の経済学部、経営情報学部、法政策学部の入学生を対象として「クラブ（体育会）に所属する学生はじめ、スポーツユニットに興味関心のある学生に、スポーツに関連する講義、実習、演習科目を副専攻科目として提供することを通して、スポーツ振興に寄与できる人材育成を育成すること」を目的とするスポーツユニットのプログラムを提供した。登録者は延べ 86 名であり、講義科目 18（うち 12 科目は日本体育協会のスポーツリーダー資格取得の単位）、実習科目 8、演習科目 3 で計 29 科目、50 単位を提供し、この中から 30 単位以上を修得することが卒業要件であった。登録者の所属クラブは、野球、ラグビー、バレーボール、レスリング、サッカー、バドミントン、ラクロス、バスケットボールであった。スポーツリーダーの取得者は計 18 名であった。計画当初に議論されたクラブ活動の単位化は結局されず、各学部の学士号取得のための単位に加えてスポーツユニット登録者の履修単位が多くなった。それに対する文部科学省からの指摘もあり、現在では、スポーツユニットに代わって、全学共通科目としてスポーツ指導者適用科目の 8 単位を履修することができるシステムを設けている。

高知大学「土佐さきがけプログラム（スポーツ人材育成コース）」

平成 24 年度から始まったこのプログラムは、グリーンサイエンス人材育成コース（5 名）、国際人材育成コース（10 名）、生命・環境人材育成コース（10 名）に加えて、副専攻プログラムとしてスポーツ人材育成コース（10 名）がある。スポーツ人材育成コースは、人文学部、教育学部、理学部の入学者を対象に、高校時のスポーツ実績（都道府県代表で全国大会出場経験かそれと同程度）に基づき選考する。種目はサッカー、バレーボール、バスケットボール、野球、陸上、体操、剣道、ダンスの 8 種目である。スポーツ科学の知識を学び、競技力を高めるとともに在学中は学内のスポーツ活性化に貢献し、卒業後は職場、地域、国際社会におけるスポーツ指導を通してスポーツの活性化に貢献することを目的としている。提供されている講義 26 単位、演習 10 単位、実技 6 単位から選択して履修するシステムである。

岡山大学の取り組み

岡山では岡山大学学長と行政や経済界の長が連携して大学と地域の活性化をねらっており、平成 24 年度発足の地域総合センターで岡山の街づくりのためのいろいろな企画が学生を主にして実施されている。将来的には社会連携プログラムとして単位化を目指している。スポーツに関しては、岡山大学がスポーツにやさしいキャンパスになることから始め、岡山大学のスポーツ教育によって岡山のスポーツ文化振興を支えることを目指している。学内での教養教育や健康スポーツ科学における知識の学習をコアに、学内の運動・スポーツ活動支援や岡山大学のスポーツ公園化を行い、さらには地域の運動・スポーツ活動支援を通して岡山のスポーツ文化振興の促進を目標としている。

IV. 課外活動部門

1. 西体育館トレーニングルーム非常勤職員の推薦

平成 25 年度西体育館トレーニングルーム非常勤職員（PA）に以下の 21 名を推薦した。

課外活動団体	人数
アメリカンフットボール部	1
水泳部	1
陸上競技部	3
野球部	5
柔道部	4
サッカー部	3
バスケットボール部	2
トライアスロン部	1
バレーボール部	1



