

サポート施設一覧

JTA スポーツ科学委員会では、一昨年より体力測定やトレーニングプログラムの作成や指導面でのサポートを受けられる施設に関する調査を各地域で実施しています。これらの施設の情報についてここで紹介していく予定です。開示できる情報について現在整理を進めていますので、今しばらくお待ちください。

現在の調査状況は以下の通りです。

2004 年度 3 施設

[1 地域 (北信越)、3 施設 (新潟県、福井県、長野県)]

2003 年度 19 施設

[9 地域、20 施設 (北海道、青森県、神奈川県、静岡県、
愛知県、岐阜県、三重県、石川県、富山県、新潟県、
大阪府、奈良県、香川県、徳島県、広島県、熊本県)]

2005 年度 (整理中)

資料 3 - 2

石川県におけるジュニア選手の体力測定の実績について

施設におけるメディカルならびに体力テスト
石川県における体力測定は、以下に挙げるように大別して県教育委員会主導で行われる場合（2種類）、県テニス協会が実施する場合、そして個人で希望する場合といった3つの大きな流れがある。測定施設は小松市にある財団法人北陸体力科学研究所¹が中心となって行われてきた。測定種目に関しては別紙のとおりであるが、施設では測定、プログラム作成、啓蒙を3つの柱として業務を推進し、測定結果は各学校やテニス協会を通じて個人へ返却されることになっている。（測定項目など詳細に関しては次ページ参照）

1. < 県教育委員会主導 >

（体力・運動機能開発事業）

石川県における国体開催（1991年）後、出場選手の体力向上が叫ばれ国体出場のジュニア選手（競技種目を問わず）を対象とした「体力・運動機能開発事業」が始まった。主導となる教育委員会は県体育協会へ協力を依頼し、県テニス協会は体育協会と連絡を取りながら事業の推進にあたる。

（マイ・プラン）2003年度をもって中止

2001年度から、より一層特色ある学校づくりを目指す目的で「県立学校活性化マイプラン推進事業」が始まった。この事業は、1億円の予算を独自性のある学校活動に取り組む県立高校へ配分することで、経済面から前述の活動の活性化を促す。活動の範囲としては、以下の3領域に分けられている。

- ・教育活動の活性化支援
- ・部活動の活性化支援
- ・施設等整備による活性化支援

県内の高校3校（金沢泉丘高校、小松高校、県立工業高校）は部活動の活性化事業の名目のもとテニス部の体力測定を行った。

2. 石川県テニス協会

体力測定の継続が必要とされ、強化ジュニア（男子4名、女子3名）に対して、フィットネス施設におけるメディカル・体力テストが2004年3月に行われた（別紙参照）。協会主導のジュニア選手強化プログラムの一環として開始された。

3. 個人参加

2001年（平成13年度）以降、個人で体力測定を希望する選手があった。

¹ <http://www.sc-dynamic.com/hokutaiken/profile/profile.html>

資料3 - 2 (続き)

フィールドテストについて
全国的なフィールド・テスト実施がされるなか、石川県でも 2002 年県テニス協会とテニス関係者有志が集まり、ジュニアを対象とした測定方法の研修会が開催された。さらに 2004 年 7 月には、同じく県ジュニアの強化練習会の日に合わせてフィールド・テストが実施された。(表 1 参照)

表 1 : 石川県におけるフィールド・フィットネステスト

1 . 2002 年 9 月 16 日 : フィールド・テストの測定方法の研修会 (女子 9 名、男子 7 名)				
(講義)	体力テストの全体像・種類	選択基準	方法	数値の見方
(測定)				
	(屋外 : オムニ・コート)			(屋内 : 体育館)
	5 方向走			上体起こし
	サイド・ウエイ・シャッフル			腕立て伏せ
	メディシン・ボール			長座体前屈 (ダンボール使用)
	間欠的シャトル・ラン			ヘクサゴン
	シャトル・スタミナ			
(選手へのフィードバック)	各自の結果を測定結果シートにまとめて指導者を通じて選手に返却 (次ページ参照)			
2 . 2004 年 7 月 11 日 : 県ジュニア強化練習会にて (女子 13 名、男子 16 名)				
(測定 : 屋外オムニ・コート)	上体起こし	たち幅跳び	5 方向走	長座体前屈 腕立て伏せ
(選手へのフィード・バック)	各自の測定結果を指導者を通じて選手に返却			

