

平成25年度 ひょうごジュニアスポーツアカデミー 報告書



ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会

目 次

はじめに	3
1. 競技力向上のための <u>ジュニア選手発掘システムの構築</u>	
① HJSA における選手発掘の基本方針	4
② 「ひょうごジュニアスポーツアカデミー生選考会兼ジュニアアスリート記録会」 の選考・評価方法	8
③ 競技体験プログラム	12
2. ジュニア期からの <u>一貫指導システムの構築</u>	
① HJSA のプログラム指導システム	14
3. ジュニア期の発達段階に応じた <u>指導方法の確立</u>	
① 適時性と個人の発育発達を考慮したプログラム構築	19
② 保護者プログラム	24
③ 知的プログラム5年間の歩み	27
4. ジュニア選手の発掘および育成に関する <u>情報の収集・蓄積・提供</u>	
① 報告書の作成、広報	47
② 体力測定の実施	51
③ 研究会・講演会の実施、学会等での報告	56
5. 趣 旨： <u>アスリートの育成</u>	
① アカデミー現役生の記録・競技成績（アンケート調査から）	59
② アカデミー修了生の記録・競技成績（フォローアップ調査から）	64
6. その他	
① 保護者の HJSA に対する意見	71
② アカデミー現役生の HJSA に対する意見	73
③ アカデミー修了生の HJSA に対する意見	74
④ 他都道府県の T I D プログラム動向	79
⑤ ひょうごジュニアスポーツアカデミーの発展に向けて	82
資 料	83

はじめに

ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会

委員長：平川 和文

ひょうごジュニアスポーツアカデミー（HJSA）は、兵庫からトップアスリートの発掘・育成をめざし、2009 年秋にスタートしました。今年度で 5 年目です。今年度を含めると 118 名の修了生を送り出すことになり、1 期生は高校 2 年生となります。これからの修了生の活躍が楽しみです。この 5 年間、HJSA 活動に多大なるご尽力を賜った実行委員会委員をはじめ、（公財）兵庫県体育協会事務局、県教育委員会スポーツ振興課、アシスタントコーチのみなさまに。HJSA 委員長として心より感謝申し上げます。ほとんどボランティアベースでのご負担にも係わらず、素晴らしい指導、管理・運営にご努力下さり、お陰で事故もなく無事今を迎えられています。本報告書を読んでいただければわかりますが、アカデミー生・保護者は HJSA の活動を大変喜んでおり、感謝しています。

今年度の報告書は、H25 年度活動にこだわらず、発足から 5 年目を終え、ひとつの区切りとして 5 年間の総括し、次年度以降の課題・新たな取り組みを探るという方針でまとめました。内容は、HJSA の趣旨・事業方針に沿って、1. 競技力向上のためのジュニア選手発掘システムの構築、2. ジュニア期からの一貫指導システムの構築、3. ジュニア期の発達段階に応じた指導方法の確立、4. ジュニア選手の発掘および育成に関する情報の収集・蓄積・提供、5. アカデミー生の活躍、6. その他から、それぞれの担当実行委員にまとめてもらいました。本報告書から実行委員のアカデミーへの強い思い・期待・希望を理解していただければ幸いです。

本活動は（公財）兵庫県体育協会・兵庫県教育委員会スポーツ振興課および兵庫体育・スポーツ科学学会 3 組織の連携プログラムであります。大学の教育・研究の学術組織である兵庫体育・スポーツ科学学会と、公的機関がこれほど密に持続的に連携プログラムを展開している例は、私の知る限り他府県には見られないユニークな取り組みです。兵庫体育・スポーツ科学学会だけでも兵庫を中心とした 10 大学以上から、体育・スポーツ科学を専門とするスタッフが実行委員として係わっています。それぞれの組織の専門・得意とする面を生かし連携・協働することによりジュニアアスリート発掘・育成の成果が上がり、それぞれの組織の更なる活性化にも繋がるものと思います。この 5 年間でその下地はできたのではないのでしょうか。

兵庫県からトップアスリートの輩出にはまだまだ多くの課題があります。修了生からは中学でもアカデミーがほしい、毎週開講してほしい、保護者からはもっと全県への広報・ランチの設置等を、多くの要望・期待が寄せられています。現状の組織運営体制では難しい課題です。しかし、本プログラムで本気で兵庫県からトップアスリートの育成を狙うなら、兵庫はここまでできるということを論議する避けては通れない課題でしょう。本報告書を 5 年間の総括であり、これからの HJSA について発展的な論議がなされ、価値ある兵庫ジュニアアスリート発掘・育成システムとしての「兵庫メソッド」が体系づけられることを期待します。今後とも HJSA へのご理解・ご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

1. 競技力向上のためのジュニア選手発掘システムの構築

① HJSA における選手発掘の基本方針

本報告書は、HJSA 開始から 5 年間の内容をまとめているので、本事業が実施に至った背景も含めて述べさせていただきます。

HJSA は、平成 21 年 7 月から、兵庫県教育委員会スポーツ振興課、(公財) 兵庫県体育協会、兵庫体育・スポーツ科学学会の 3 組織が連携し、実行委員会形式で企画・運営されている。兵庫体育・スポーツ科学学会とは、主に県内の大学を中心とする体育・スポーツ科学に携わる教員・指導者で組織されている学会である。

兵庫県は、平成 20 年 3 月「兵庫県スポーツ振興行動プログラム」を策定し、重点目標の一つとして「オリンピックをはじめとする国内外の大会で活躍するトップアスリートを育成する」ことを掲げ、その方策として「ジュニア選手の発掘・育成」が示された。これは、平成 18 年に開催された「のじぎく兵庫国体」を契機に培った全国トップレベルの競技力の維持・向上をめざすためであった。

時を同じくして、兵庫体育・スポーツ科学学会は組織活性化と社会貢献を課題としており、行政と連携をすることで、兵庫県の競技力向上をサポートできないかを模索していた。そこで、当時の平川和文会長（神戸大学）と担当理事であった鶴木秀夫（兵庫県立大学）が、平成 20 年 3 月末、兵庫県体育協会に吉井和明専務理事、石川秀之次長を訪ねて、兵庫県スポーツタレント発掘・育成事業について相談した結果、前向きに検討を進めることとなった。その後、3 組織の関係者によって、兵庫県アスリート育成システム全体における本事業の位置づけ（図 1）や、選手発掘方法および育成プログラムの内容について検討を重ねた。そして、平成 21 年 5 月、HJSA 実行委員会設立総会において、本事業の趣旨を「体力・運動能力が特に優れた県内の小学生を対象に、身体能力開発プログラム等を実施することにより、将来、国民体育大会をはじめ、オリンピック・世界選手権大会などの国際舞台で活躍できるアスリートを育成する。」とすることが決定され、この目標に向かって本格的にスタートした。

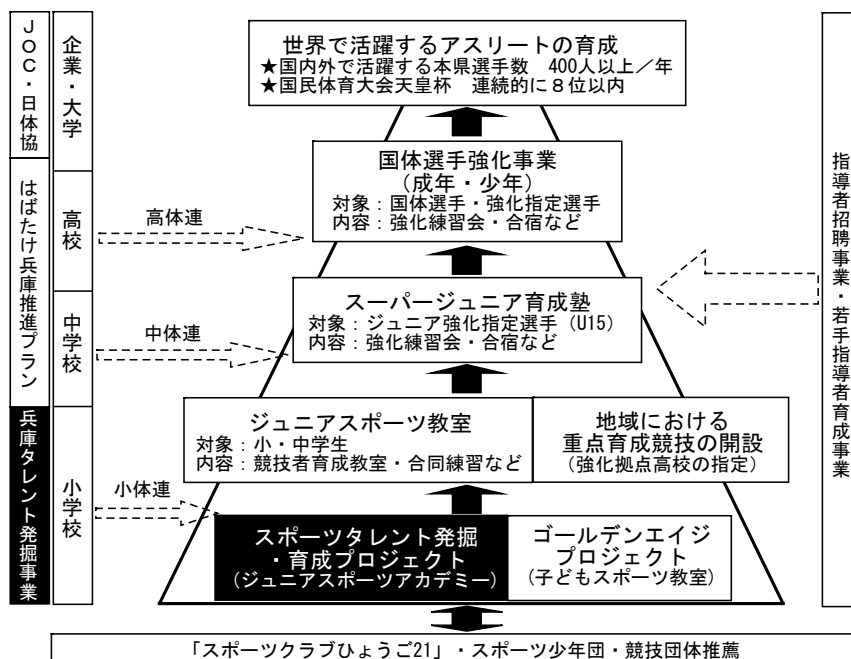


図 1 兵庫県のアスリート育成システム

この趣旨のもと、HJSA を修了した後、目標の達成が可能となる人材を発掘するために、選手選考については、以下の基本的方針が決められた。

- (1) 県内在住かつ対象年齢であれば、スポーツ経験を問わず誰もが参加できる選考会を開催する。
- (2) スポーツ種目を特化せずに、選考・育成する。
- (3) 総合的運動能力（走・投・跳）を基本として、突出した運動能力にも着目して選考する。
- (4) 運動能力を評価する際には、月齢（生年月日から測定日までを月単位で算出）を考慮する。
- (5) 選考後は、毎年度選考することはせず、6年生の年度末まで育成プログラムを受講させる。