写真 PA の指導風景

2. 体育会主催「スポーツリーダーズセミナー」への協力

主 催：広島大学体育会

共 催：広島大学スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 12 月 7 日（土）

場 所：学生プラザ及び文学部講義室

講 師：中藪宏美（広島文教女子大学人間科学部）

横山美栄子（広島大学ハラスメント相談室）

世話人：東川安雄（スポーツ科学センター研究員）

参加者：120 人

内容：

開会式

討論会

講演 1 「スポーツ栄養学」

講演 2 「ハラスメントのないキャンパスライフのために」

懇談会

閉会式

写真：



講演 1 中藪先生



講演 2 横山先生



討論会



3. スポーツ系課外活動団体が実施する地域貢献事業

(1) 体育会硬式庭球部主催「廣大オープンテニス大会」

団体名 : 体育会硬式庭球部

事業名 : 第14回廣大オープンテニス大会

開催日時 : 平成25年4月20, 21, 27, 28日

開催場所 : 広島大学第4テニスコート、第5テニスコート

参加者 : 中高生、学生、社会人

参加人数(相手先) : 146人

参加人数(本学学生) : 38人

内容 :

本大会は試合を通じて地域のテニス力向上と交流を図ることを目的とした大会である。近年の東広島市テニス協会は東広島市から全国で活躍する選手を育成しようという取り組みを行っている。そのため本団体もその一端を担い、本大会を開催するにあたって宣伝を広く行い、それによって東広島市内から数多くの中高生や大学生、社会人の参加を募ることができた。

また試合内容も男女別のシングルスを行い、より多くの方に楽しんでいただけるようレベルを4つに分け試合を行った。それぞれの階級の上位者には表彰を行うなどして競技意欲を高めた。今大会の参加者の方々からは楽しく、また白熱したプレーを多く見受けられ、皆様に技術向上、更には交流の場を提供することができた。

今後はテニスというスポーツを通じて本団体を更なる地域の活性化に少しでも力になれるよう尽力していきたい。

写真 :



(2) 体育会柔道部主催「柔道教室」

団体名 : 体育会柔道部

事業名 : 広島大学体育会柔道部 柔道教室

開催日時 : 平成 26 年 2 月 2 日 (日)

開催場所 : 広島大学西体育館 (柔道場)

参加者 : 東広島市内の幼稚園児、小・中学生

参加人数 (相手先) : 約 150 人

参加人数 (本学学生) : 20 人

内容 : 東広島市内の道場に所属する幼稚園児、小学生及び、東広島市の中学柔道部員を対象に、広島大学体育会柔道部員が中心となって、柔道教室を開催した。

内容は、幼稚園児や小学校低学年生は特別メニューで、それ以外の生徒は立ち技、寝技における基本動作を主将を中心に全体指導で行い、次に得意技別や習熟度別に分かれて柔道部員全員が分担し個別指導を行った。そして最後に、大学生を相手に合同稽古を行い、約 2 時間半の教室を終えた。

写真 :



(3) 体育会サッカー部・女子サッカー部主催「サッカー教室」

第1回

団体名 : 体育会サッカー部、体育会女子サッカー部

事業名 : サッカー教室

開催日時 : 平成 25 年 6 月 17 日

開催場所 : 広島大学南グラウンド

参加者 : 東広島地区幼稚園児～小学生

参加人数 (相手先) : 40 名

参加人数 (本学学生) : 35 名

内容 : 月に1度を目安に行ってきたサッカー教室の12回目の開催である。このサッカー教室は、本学の体育会サッカー部男女が共同で企画から準備、運営、指導等を行っており、地域との交流はもとより、本学生が社会に出ていくための鍛練の場として非常に役立っている。また、怪我の予防や防止にも気を付けており、今のところ擦り傷などを除いたら、大きな怪我人は出ていない。昨年度末より、初心者向けのエンジョイコースと、小学校中・高学年向けのスキルアップコースの2コースを設置し、参加者のレベルに応じたトレーニングを提供できるよう工夫している。今後も月に1度のペースで行っていきたいと考えている。また、夏休み期間を利用し、参加した子どもたちと夏休みならではの企画も検討中である。昨年度はスイカ割りなどを楽しんだ。

写真 :



第2回

団体名 : 広島大学体育会サッカー部・女子サッカー部

事業名 : サッカー教室

開催日時 : 平成 26 年 2 月 23 日 (日)