< 今後の課題 >

石川県では過去からの測定実績があることや、ここ数年体力測定に関する情報へのアクセスが比較的容易であるため、情報不足が問題になることはあまりない。このアドバンテージを利用し、今後は施設におけるメディカル・体力テストの継続性と、普段の練習におけるフィールドテストの実施を、年間を通じて計画していくこと。また測定後のデータ、そしてフィットネス施設において作成されたトレーニング・メニューを必要に応じてどのように練習現場に生かしていくかが課題となる。この課題の克服には情報の公開性や、向上する意識を持った選手をはじめ、同一の目的意識を持った担当コーチ、協会関係者、そしてフィットネス施設間の自由で相互補完的なコミュニケーションが必要となるであろう。

報告者 : 岩月俊二 (スポーツ科学委員)

資料3 - 3 (フィールド・テストの測定結果シート)

フィールド・フィットネステスト結果

氏名	所属	年齢 歳																							
測定日 年 月 日	測定場所	天候																							
測定種目 (屋外・屋外) サーフェス:																									
5方向走																									
サイドウェイ・シャッフル																									
シャトル・スタミナ	周 m (計: m)																								
メディシン・ボール投げ																									
正面	m cm	m cm																							
右	m cm	m cm																							
左	m cm	m cm																							
サーブ	m cm	m cm																							
間欠シャトル・ラン																									
秒	<table border="1"> <caption>石川太郎 間欠的シャトルラン</caption> <thead> <tr> <th>回数</th> <th>秒</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>12.4</td></tr> <tr><td>2</td><td>12.4</td></tr> <tr><td>3</td><td>12.4</td></tr> <tr><td>4</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>5</td><td>13.2</td></tr> <tr><td>6</td><td>13.2</td></tr> <tr><td>7</td><td>13.4</td></tr> <tr><td>8</td><td>12.3</td></tr> <tr><td>9</td><td>13.2</td></tr> <tr><td>10</td><td>11.8</td></tr> </tbody> </table>			回数	秒	1	12.4	2	12.4	3	12.4	4	12.5	5	13.2	6	13.2	7	13.4	8	12.3	9	13.2	10	11.8
回数				秒																					
1				12.4																					
2				12.4																					
3				12.4																					
4				12.5																					
5				13.2																					
6				13.2																					
7				13.4																					
8				12.3																					
9	13.2																								
10	11.8																								
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
秒																									
測定種目 (室内・屋外) サーフェス:																									
ヘキサゴン	秒	秒	秒																						
上体起こし (30秒)	回																								
腕立て伏せ (30秒)	回																								
座位体前屈	cm	cm	cm																						

スポーツ科学委員会（スポーツ科学情報のインフラ整備事業） 2004年度 活動報告

1. 2004年度事業概要

昨年度同様、今年度も引き続き施設調査ならびに9地域における協会担当者とのコミュニケーションを推進した。しかし、財政面で昨年度と同等の予算が望めなかったため、施設調査に関しては規模を縮小する形で行われた。

施設調査

今年度 3施設（参照：資料1-1～資料1-5）

[1地域（北信越）3施設（新潟県、福井県、長野県）]

昨年度 19施設

[9地域、20施設（北海道、青森県、神奈川県、静岡県、愛知県、岐阜県、三重県、石川県、富山県、新潟県、大阪府、奈良県、香川県、徳島県、広島県、熊本県）]

翻訳記事ならびに地域からの報告をウェブ上で公開

（JTAの「ナショナル」のURLは3月31日現在リニューアルで工事中）

1) 上述の施設調査の結果をHP上で公開可能な施設は公開

2) ウェブ上での掲載記事について

- ・ITF Coaches Reviewを中心に翻訳したものをJTAのHP上で公開
- ・地域での体力測定の取り組み

協会担当者とのコミュニケーション

- ・昨年度、都道府県協会において、スポーツ科学委員会との連絡ならびに意志の疎通が可能な協会担当者を選出していただいた。