(4)については、HJSA の独創的な点であるので、少し詳しく述べさせていただく。国内プロサッカー選手を対象に、早生まれ（1・2・3月期）の影響について検討した研究によると、人口動態では早生まれの割合が若干大きいのに対して、4・5・6月期生まれの選手数は早生まれの選手数の約2.2倍であることが報告されている（図2、内山ら）。同様の結果はプロ野球選手、高校野球の甲子園出場選手についても報告されており、これらの研究報告は、該当スポーツ種目の世界で年少期の体力的優位を反映した見かけ上の能力による不適切な評価により、本質的な評価を誤っている可能性を示唆している。実質的年齢の違いによって、運動能力のみならず学業成績などに差が出る、この現象は「相対的年齢効果」と呼ばれ、年齢が小さいほど影響が大きいことが指摘されている。HJSA では、この相対的年齢効果の影響を小さくする手段として、選手選考の際、各測定値を月齢で補正して評価している。図3は、平成21年度の選考会に参加した4年生男子の月齢と30m走の記録の関係を示したものである。これらには、統計学的に有意な負の相関関係が認められた。つまり、月齢が高いほど良い測定結果（高いパフォーマンス）となり、同じ学年でも月齢が低い参加者は選考に不利な状況にあることが示された。これらの傾向は他の測定項目でもみられたため、現在のところ、月齢を考慮することは妥当であると考えている。具体的な補正方法については、次の項を参照いただきたい。

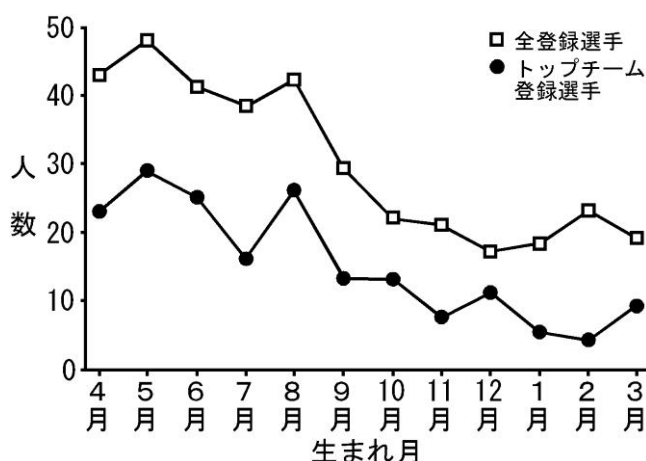


図2 Jリーグ登録選手の生まれ月（内山ら、1996）

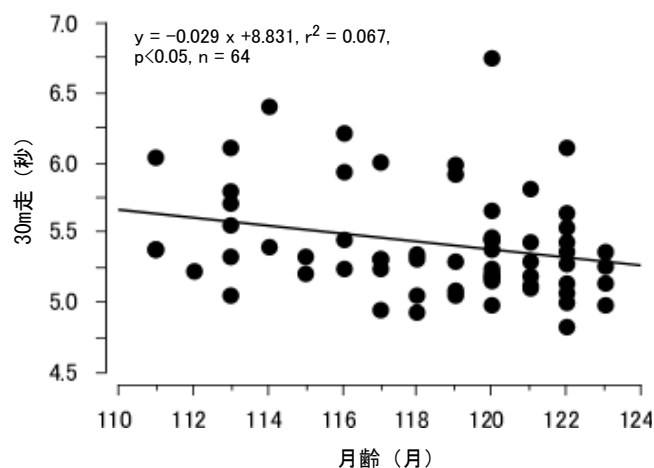


図3 平成21年度選考会参加者（4年男子）の月齢と30m走記録の関係

小学4年生時に選考され、HJSAに3年間在籍した選手が平成26年度に中学3年生になる状況であることを考えると、趣旨に沿った成果として、現在のジュニア選手発掘方法を評価するにはもう少し時間を必要とするだろう。しかしながら、他の項で報告されている通り、中学校期に全国・近畿レベルの大会で上位の成績を出している修了生も出てきている。また、HJSAに3年間在籍した選手を対象に運動能力を評価した研究で、アカデミー生の反復横跳びの得点は一般小学生の全国および兵庫県の平均と比較して顕著に高いことが報告されている（図4、長野ら）。これらのことから、発掘方法については概ね成果は出ていると判断している。

しかし、アカデミー生の運動能力測定や身体能力プログラム担当コーチの主観的評価により、選考段階でスピード調整能力を評価する項目の必要性が示された。そこで、平成26年度選考会ではT-テストを測定項目に加えることとなった。引き続き、この追加項目も含めて検討を続けたい。

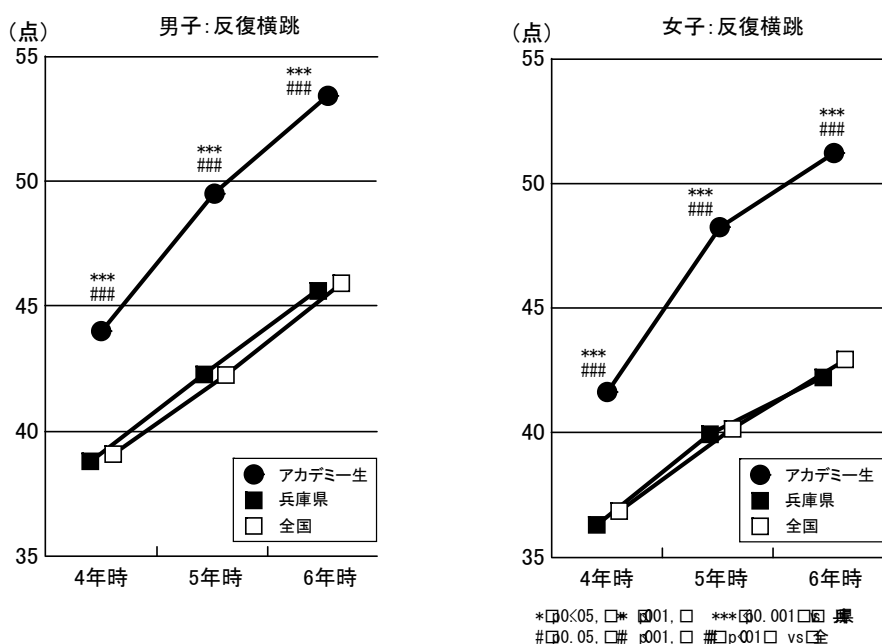


図4 アカデミー生と全国・兵庫県の反復横跳び平均点の比較（長野ら、2014）

引用文献

内山三郎 他：リーグ・プロサッカー選手における早生まれの影響、体育の科学 46(1)、67-71、1996.

長野崇 他：ジュニアアスリートの身体能力の縦断的变化 -ひょうごジュニアスポーツアカデミー生を対象にした2年間の追跡調査-、体育・スポーツ科学 23（印刷中）、2014

（鶴木秀夫）

②「ひょうごジュニアスポーツアカデミー生選考会兼ジュニアアスリート記録会」の選考・評価方法

1) アカデミー生選考会における選考・評価方法

2009 年度より HJSA アカデミー生選考会では、30m 走タイム、立ち 3 段跳び、メディシンボール（1kg）投げ、反復横跳び（100cm）の 5 項目を評価対象項目として採用している。また、同学年内の生まれ月による差を補正するため、下記方法によって測定値を補正し、総合評価を行っている。

- ① 月齢（X）と各測定項目値（Y）から、直線回帰式を求める。
- ② 得られた回帰式から内挿法により、応募者の実測値から 4 月時点での値を推定する。
- ③ 変換された値の平均点と標準偏差から各種目の偏差値を算出する。
- ④ 評価項目 4 種目の平均偏差値を算出し、これを総合得点とする。

以上によって算出された総合得点をもとに、選考委員会において総合的に判断して選考している。現在のところ、この算出方法による不都合は確認されておらず、4 月生まれから翌年 3 月生まれまで偏りなく合格者を出すことを可能としている。

2) アカデミー生選考会における体力測定結果の推移

アカデミー生選考会は、2009 年度は 7 月に、2010 年度から 2013 年度の 4 年間は 4 月に、いずれも兵庫県立文化体育館において開催された。測定項目は、体格要素として身長と体重の 2 種目、運動能力として 30m 走、立ち三段とび、メディシンボール投げ、および反復横跳びの 4 種目、計 6 種目であった。今回の報告では、これまでの 5 年間のアカデミー生選考会の結果から、合格者および不合格者の体力特性について比較する。