開催場所 : 広島大学南グラウンド

参加者 : 東広島地区小学生

参加人数 (相手先) : 60 名

参加人数 (本学学生) : 35 名

内容 : 定期的に月一回のペースで開催しているサッカー教室は、今回で 15 回目となった。今回は主務学生が中心となり、東広島市教育委員会の後援を得て、東広島市内 7 つの小学校に直接広告を配布させていただき、約 60 名の参加者に楽しんでいただけた。定期開催のサッカー教室は、小学校 1~6 年生を対象とし (園児も可能)、エンジョイコースとスキルアップコースの 2 コースを設定し、参加者のレベルに応じたサッカー指導を提供しているが、今回の第 15 回では多数の参加が見込まれたため、小学校 1・2 年生に限定した。

参加者の保護者からは、ぜひ高学年も開催してほしいとの声もいただき、今後のサッカー教室をどう拡大していくか、課題としている。

また、15 回のサッカー教室開催経験により、学生の運営能力や指導力が顕著に向上していると実感している。

写真 :



(4) 体育会陸上競技部主催「小学生のための陸上競技教室」

団体名 : 体育会陸上競技部

事業名 : 小学生のための陸上競技教室

開催日時 : 平成 25 年 9 月 10 日～10 月 17 日の 10 日, 毎回 16 : 00～18 : 00

開催場所 : 東広島市立三ツ城小学校

参加者 (相手先) : 東広島市内在住小学生 30 人

参加人数 (本学学生) : 3 人

内容 : 例 1) ジョギング 400m
体操・ストレッチ
ネコとネズミ×10 回
ミニハードル 10 台×5 種目
40m エンドレスリレー(各自 5 回)

例 2) ジョギング 400m
体操・ストレッチ
ケイドロ(警察と泥棒)15 分程度
ラダートレーニング 10 種目×各 2 回
50m 競走×2 回
50m ハードル走×2～3 回

写真 :



(5) 体育会柔道部主催「第8回フェニックス杯柔道大会」

団体名 : 体育会柔道部

事業名 : 第8回フェニックス杯柔道大会

開催日時 : 平成25年11月3日

開催場所 : 広島大学西体育館柔道場

参加者 : 広島県内及び近県の中学生

参加人数 (相手先) : 約350人

参加人数 (本学学生) : 20人

内容 : 広島大学体育会柔道部主催のもと、広島県内はもとより、中国、四国、近畿から30校、約350人の男女中学生が集い行われる柔道大会。

広島大学柔道部と東広島市内の道場、中学柔道部の交流、強化、発展を目指しスタートした事業で、大会の準備から試合の審判、運営まで広島大学柔道部員と中学柔道部員、教員、保護者が行っている。

本大会に出場した選手の中には、日本代表選手になった者もあり、柔道の普及や選手発掘の一端も担っている。

大きな怪我人もなく、大盛況のうちに大会を終えることができた。

写真 :



(6) 体育会バレーボール部主催「第18回もみじ杯バレーボール大会」

主催 : 広島大学体育会バレーボール部
広島大学スポーツ科学センター
後援 : 東広島市教育委員会
東広島市小学生バレーボール連盟
東広島市バレーボール協会
協賛 : ミズノ株式会社
開催日時 : 平成25年11月3日(祝・日) 8:30~17:00
開催場所 : 広島大学北体育館・西体育館
世話人 : 橋原 孝博(スポーツ科学センター研究員)

参加チーム【女子の部】19チーム

高屋西バレーボールスポーツ少年団 下黒瀬バレーボールスポーツ少年団
川上スポーツ少年団 東西条スポーツ少年団
寺西バレーボールスポーツ少年団 西条JVC 高屋東スポーツ少年団
小谷スポーツ少年団 高美が丘バレーボールスポーツ少年団
安芸入野スポーツ少年団 御園宇スポーツ教室 三ツ城スポーツ少年団
上黒瀬バレーボールスポーツ少年団 西志和スポーツ少年団バレーボール部
八本松バレーボールクラブ 板城クラブジュニアスポーツ少年団
三永ジュニアバレーボールクラブ 久芳バレーボールスポーツ少年団
中黒瀬バレーボールスポーツ少年団