● 各年度における新規合格者と不合格者の記録の推移

2009～2013 年度の 5 年間の選考会における 4～6 年生男子の測定結果を、合格者と不合格者に別けて図 1 に示した。同様に、女子の測定結果を図 2 に示した。

5、6 年生の合格者は若干名のため、ここでは参考程度とし、4 年生の記録（青色のグラフ）を中心に報告する。また、2012 年度 6 年生女子の合格者はいないため、欠損値としている。なお、HJSA では選考会の記録を生まれ月によって補正した上で選考・評価を実施しているが、今回示すデータはすべて実測値のものである。

・体格（身長、体重）

選考・評価の際、身長および体重は得点化せず、運動能力に併せてこれらを勘案し、総合評価とすることとしている。そのため、可否に関する直接的な要素ではないが、全体としてみるとやはり身長が高

い児童が合格している傾向にあるとみられる。経年比較した場合、合格者および不合格者ともあまり変化しておらず横ばいであることがうかがえる。

・運動能力（30m走、立3段跳び、メディシンボール投げ、反復横跳び）

男女とも各種目において合格者の体力水準は非常に高いものであり、過去にも報告したように、合格者のそれぞれの記録は、1学年上の不合格者の記録に相当していることがうかがえた。2013年度の4年生男子の記録をみると、合格者と不合格者の平均値の差は、30m走で0.31秒、立3段跳びで52.0cm、メディシンボール投げで112cm、反復横跳びで4.2回であった。同じく女子では、30m走で0.28秒、立3段跳びで47.3cm、メディシンボール投げで97cm、反復横跳びで3.6回であった。アカデミー開始当初（2009年、2010年）と比較すると、全体的に男女とも合格者と不合格者との差が開いている傾向にあったが、30m走においては2013年度合格者の記録は男女とも過去5年間で最も低い値であった。

不合格者の値の推移は、全体的に横ばいもしくは低下傾向にあり、測定会参加者の運動能力の幅が2極に分かれつつあることがうかがえた。不合格者も含めた参加者全体の運動能力向上を期待したい。