【男子の部】5チーム

八本松バレーボールクラブ 小谷スポーツ少年団
久芳スポーツ少年団 西志和スポーツ少年団 川上スポーツ少年団

試合結果

【女子の部】

優勝 高屋西バレーボールスポーツ少年団
準優勝 安芸入野スポーツ少年団
第3位 板城クラブジュニアスポーツ少年団
第3位 八本松バレーボールクラブ

【男子の部】

優勝 八本松バレーボールクラブ
準優勝 久芳バレーボールクラブ

写真:



(7) 体育会バスケットボール部主催「フェニックスバスケットボールクリニック」

団体名 : 体育会バスケットボール部

事業名 : フェニックスバスケットボールクリニック

開催日時 : 平成 25 年 6 月 8 日 (土) 12 : 30~15 : 30

開催場所 : 広島大学西体育館

参加者 (相手先) : 東広島市近郊中学生バスケットボール部員約 80 名

参加人数 (本学学生) 35 名

内容 : 東広島市近郊の中学生を対象に、バスケットボール初心者および中級者レベルのクリニックを実施した。このクリニックのテーマはバスケットボールにおけるコーディネーションで広島大学学生とともに、バスケットボールの個人技能、集団戦術、ルール、楽しさなどを学んだ。男女すべての体育会広島大学バスケットボール部員が西体育館 3 面のコートを使用して一人当たり数名の生徒を担当し、中学生の技能水準に合わせた指導をとともに、彼らとの交流を行った。生徒たちは緊張しながらであったが、一生懸命に課題に取り組んでいた。

写真 :



V. 社会連携部門

1. 公開講座「スポーツを通じた健康学セミナー」

主催：スポーツ科学センター

日時：平成25年9月24日（火）～10月29日（火）13:45～16:15

場所：広島大学西体育館ほか

世話人：木庭康樹（スポーツ科学センター研究員）

参加者：平均約30名

概要：

1回	9/24 (火)	「健康寿命を延ばす秘訣」(講義) 「バウンドテニス」(実技)	総合科学研究科 教授 山崎 昌廣 総合科学研究科 准教授 磨井 祥夫
		筋肉の構造と加齢などに伴う変化を解説しました。実技では、バウンドテニスを実施しました。	
2回	10/1 (火)	「ウォーキングを科学しよう」(講義) 「ノルディックウォーキング」(実技)	非常勤講師 小田 典子 総合科学研究科 教授 関矢 寛史
		ウォーキングの「歩幅と速度」「主観的運動強度と心拍数」の関係について測定を行い自分自身の歩き方を分析しました。実技では、ポールをつきながら自分のペースで楽しく歩くノルディックウォーキングを行いました。	
3回	10/8 (火)	「応急処置とリハビリテーション」(講義) 「運動でこころとからだの健康づくり」(実技)	非常勤講師 米澤 和洋 非常勤講師 小田 典子
		応急処置とリハビリテーションの必要な意味を理解しました。実技では、運動器の機能向上のための運動をグループで楽しく行いました。	
4回	10/15 (火)	巧みな運動と脳のはたらき(講義) 「機能的な身体作り」(実技)	総合科学研究科 教授 船瀬 広三 非常勤講師 米澤 和洋
		筋の動きをコントロールしている脳と神経について講義しました。実技では、身体を上手に動かすことを目的としてさまざまなエクササイズを行いました。	
5回	10/22 (火)	筋肉の中身(講義) 「オリエンテーリング」(実技)	総合科学研究科 教授 和田 正信 総合科学研究科 教授 橋原 孝博
		運動することが健康寿命にどのように関与しているかについて講義しました。実技では、大学構内を利用して、オリエンテーリングを行いました。	
6回	10/29 (火)	スポーツ文化を哲学しよう(講義) 「あなたのからだ年齢？」(実技)	総合科学研究科 助教 木庭 康樹 総合科学研究科 准教授 長谷川 博
		写真や映像などを手がかりにして、「文化としてのスポーツとは何か？」を哲学的に探究しました。実技では、体重・体脂肪計を使用し、からだをスキャンしました。また、脂肪を効率よく燃やすための運動の強さを確認しました。	