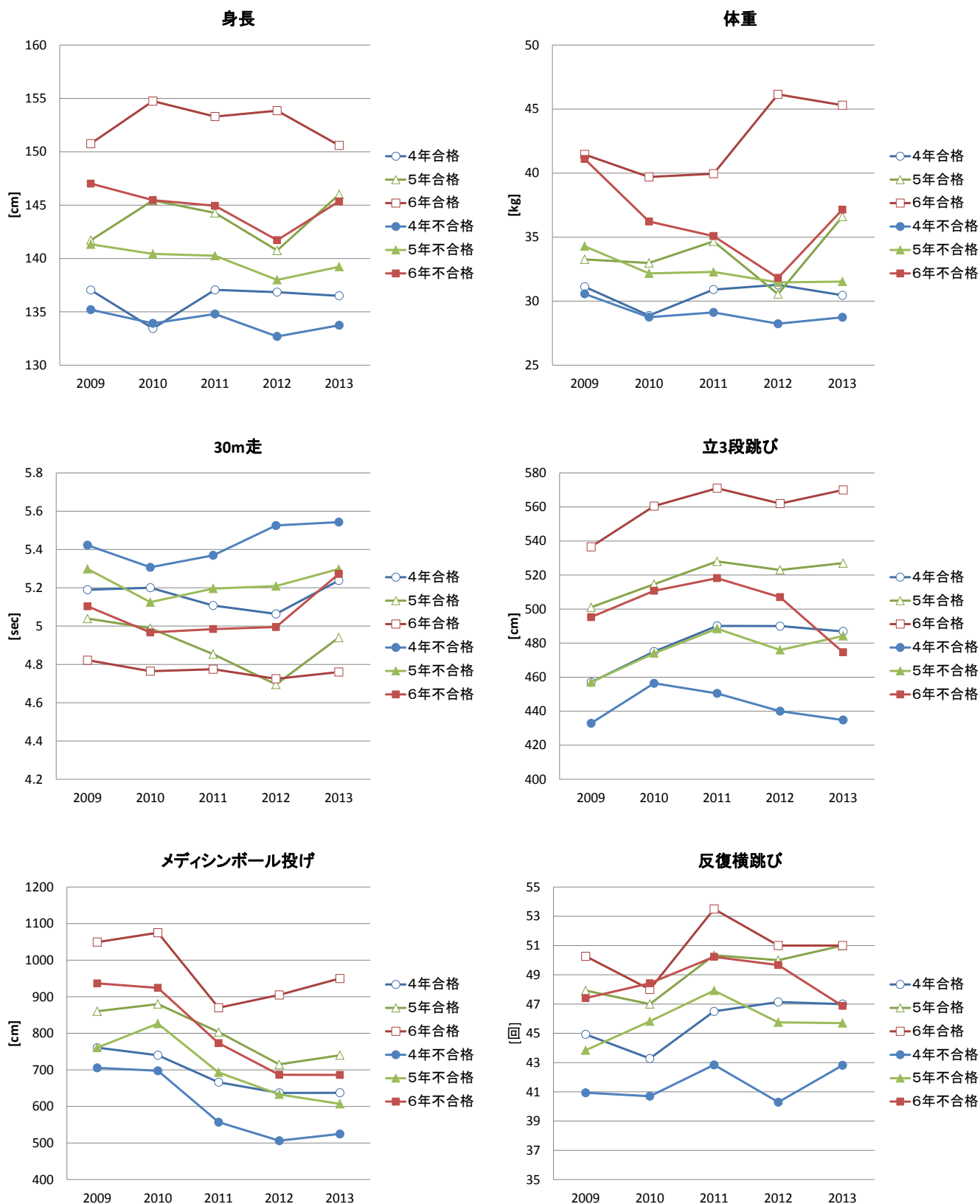


図1 各年度における新規合格者と不合格者の記録の推移（男子）

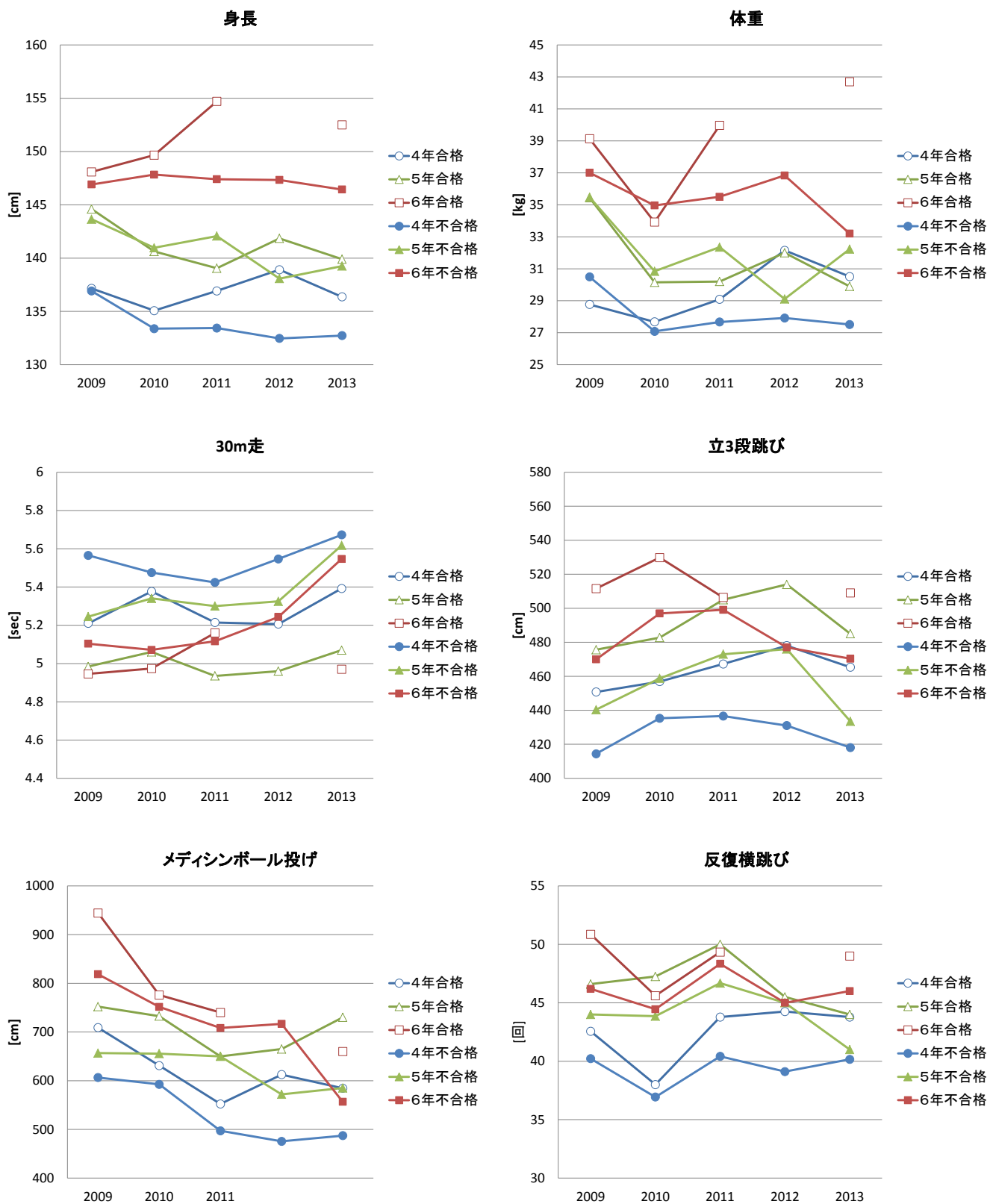


図2 各年度における新規合格者と不合格者の記録の推移（女子）

（谷所 慶）

③ 競技体験プログラム

下記のプログラムを 2009 年から 2013 年までの 5 年間に実施した。合計 29 種目 65 回実施した。

5 年間（2009-2013）で実施した競技体験プログラム

- 2009 陸上競技（短距離）、ボルダリング、トランポリン、バスケットボール、バドミントン、サッカー、フラッグフット（7 種目 7 回実施）
- 2010 ウエイトリフティング、器械体操①②、ボルダリング①②、カヌー、陸上競技①②、ライフル、バレーボール①②、ハンドボール、ソフトテニス①②、バドミントン①②、サッカー①②、ソフトボール①②、剣道（13 種目 21 回実施）
- 2011 フェンシング、アーチェリー、ボルダリング①②③、バスケットボール①②、硬式テニス①②、ホッケー、フラッグフット①②、ソフトボール（8 種目 13 回実施）
- 2012 体操、カヌー（雷雨中止）、ウエイトリフティング、スケート、陸上競技①②、ラグビー①②、野球（雨天中止）、テコンドー、柔道①②（9 種目 12 回実施）
- 2013 スピードスケート、ミニトランポリン、トランポリン①②、ソフトラクロス①②、ハンドボール①②、バレーボール①②、野球、レスリング（8 種目 12 回実施）

合計 29 種目 65 回実施

兵庫ジュニアスポーツアカデミーの趣旨は、「体力・運動能力に特に優れた県内の小学生を対象に、身体能力開発プログラム等を実施することにより、将来、国民体育大会をはじめ、オリンピック・世界選手権大会などの国際舞台で活躍できるアスリートを育成する」である。競技体験プログラムは非特化型という考え方の中、アカデミーの子供たちに、各競技団体の優秀な指導者の下、様々な種目を体験させ、将来につなげることである。

まず、各競技団体との連携については、初年度こそ大学教員を中心にプログラムを実施したが、2 年目より（財）兵庫県体育協会を通じて、同協会に加盟する全ての競技団体に協力を要請し、この要請に応じた競技種目を中心に年間計画を立てた。この結果、アカデミーと（財）兵庫県体育協会そして各競技団体との間にパイプができたことは喜ばしいことである。ただ、団体により反応は様々で積極的に協力を惜しまない団体もあれば、あまり興味を示さない団体もあり（競技により温度差があり）、アカデミー生に多くの種目を体験させることは担当者にとっては難しい点も少なからず存在したことも事実である。さらなる連携、協力体制が必要と思われる。

また、アカデミーの日程が土日を多く利用するため、アカデミー生が所属しているクラブの練習や試合、陸上競技大会と重なり、子供たちが選択に困る状況が多く見受けられた。既に行ってはいるものの、日程調整をする上では他のイベントとのバッティングを避ける等可能な限り回避すべきである。

当初は、身体能力開発プログラムなどと競技体験プログラムを同日に実施していた。これは時間的・

場所的制約だけでなく、子供達の身体への負担増の問題も考えられた。そこで2010年より大学などの学外施設も有効活用し、種目により1週目は県文体育館における基礎的内容、そして2週目は学外施設において応用的内容を競技体験プログラム単独で実施し、大変効果を上げることができた。また、アイススケートなど貴重な体験も可能となり、体験可能な種目が大幅に増加した。今後は、アカデミー生のニーズや競技団体の要望等も参考に種目数を増やすことも視野に入れ検討すべきである。

さて、欧米では、シーズン制という考え方や子供たちが同時に複数のスポーツを習うことは普通であり、日本も部活動をはじめとするスポーツ活動に是非取り入れるべき考え方ではないだろうか。親や関係者が、小学校・中学校・高等学校時代に、ある種目に特化してその年代、年代の結果を求めることは時期尚早であり、このような行為はスポーツ障害や燃え尽き症候群など引き起こす危険性も高まることが容易に予想され、出来ることなら回避しなければならない状況である。多くのスポーツでは、小中高時代には複数の種目を経験させ、身体能力を高めておき、適切な時期に来たらより専門的な指導をうけるのが理想的と思われる。そういう見方からすると本アカデミーは、身体能力開発プログラムにより、アカデミー生の能力は明らかに高められていることがデータでも報告されており、3年間で様々な種目を優秀な指導者の下で体験している子供達の将来はとても明るい。我々大人（親や関係者も含め）は、子供達の明るい未来に触れているという意識を持ち、明日の子供達の活躍を楽しみにすべきである。

最後に修了生やアカデミー生の活躍（アカデミーの成果）については、結果は少しずつ出ているものの、各競技の大会記録や保護者とのメールでのやりとりの中で把握するしか手段がなく、全ての情報を把握することはなかなか難しい現実があるようである。

（桂 豊）

2. ジュニア期からの一貫指導システムの構築

① HJSA のプログラム指導システム

「これまでの取り組みとその背景 “一貫指導システムがなぜ必要なのか?!”」

今日では、世界におけるトップ選手の戦いは、よりハイレベルになっている。そのため、世界と戦い勝利する競技者を発掘・育成するには、戦略として一貫した指導理念に基づく個人の特性や発達段階に応じた最適の指導を受けることで才能を最大限に伸ばすことが必要とされている。これまでのトップアスリートの育成・強化の報告から、“The 10 year rule” や “10,000 hour rule” が存在する事があきらかとなっている。いわゆるトップになるためには、それだけの育成・強化の時間が必要ということである。なぜこれだけの時間が必要なのか?さらには、この時間に何をトレーニングすれば良いのか?が大きな論点となる。その答えは、10,000 hour の内訳で “6,000 hour of general sport training” 「6,000 時間の基礎運動能力トレーニング」と “4,000 hour of sport specific skill training” 「4,000 時間の競技専門トレーニング」であると報告されている。さらに以下の2点がジュニア期における育成には重要とされている。

- ① 基本的運動スキル (Fundamental movement skills : FUNdamentals) の効果的な獲得ならびに向上には、“windows of opportunity” 「絶好の機会」と呼ばれる時期が存在する。いわゆるトレーニングに対する適応に最適の時期のことである (適時性) (図 1)。
- ② 身長 の最大発育速度 (PHV : peak height velocity) と体重 の最大発育速度 (PWV : peak weight velocity) といった成熟度は、運動能力の発達に重要な影響をもたらすとされている。よってそれらを考慮したトレーニング方法を提供する必要がある。

PHV に関しては、その直前までに Speed (スピード)、Skill (巧緻性、敏捷性などの基本的な運動能力)、Flexibility (柔軟性) が著しく向上すること、PHV 後では、Speed (スピード)、Strength (筋力、パワー)、Stamina (持久力) の著しい向上がスタートすることがあきらかとなっている。よって、発育発達とあわせて適切な運動プログラムを構成する事が、効果的な運動能力向上には必要とされている。このように、これら多くの研究報告から、トップ選手の発掘・育成には、一貫した指導理念に基づく、個人の特性や発達段階に応じた最適の指導の重要性、ならびにそのための計画的な指導の必要性が伺える。

基本的運動スキルの獲得において、特に ABCs (Agility, Balance, Coordination, Speed) は、われわ

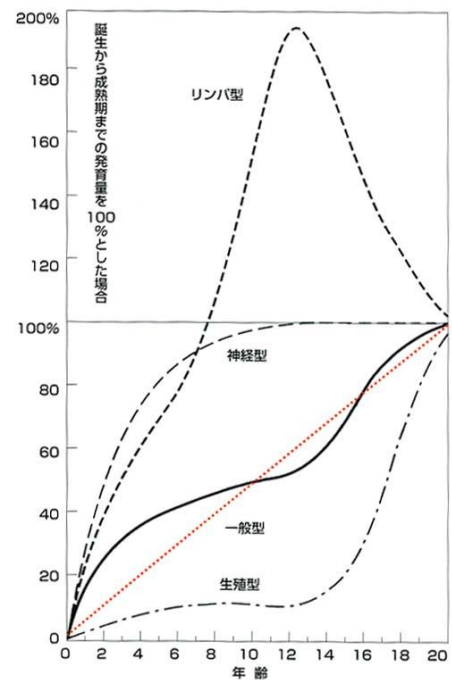


図 1 スキヤモンの発育発達曲線
6歳で神経系は大人の90%
(スキヤモン, 1930年)

れが対象とする小学 4、5、6 年生は、最後の効果的な習得期間であることがあきらかとなっている。さらに、この時期は著しい成長により長くなった四肢の影響から、運動制御能力が低下する“adolescent awkwardness”「思春期のぎごちなさ」という状態が発生する可能性も指摘されている。この発達段階による運動制御の混乱では、既にこれまで獲得して来た運動パターンを再度学習して、完全なものに仕上げる必要がある。その推奨とされる運動プログラムは、上記に記載した ABCs やランニング、ジャンプ、投げるといった能力が挙げられる。こうした再学習も含めた運動の調整能力は、女子で 8～11 歳、男子で 9～11 歳に発達のピークを迎えるとされており、PMCV：peak motor coordination velocity「最大コーディネーション能力発達速度」と呼ばれている（Borms 1986, Rushall 1998）。こうしたことから、少なくとも複数年に渡って、個々の運動能力と発育発達とを詳細に観察しながら、その時々に必要なトレーニング要素を提供する必要がある。

このようにジュニア期特有の能力の発達と向上を目的としたトレーニング期間は、少なくとも 3～4 年間必要で、この年数は当初に記載した 10 年計画においても大きなウェイトを占める事から、計画性と一貫性がより重要となることはあきらかとなっている（表 1）。

具体的な事例では、アメリカオリンピック委員会（USCO）は、1984 年ロサンゼルスオリンピックから 1998 年長野オリンピックまでの全アメリカ代表選手を対象に調査を行い、2002 年に報告書を公表している。その中で、特に注目すべき点は、アメリカにおけるタレント発掘と選手の育成強化の過程を詳細に調査している点である。この報告書では、代表選手ならびにメダリストに対して調査した結果、最終的な特定種目に専門的に取り組む前に（7～13 歳と 24 歳まで）一般的なスポーツ経験を広く積んでいる事があきらかとなっている。報告書では、10 歳以前と 10 歳～14 歳の間に平均で 2.6～3.5 種

	ステージ5	表 1
段階	ハイパフォーマンス	
目的	最高のパフォーマンスを発揮すべく全ての要素を磨く	
男子(才)	20～	
女子(才)	19～	
概要	これまで培って来た能力を最大に発揮すべく、計画に基づいてトレーニングを実施する。試合経験を増やし、ベストパフォーマンスの発揮に注力する。	
活動頻度ならびに内容	専門競技中心。より専門化、個別化したトレーニングを実施する。レジスタンストレーニング、プライオメトリックトレーニング等、骨格筋、関節等への負荷が非常に高いトレーニングの効果がより望める。種目転向による戦略的競技の選択のラストチャンス（同一性、同質性）。	
その他	競技のピーク年齢を考慮。	
	ステージ4	
段階	競技の専門化	
目的	競技に特化したスキル、体力の獲得	
男子(才)	16,17,18,19,20	
女子(才)	15,16,17,18,19	
概要	ゲームパフォーマンスの向上を強く意識した身体トレーニングならびにスキルの獲得・向上を行う。ポジションや競技に応じたトレーニングも積極的に行う。後半では、戦術の理解等、知的面的向上や本格的なレジスタンストレーニングも行う。（個人特性の強化）	
活動頻度ならびに内容	専門競技中心。ゲームでのパフォーマンスを強く意識したトレーニングの実施。トレーニングの実施時間が大幅に増加する。レジスタンストレーニング、プライオメトリックトレーニング等、骨格筋、関節等への負荷が非常に高いトレーニングの効果が顕著になる。ケースによっては種目転向による戦略的競技の選択もある（同一性、同質性）。動機付けが重要。	
その他	体型の変化、男女差、柔軟性。競技のピーク年齢を考慮する。	
	ステージ3	
段階	競技入門、専門スキルのスタート	
目的	専門競技のスタート、基本的な専門スキルの獲得	
男子(才)	12,13,14,15,16	
女子(才)	11,12,13,14,15	
概要	これまで獲得してきた運動能力と合わせて専門競技のスキル獲得に努める。持久力が向上する時期であるので、心肺機能の向上に取り組む。また身体の成長も著しい時期であることから、成長痛やオーバーユース等に配慮する。あくまで成長に合わせた競技の基本的な技術獲得に注力する。（個人差を考慮して補強・強化）	
活動頻度ならびに内容	専門競技は週3～4回程度。専門競技以外のスポーツも可能であれば実施する。中学から専門競技がスタートするが、あくまで現在の専門であり、高校や大学での種目変更も十分視野に入れた選択も考える（中長期的視点）。ゲームだけでなく、練習による技術獲得も積極的に行う。充実感、達成感、目的意識が重要。	
その他	成長に伴う変化に注力。柔軟性、第二次性徴、成長速度。トレーニング年数の影響を考慮。	
	ステージ2	
段階	基本的な運動能力、スキルの獲得・洗練	
目的	あらゆる基本的な運動能力、スキルの獲得と洗練化	
男子(才)	7,8,9,10,11,12	
女子(才)	6,7,8,9,10,11	
概要	これまでに獲得した基礎的な運動能力を組み合わせたしりながら、より複雑な動きへ展開する。もしこれまでに獲得出来ていない基礎的な運動能力があれば、ここでの獲得がラストチャンスとなる。状況判断等、認知能力を駆使した運動能力の発達もスタートする。競技に特化した運動スキルの獲得のみにならないように配慮する。（コーディネーション能力、スピード強化）	
活動頻度ならびに内容	専門競技は週2～3回程度。専門競技以外のスポーツも積極的に2～3種目実施する。実施種目から将来の専門競技を選択しだす（長期的視点）。ゲームを通じていろいろな能力の獲得を。楽しさ、充実感を重視。	
その他	スピード、反応、敏捷性、リズムの養成はラストチャンス。柔軟性を考慮。成長速度と競技経験年数（年、月単位）を考慮。	
	ステージ1	
段階	能力の獲得	
目的	基本的な運動能力の獲得	
男子(才)	4,5,6,7	
女子(才)	3,4,5,6,7	
概要	競技に特化した動きや技術を取得する前に、その基礎となる運動能力を獲得する。活動は、遊びも含めて楽しく積極的に行う。「バランスを取る動き」「移動する動き」「用具等を操作する動き」（アジリティ、バランス、コーディネーション、スピード）	
活動頻度ならびに内容	専門競技は週1～2回程度。専門競技以外のスポーツも積極的に2～3種目実施する。できるだけゲーム中心。楽しさが重要。	
その他	5秒以内の敏捷性が著しく向上 Bayliの資料を参考に矢野が改編作成	

目のスポーツを実施しており、15～18 歳においても平均で 2.6～2.8 種目を実施している。アメリカでは多くのスポーツがシーズン制を実施しており、複数の種目を年間通して実施できる環境にあることから、小学生高学年以降も専門特化した競技のみへの取り組みにならないシステムが形成されている。その結果、このような取り組みは、多面的な運動能力の発達（Multi-lateral Development）の促進に大きく貢献しているものと考えられている。

HJSA では、H21 年度（2009）8 月より身体能力開発・育成プログラムを開始した。初年度は 4、5、6 年生 80 名を 2 グループに分け、各 6 回ずつのプログラムを実施し、全後半で入れ替えて全ての選手が同一内容のメニュー計 12 回を受けられる様に実施した。プログラム内容は「反応速度」「バランス」「巧緻性」の向上を目的とした。

H22 年度（2010）は、4 月より 4、5、6 年生それぞれの学年ごとで指導者を固定し、計 16 回の年間プログラムを実施した。プログラム内容は、適時性を考慮した「反応」「スピード」「バランス」「巧緻性」の向上を目的とした。

H23 年度（2011）からは、2 年間の実施状況を検討した上で、コーディネーションの 7 つの項目（定位、反応、連結、分化、リズム、バランス、変換）を中心にプログラムを学年ごとに構成し、年間を通して実施した（図 2、3）。この年度以降、3 年間で 1 つの育成指導の流れを構成する一貫指導を強く意識した