2. 公開講座「家でもできる健康体操」

第1回

主 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 10 月 28 日（月）10：00～12：00

場 所：東広島市中央生涯学習センター

講 師：東川安雄（広島大学大学院教育学研究科）

テーマ：家でもできる健康体操

世話人：東川安雄（スポーツ科学センター研究員）

参加者：28 人

内 容：

1. 高齢者における転倒・骨折予防の重要性
2. 転倒のメカニズムとそれに伴う生涯
3. ちょっとおすすめ～ノルディック・ウォーキング
4. 健康体操の実践（セルフ・コンディショニング）

写真：



第2回

主 催：スポーツ科学センター

日 時：平成25年10月31日（金）10：00～12：00

場 所：東広島市八本松南集会所

講 師：東川安雄（広島大学大学院教育学研究科）

テーマ：家でもできる健康体操とノルディック・ウォーキング

世話人：東川安雄（スポーツ科学センター研究員）

参加者：36人

内 容：

1. 高齢者における転倒・骨折予防の重要性
2. 転倒のメカニズムとそれに伴う障害
3. 家でもできる健康体操・運動
4. ノルディック・ウォーキングとスロー・ジョギングの実践
5. 健康体操の実践（セルフ・コンディショニング）

写真：



スロー・ステップ



セルフ・コンディショニング



スロー・ジョギングとノルディック・ウォーキング

3. バウンドテニス教室

主 催：東広島市教育委員会，東広島市体育協会，（公財）東広島市教育文化振興事業団

共 催：広島大学スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 10 月 14 日（月） 10：30～12：30

場 所：東広島運動公園（アクアパーク）体育館（東広島市西条町田口 37-1）

参加者：一般市民 59 名

講 師：広島大学スポーツ科学センター

磨井 祥夫（総合科学研究科），加藤 荘志（国際協力研究科）

広島県バウンドテニス協会指導員 4 名

内 容：

体育の日記念行事「アクアパークチャレンジスポーツ」で、12 種目のスポーツをアクアパークで開催した。小学生から大人までの参加者は、時間内に様々なスポーツを自由に体験して回ることができるイベントである。今年は参加種目が増えたので、午前と午後に 2 時間ずつ実施した。広島大学スポーツ科学センターはバウンドテニスを担当し、午前 10：30 からの 2 時間が割り当てられた。実技指導はバウンドテニス協会の公認指導員の方々にお手伝いをお願いした。バウンドテニスの参加者は、小学生 46 名，中学生 1 名，一般 12 名の計 59 名であった。

バウンドテニスの体験は 25 分を 1 レッスンとし、これを 4 回繰り返した。各レッスンの参加者は約 15 名であった。参加者を学年ごとの 4 グループに分け、それぞれが 1 コートを使って練習をした。一般の参加者は、小学生とは別のグループとするように計画していたが、子どもと同じグループで受けたいという希望があり、それに応えたので、一般のグループは作らなかった。

講習内容は、ラケットに握り方，ラケットティング，やさしいフォアハンドとラリーとした。また，導入として大きなスポンジボールを使った練習を取り入れて，ボール感覚を把握し易くするようにした。練習全体を通して，それぞれのグループ，個人により習得度に大きな差があったが，参加者は楽しそうにバウンドテニスを体験していた。