表 2

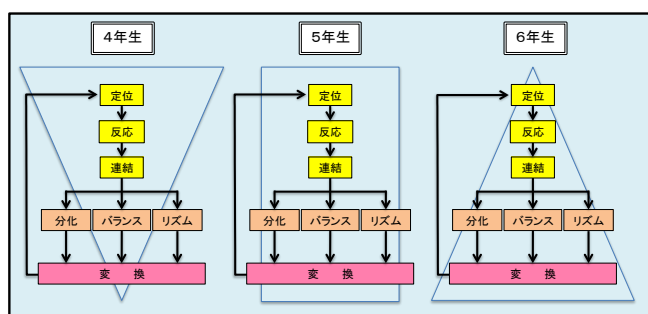


表 3

No.	期 日	身体・知的能力開発・育成プログラム		
		4年生	5年生	6年生
1	4月9日	0	複合トレーニング	複合トレーニング
2	4月23日		ジュニアスリット記録会	
3	5月14日	①	開講式、知的能力開発・育成プログラム	
4	5月28日	1	測定	測定
5	6月11日	2	定位・反応・連結-1	定位・反応・連結-1
7	6月25日	3	定位・反応・連結-2	分化・リズム・バランス-1
8	7月16日	4	分化・リズム・バランス-1	分化・リズム・バランス-2
10	7月30日	5	変換-1	変換-1
11	8/24-26		夏期合宿プログラム	
12	9月3日	②	知的能力開発・育成プログラム	
13	9月24日	6	測定	測定
14	10月22日	7	定位・反応・連結-3	定位・反応・連結-2
16	11月5日	8	定位・反応・連結-4	分化・リズム・バランス-3
17	11月19日	9	分化・リズム・バランス-2	分化・リズム・バランス-4
19	12月3日	10	変換-2	変換-2
20	12月17日	11	定位・反応・連結-5	定位・反応・連結-3
22	1月14日	12	定位・反応・連結-6	分化・リズム・バランス-5
23	1月28日	13	分化・リズム・バランス-3	分化・リズム・バランス-6
25	2月11日	14	変換-3	変換-3
26	2月25日	15	総合トレーニング	総合トレーニング
28	3月10日	16	測定	測定
29	3月24日	③	知的能力開発・育成プログラム、終了式	

プログラム構成となり現在に至る（図 4、5）。このプログラム構成は、前述したように、この年代の発達発達の特性を強く意識した構成とした。特に PMCV の時期は、一般的に「ゴールデンエイジ」と呼ばれる運動学習能力の最適な時期であり、素早い運動能力の獲得である「即座の習得」が可能である。よってコーディネーションを中心とした ABCs の能力向上を目的としたプログラム構成をおこなっている。

「今後の展望」

現在、HJSA の 1 期生が高校 2 年生に、4、5、6 年の 3 カ年間に在籍した選手達が中学 3 年生の状況である。その間に、小学生ならびに中学生のカテゴリーで結果を出している選手達も出て来ている。しかし、

表 4

平成24年度ひょうごジュニアスポーツアカデミー実施要項			
No	月	日	身体、知的能力開発・育成プログラム
			4年 5年 6年
1	4	14	0
2	4	21	アカデミー生選考会 兼 ジュニアアスリート記録会
3	5	12	① 開講式、知的プログラム
4	5	26	1 測定 測定 測定
5	6	16	2 定位・反応・連結-1 定位・反応・連結-1 定位・反応・連結-1
6	6	30	3 定位・反応・連結-2 分化・リズム・バランス-1 分化・リズム・バランス-1
7	7	14	4 分化・リズム・バランス-1 分化・リズム・バランス-2 変換-1
9	7	28	5 変換-1 変換-1 変換-2
12	10	6	6 測定 測定 測定
13	10	20	7 定位・反応・連結-3 定位・反応・連結-2 定位・反応・連結-2
15	11	3	8 定位・反応・連結-4 分化・リズム・バランス-3 分化・リズム・バランス-2
16	11	17	9 分化・リズム・バランス-2 分化・リズム・バランス-4 変換-3
17	12	1	10 変換-2 変換2 変換-4
18	12	15	11 定位・反応・連結-5 定位・反応・連結-3 定位・反応・連結-3
20	1	12	12 定位・反応・連結-6 分化・リズム・バランス-5 分化・リズム・バランス-3
21	1	26	13 分化・リズム・バランス-3 分化・リズム・バランス-6 変換-5
23	2	9	14 変換-3 変換-3 変換-6
24	2	23	15 総合トレーニング 総合トレーニング 総合トレーニング
26	3	9	16 測定 測定 測定
27	3	23	③ 知的プログラム、修了式

表 5

平成25年度ひょうごジュニアスポーツアカデミー実施要項			
No	月	日	身体、知的能力開発・育成プログラム
			4年 5年 6年
1	4	13	0 総合トレーニング(3F) 総合トレーニング(3F)
2	4	20	アカデミー生選考会 兼 ジュニアアスリート記録会
3	5	18	① 開講式、知的プログラム
4	5	25	1 定位・反応・連結-1(3F) 定位・反応・連結-1(2F) 定位・反応・連結-1(3F)
5	6	22	測定① 測定① 測定①
6	6	29	2 定位・反応・連結-2(2F) 分化・リズム・バランス-1(3F) 分化・リズム・バランス-1(3F)
7	7	13	3 分化・リズム・バランス-1(3F) 分化・リズム・バランス-2(3F) 変換-1(2F)
9	7	27	4 変換-1(3F) 変換-1(2F) 変換-2(3F)
10	8	3	5 総合トレーニング-1(2F) 総合トレーニング-1(3F) 総合トレーニング-1(3F)
11	9	7	② 知的プログラム
12	10	5	測定② 測定② 測定②
13	10	26	6 定位・反応・連結-3(2F) 定位・反応・連結-2(3F) 定位・反応・連結-2(3F)
15	11	2	7 定位・反応・連結-4(3F) 分化・リズム・バランス-3(2F) 分化・リズム・バランス-2(3F)
16	11	16	8 分化・リズム・バランス-2(3F) 分化・リズム・バランス-4(3F) 変換-3(2F)
18	11	30	9 変換-2(2F) 変換2(3F) 変換-4(3F)
19	12	7	10 定位・反応・連結-5(3F) 定位・反応・連結-3(2F) 定位・反応・連結-3(3F)
21	1	11	11 定位・反応・連結-6(3F) 分化・リズム・バランス-5(3F) 分化・リズム・バランス-3(2F)
22	2	1	12 分化・リズム・バランス-3(2F) 分化・リズム・バランス-6(3F) 変換-5(3F)
23	2	8	13 変換-3(3F) 変換-3(2F) 変換-6(3F)
24	2	22	14 総合トレーニング-2(3F) 総合トレーニング-2(3F) 総合トレーニング-2(2F)
26	3	8	測定③ 測定③ 測定③
27	3	22	③ 知的プログラム、修了式

ジュニアアスリートの育成における1つの特徴は、求める最大の結果は、育成開始から少なくとも5

～10年の時間を要する事にある。成果を競技力と捉えるなら、短期の成績になるが、それはこれまでの強化育成でみられる早期専門化ならびに早熟選手による集中強化に繋がることになる。適時性の育成強化を怠ったが故に、シニア期に至って競技力の伸び悩みやバーンアウトでトップレベルから消えていった選手が数多くいたことは周知の通りである。その反省から、今日の一貫指導やジュニアアスリートに対する育成指導法の研究がなされ、JOCやJISSを始め各競技団体がその方法を模索しているのが現状である。よって、この取り組みの成果に関しては、経過ごとで指導体制の合理性や妥当性を専門家を含めたメンバーで検討することで、そのシステムが正常に機能している事が1つに挙げられるのではないかと考える。何よりもこのHJSAの取り組み自体が、非常に貴重な情報であり、その活動を報告することが、兵庫県の競技レベル、人口、経済的規模から考えても、非常に価値があると考えられる。よって、定期的にその活動内容を広く告知することが、大きな意味を持つものと考えている。

その上で、2つ目は、身体能力が高く、将来トップを目指す選手達を広く公平に選出することが重要であると考えている。そのためには、この取り組みがより広く県民に認知され、選考会等にチャレンジする機会が広く与えられることが、重要であると考えている。現段階では運営に関する人材等の制限から、活動拠点が限られるため、自ずと参加可能な地域範囲も限られているが、それでもその範囲でのより積極的な広報活動は、タレントの発掘には重要であると考えている。この点は、今後も引き続き検討していく必要があると考えている。

最後に、兵庫県のこの取り組みは、競技非特化型や兵庫体育・スポーツ科学学会が常時サポートする取り組みであり、これらの点が他府県のタレント発掘事業にはほとんどみられない大きな特徴の1つとなっている。よって、将来得られる成果ならびに育成データは、非常に貴重な情報になると考えられる。つまりHJSA自体が、非常に重要な成果の1つであり、そこで蓄積されるノウハウやデータ等は全て重要な成果であると言えるのではないかと。よって、今後はオリンピック等のトップレベルの競技会に選出される選手を一人でも多く輩出すると同時に、それまでに蓄積した情報から、その後のジュニアアスリー

トの発掘・育成に対する情報提供を少しでも多く提供できるようにすることが、課題になるかと思われる。そのためには、この取り組みや運営方法をより強固なものにするため、他府県の同様の事業や JOC との情報交換による育成指導の向上や発育発達による運動能力向上の研究成果のフィードバック等で一貫指導の質の向上をおこなう必要があると考える。そして、こうした取り組みの延長上に“スポーツ王国兵庫”の確立があると考えている。

参考文献

- ・ Balyi, I., Way, R., Higgs, C. (2013) Long - term athlete development. Human Kinetics.
- ・ Baly, I. (2001) Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia. Canada Sports Med BC.
- ・ ひょうごジュニアスポーツアカデミー報告書（平成 21 年度，平成 22 年度，平成 23 年度）
- ・ 久木留毅. (2009) スポーツ政策における一考察-日本のエリートスポーツにおける一貫指導システムの問題と課題-. 専修大学社会体育研究所所報. (57) 27-36.
- ・ 内藤拓也 (2012) 世界を制覇した米国アスリートに観るタレント発掘とトップ選手強化育成-米国オリンピック委員会調査レポート-. 笹川スポーツ財団.
- ・ Rhodri, L., Jon, O. (2012) The youth physical development model: A new approach to long-term athletic development. Strength & Conditioning Journal. (34)61-72.

(矢野 琢也)

3. ジュニア期の発達段階に応じた指導方法の確立

① 適時性と個人の発育発達を考慮したプログラム構築

日本オリンピック委員会の調査⁽¹⁾によると、ジュニアでトップレベルにあった選手 439 人のうち、ジュニア期（高校生まで）でのみトップ水準を維持したものが 33%、大学まで維持できたものは 24%、成人期までが 20%であり、早熟競技者が上手く育てることができていない現状を示している。また、ジュニアエリート選手は、高校や大学終了を期にその競技を辞めてしまうことが多く、「向上に限界を感じたから」という理由が大半を占め、長期的視野に立った選手育成がいかに重要かつ困難であるかを示している。

脇田ほか⁽²⁾は、神経系について男女とも極めて類似した発達過程を示すが、筋出力系については 13 歳以降に男女で異なる発達過程を示すことを報告している。また、宮丸ほか⁽³⁾は小学校 6 年生時において優れた疾走能力を示した児童は、一般の児童に比べ、骨年齢の成熟度から生物学的に約 3 歳早熟であることを報告している。さらに広瀬⁽⁴⁾らは、身長増加と反応時間の変化は、暦年齢と骨年齢で異なった様相を示すことを報告している。以上の報告からも、平均値等による統計値では見落とされやすい個人の能力の変化に着目することは、タレント発掘事業において大変意義のあることである。そこで、HJSA 測定会で得られた各個人の測定値の 3 年間の推移を男女別に図 1、図 2 に示した。男女とも、30m 走と MB 投において、5 年時に一度低下するアカデミー生がいることが分かる。また反復横跳は 5 年時から 6 年時にかけて低下する者もあり、さらに男子の立三段跳でも、5 年時から 6 年時にかけて顕著に低下する者も数名みられる。

成長期には、急激な体格要素の変化により一時的に運動能力が低下する現象が生じることがあり、クラムジー (clumsy) と呼ばれている。広瀬⁽⁵⁾は、成長スパート期には膝蓋骨の相対的な上方変位が起きることや、成長期の急激な骨成長による大腿四頭筋一筋ユニットへの日常的な牽引ストレスがかかることを説明しているが、発育期に通常みられる骨と筋・腱の成長のアンバランスがクラムジーの原因の一つであると考えられている。運動能力が向上していないか、あるいは低下している者がいることから、アカデミー生の中で一時的に運動能力が低下しているクラムジーな者がいることが伺える。以上の観点からも個人の発育発達を考慮したプログラム構築の重要性が伺える。

伊藤⁽⁶⁾は、小・中学校段階における筋の発達には、著しい個人差、スポーツ種目差が認められることを指摘し、その発達は個人の能力の違いやトレーニングの成果と解釈するよりも、むしろ発育の遅速によってもたらされるものであることを示唆している。また船渡⁽⁷⁾は、成長期における身長は生物学的年齢とみなせる骨年齢と相関が高いことを明らかにし、身長が生物学的年齢を表す簡便な指標と成り得るとしている。このことを踏まえると、クラムジーな者がいるアカデミー生の指導には細心の注意を払い、評価にも身長の変化のような生物学的年齢に着目することも必要であると考えられる。タレント発掘及びトップアスリート養成のためには、長期間の一貫指導を課し、身体の発育・発達に応じて適正な時期に適正な質と量を兼ね備えたトレーニングを処方することが重要視されている。そのためには、暦年齢による能力の評価に加え、適時性を考慮した生物学的年齢による評価も活用できる体制を整えるこ

とが重要であると考える。

サッカーW杯ブラジル大会において、我が日本代表チームの惨敗は記憶に新しいが、この度のメンバー特性には特筆すべき傾向がある。幼少期、身長や運動能力で同学年の中で後れを取りやすい早生まれ（1月から3月生まれ）は、最大約12ヶ月の成熟の遅れが内在する。1998年の代表チームメンバー23人中3人であった早生まれ選手は、この度の代表チームにおいて23人中10人と増加している。Jリーグのメンバーは、4月から翌年3月という学年単位でその構成比率をみると、誕生月が遅いほど人数が格段に減少する傾向を示している。プロ野球でも同じ傾向がみられる。この度の代表選手は異質の傾向を示すといえる。これは、U17W杯、U20W杯、五輪の年齢制限区分けが1月1日であることが影響していると考えられる。このことは、日本サッカー協会が主体となり、学年より一つ上の学年の早生まれ選手発掘に目を向けてきた成果といえる。

これらの知見も今後のタレント発掘事業に大きな示唆を与えるものであると考えられる。スポーツトレーニングの効果には適時性以外に特異性もあり⁽⁸⁾⁽⁹⁾、トレーニングに用いた運動様式、運動速度、持続時間および運動強度に応じて異なった反応を示すことから、ジュニア期のスポーツ活動が身体に及ぼす効果は、各スポーツ活動レベルによって異なることは当然のことである。今後も、ジュニアトップアスリートの形態や体力要素及び競技レベルの経年的変化とトレーニング内容との関連性に着目し検討することが重要である。