体験後にアンケートを提出してもらった。67 名の提出（小学生 45 名，中学生 1 名，一般 21 名）があった。子どもの付き添いで見学だけの保護者もアンケートに回答したので，一般は参加数より多い回答があった。回答はすべて 4 件法とした。「楽しかったか」については肯定的回答（1 思う，2 やや思う）が 100%であった。「上手にできたか」については，肯定的回答（1，2）が 91%，否定的回答（3 あまり思わない）が 7%であった。「機会があればまたやりたいか」については，肯定的回答（1，2）が 97%であった。自由記入欄でもすべてが肯定的な感想であった。以下は感想の一部である。「家でもやりたい」「来年もやりたい」「ボールがよくとんだのでうれしかった」

「親子ででき，楽しかった」「ボールをうまく打つことができなかつた。けど楽しかったです。」

写真：



4. 中高年のランニング教室

主 催：ランニング学会

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 6 月 22 日（土）～平成 26 年 3 月 8 日（土） 各日とも 10：00～12：00

場 所：広島大学陸上競技場及び周辺コース

講 師：東川安雄（広島大学大学院教育学研究科）

和田正信（広島大学大学院総合科学研究科）

世話人：東川安雄・和田正信（スポーツ科学センター研究員）

参加者：69 名

内 容：

1. ランニング教室の趣旨説明
2. ランニングの基礎
3. コース別練習（各日とも 4 グループに分かれ、参加者の経験や目標にあった練習を行った）
4. 第 33 回ひろしま国際平和マラソンへの参加

写真：



5. 小学生陸上競技出前講座

主 催：広島陸上競技協会
 共 催：スポーツ科学センター
 日 時：平成 25 年 6 月 9 日（土）～12 月 13 日（金）
 場 所：広島県内小学校及び陸上競技場（22 会場）
 講 師：東川安雄（広島大学大学院教育学研究科）
 広島大学体育会陸上競技部員
 世話人：東川安雄（スポーツ科学センター研究員）
 参加者：延べ 2600 名

内 容：

1. 基本の運動（運動遊び）
2. 短距離・跳躍（走り幅跳び又は走り高跳び）・投運動から選択して練習
3. 会場別内容等

期日	場 所	内 容	参加人数
6/9	庄原市上野公園陸上競技場	基本の運動・跳躍運動	80
8/18	びんご運動公園陸上競技場	基本の運動・跳躍運動	111
9/3	廿日市市立宮園小学校	短距離走	141
9/9	竹原市立忠海東小学校	ハードル走	32
9/13	竹原市立中通小学校	基本運動・ハードル走・ソフトボール投げ・跳躍	131
9/17	竹原市立大乘小学校	短距離・投運動・跳躍	36
9/20	広島市立黄金山小学校	跳躍運動	60
9/25	東広島市立三津小学校	基本の運動 短距離・ハードル走・跳躍	85
9/30	呉市立阿賀小学校	基本運動・短距離・ソフトボール投げ	560
10/1	呉市立坪内小学校	短距離走	60
10/4	広島市立深川小学校	かけっこ	78
10/21	呉市立港町小学校	短距離走	75
10/26	世羅高等学校	基本の運動・短距離走・跳躍運動	30
10/28	呉市立中央小学校	短距離走	188
11/1	広島市立狩小川小学校	低：投運動・跳運動、中：跳につながる運動、高：走り幅跳び、短距離走	203
11/7	広島市立五日市観音西小学校	短距離・ハードル・高跳	77
11/8	広島市立東野小学校	ハードル走	114
11/11	広島市立緑井小学校	基本運動	126
11/15	広島市立大芝小学校	基本運動	152
11/18	呉市立横路小学校	基本運動	131
11/28	安芸高田市立吉田小学校	短距離走	79
12/13	広島市立深川小学校	かけっこ	78

6. JAAF 公認ジュニアコーチ講習会

主 催：日本陸上競技連盟

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 12 月 7 日（土）・8 日（日）、平成 26 年 1 月 25 日（土）・26 日（日）

場 所：広島大学教育学部講義室及び陸上競技場

講 師：東川安雄（広島大学大学院教育学研究科）

和田正信（広島大学大学院総合科学研究科）

広島陸上競技協会強化委員等

世話人：東川安雄（スポーツ科学センター研究員）

参加者：45 人

内 容：

区分	カリキュラム内容	
1.種目の特性に応じた 基礎理論	①	発育発達段階を踏まえた競技者の育成
	②	指導における各種理論
	③	陸上競技の主なルール
	④	部活動の運営と地域クラブ
2.実技指導法	①	陸上競技の種目別指導
3.実技指導演習	①	陸上競技の種目別指導の方法

写真：



7. スポーツメンタルトレーニング基礎セミナー

主 催：日本スポーツメンタルトレーニング指導士会中国四国支部

共 催：スポーツ科学センター

日 時：平成 25 年 7 月 27 日，8 月 3 日，8 月 10 日，8 月 25 日の 10 時～16 時

場 所：広島県広島市，広島県東広島市，広島県福山市，岡山県倉敷市

講 師：日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング指導士 4 名

世話人：関矢寛史（スポーツ科学センター研究員，日本スポーツメンタルトレーニング指導士会中国四国支部会長）

参加者：88 名

内 容：スポーツの競技者，指導者，保護者を対象として，メンタルトレーニングの基礎的な内容を紹介した。1 日の日帰りセミナー形式で，休憩を挟みながら 5 つのセッションを設けた。内容は，メンタル強化のための基本的な考え方，心理テスト，目標設定，セルフモニタリング，集中力，試合の準備や反省，リラクゼーション，イメージ，ポジティブシンキングなどであった。4 つの各会場で日本スポーツ心理学会認定のスポーツメンタルトレーニング指導士の資格を持つ 3 名の講師が担当した。

写真：



《諸会議》

I. スポーツ科学センター運営委員会・教員会・部門長会議

会議名	期 日	場 所	議 題
運営委員会	平成 25 年 6 月 26 日 (水)	メール 審議	・平成 25 年度事業計画・予算案について
	平成 26 年 1 月 15 日 (水)	メール 審議	・スポーツ科学センター長・副センター長について
	平成 26 年 3 月 26 日 (水)	メール 審議	・平成 26 年度スポーツ科学センター研究員について
教員会	平成 25 年 6 月 24 日 (木)	教育学 研究科 K215	・平成 25 年度センター研究員について ・平成 24 年度事業報告及び決算について ・平成 25 年度事業計画及び予算案について ・競技スポーツ特定プログラム (仮称) について 0 ・その他
部門長会議	随時	メール 審議	・平成 25 年度事業計画及び予算案について ・センターの業務について

《組 織》

I. スポーツ科学センター研究員

部 門	役 職	名 前	部 局	職 名
	センター長	東川 安雄	教育学研究科	教授
	副センター長	橋原 孝博	総合科学研究科	教授
教 育	部門長	磨井 祥夫	総合科学研究科	准教授
	研究員	黒川 隆志	教育学研究科	教授
	〃	齊藤 一彦	教育学研究科	准教授
	〃	長谷川 博	総合科学研究科	准教授
	〃	丸山 啓史	教育学研究科	助教
研 究	部門長	関矢 寛史	総合科学研究科	教授
	研究員	山崎 昌廣	総合科学研究科	教授
	〃	岩田昌太郎	教育学研究科	准教授
	〃	加藤 荘志	国際協力研究科	助教
課外活動	部門長	出口 達也	教育学研究科	准教授
	研究員	橋原 孝博	総合科学研究科	教授
	〃	松尾 千秋	教育学研究科	教授
	〃	沖原 謙	教育学研究科	准教授
	〃	木庭 康樹	総合科学研究科	助教
社会連携	部門長	上田 毅	教育学研究科	教授
	研究員	和田 正信	総合科学研究科	教授
	〃	東川 安雄	教育学研究科	教授
	〃	國木 孝治	教育学研究科	助教

(平成 25 年 4 月 1 日現在)