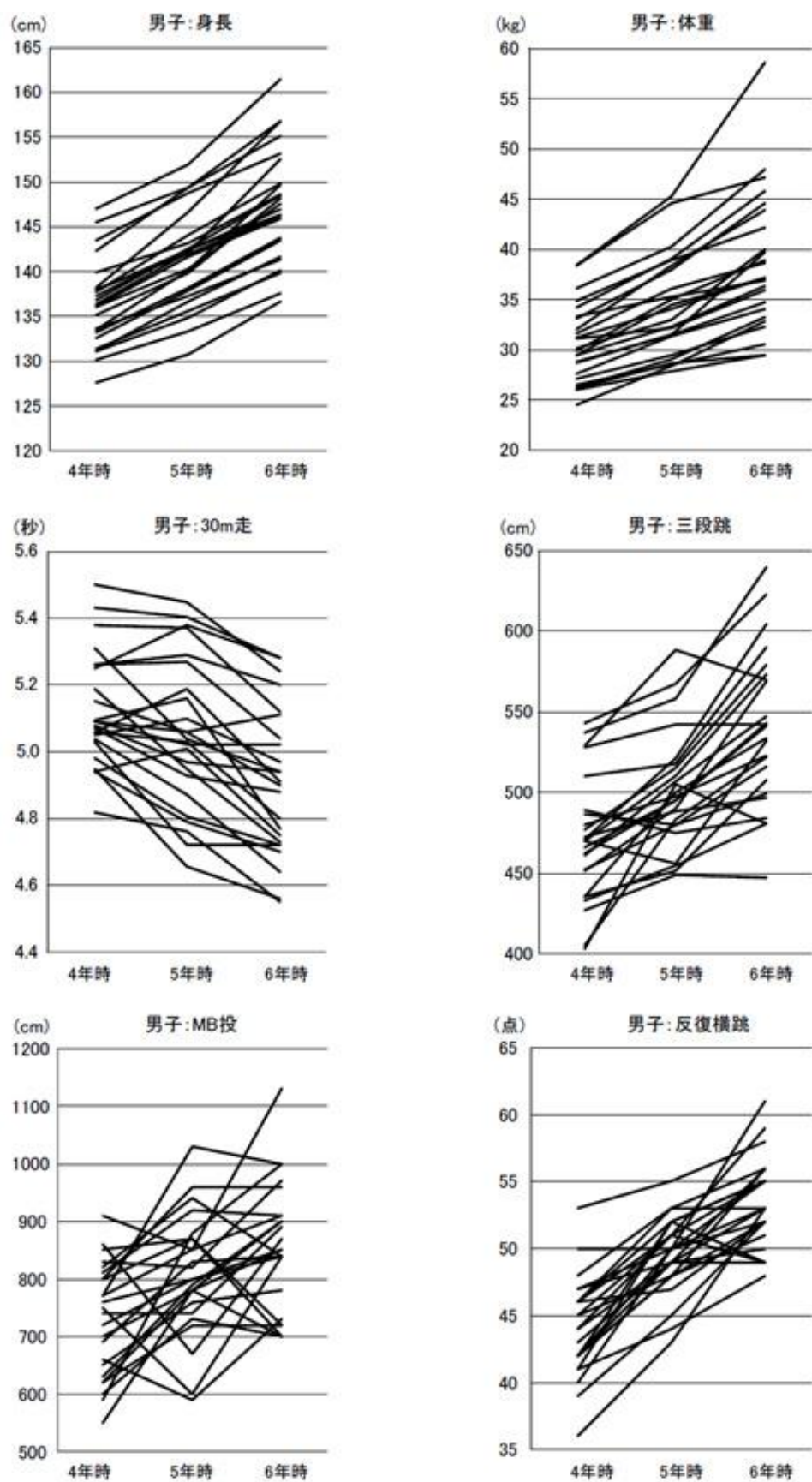


図1 個人の測定値の縦断的变化（男子）

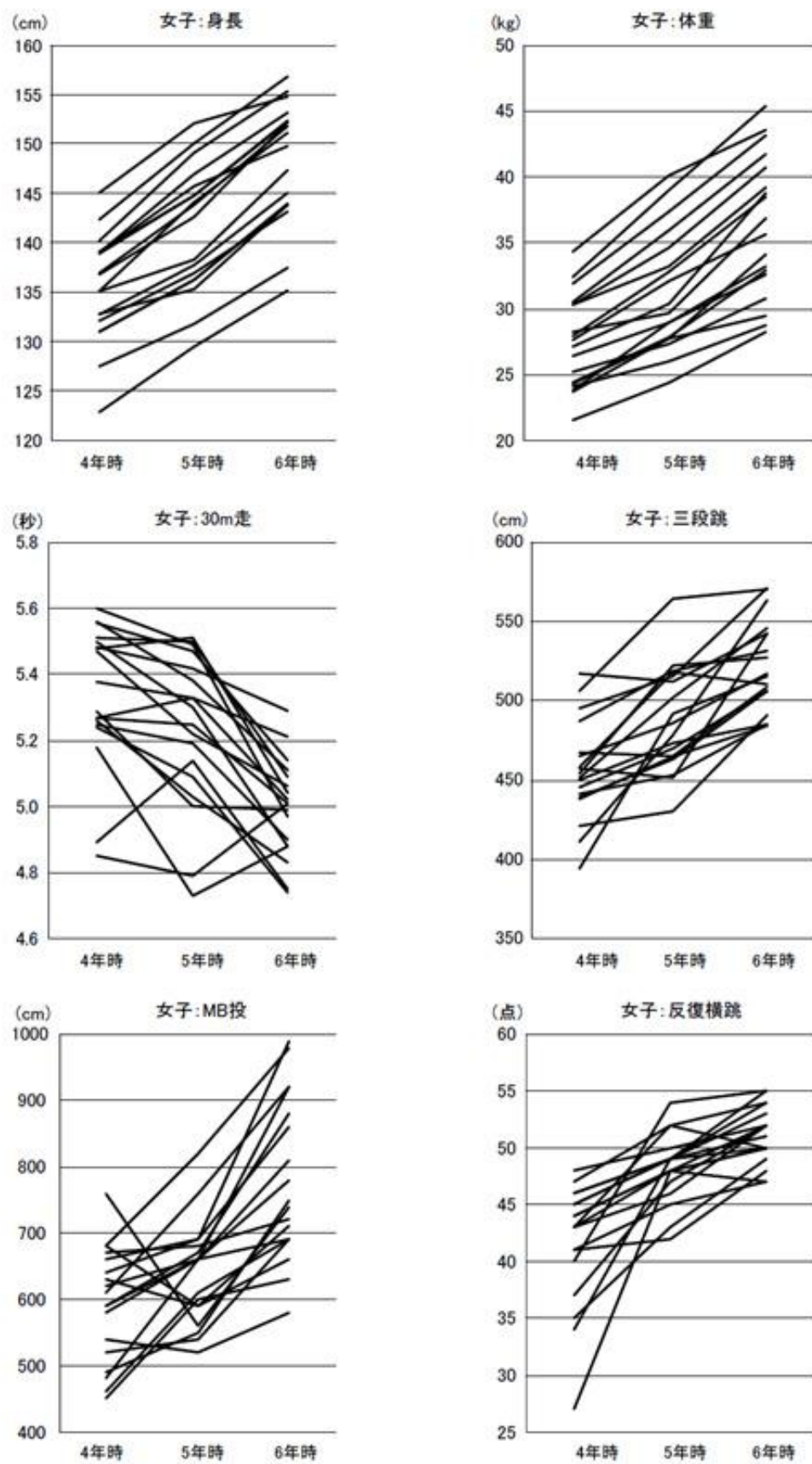


図2 個人の測定値の縦断的变化 (女子)

引用文献

- (1) 日本オリンピック委員会選手強化本部：発育期におけるトップアスリートの軌跡調査報告書．21世紀における日本の選手強化のトータルシステムのあり方についての調査研究事業
- (2) 脇田裕久ほか（1997）反応動作直前に出現する抑制現象の発達．三重大学教育学部研究紀要．75－85
- (3) 宮丸凱史ほか（1992）発育期の子どもの疾走能力の発達に関する研究（2）－疾走能力の優れた児童の特徴－平成3年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 スポーツタレントの発掘方法に関する研究－第3報 137-145
- (4) 広瀬統一、平野 篤、石栗 建、福林 徹（2000）成長期サッカー選手の敏捷性の骨年齢/暦年齢での比較．体力科学 49(6)：855.
- (5) 広瀬統一（2006）スポーツ選手の骨成長と膝痛．臨床スポーツ医学. 23（9）：1005.
- (6) 伊藤静夫（1998）ジュニア期のスポーツトレーニングによる身体の特異的発達．体育の科学（48）：718.
- (7) 船渡和男（1989）子どもの筋力．体育の科学. 39（11）：846-850.
- (8) Kanehisa, H. and M. Miyashita: Specificity of velocity in strength training . Eur. J. Appl. Physiol, 52:104-106, 1983
- (9) Sale, D. and D. MacDougall: Specificity in Strength training ; a review for the coach and athlete. Can. J. Appl. Sport Sci, 6:87-92, 1981

（長野 崇）

② 保護者プログラム

ひょうごジュニアスポーツアカデミーは2009年から始まり、本年度で丸5年を経過した。この5年間の保護者サポートプログラムを振り返って将来のあるべき姿を考えたい。

保護者サポートプログラムは2009年度の報告書に示したとおり、アカデミー生の身体能力開発・育成プログラムを成功させる為には保護者の理解と援助が必要であるとの考えから設定された。プログラムはアカデミー生の身体能力開発・育成プログラムと平行して開催されるため、身体能力開発・育成プログラムの見学か保護者プログラムへの参加は自由選択としたが、親心としては子どものプログラムを見学したくなるのも納得できる話である。ただ、関心のある内容に関しては多くの参加者があり、それぞれの質問も多く見られる。

2011年度には3年目の区切りとして保護者プログラムについてまとめてあるが、その後の2年間で身体能力開発・育成プログラムや知的プログラムの内容は大きく改善されつつある。根本的な考え方には大きな変化があるわけではないが保護者プログラムに必要とされる内容について考察したい。

トップアスリートを育成する為には様々な分野の専門家の協力と援助が必要である。監督、コーチ、マネージャー、チームドクター（整形外科医、内科医、歯科医、眼科医、オプトメトリスト、耳鼻咽喉科医、ホームドクター等）、トレーナー（アスレティックトレーナー、理学療法士、柔道整復師、鍼灸師、あんま・指圧・マッサージ師、カイロプラクター、整体師、ストレングスコーチ、コンディショニングコーチ、フットトレーナー、ウェアメーカー、装具メーカー等）、スポーツ科学者（スポーツ心理学者、スポーツ生理学者、スポーツ社会学者、スポーツ栄養学者、スポーツアナリスト等）等である。しかし子どもたちにとっての最大の協力者は常に子どもたちと触れ合っている保護者以外の何者でもない。あらゆる情報を保護者に提供し、子どもたちの能力開発に必要な協力をお願いする必要があるが、限られた時間の中では伝えられることに限界がある。（2011年度報告書より）

過去5年間に開催された主な講演、講習の内容を振り返ってみる。

スポーツタレント発掘－世界および国内の状況－、タレント発掘事業の現状と課題、ひょうごジュニアスポーツアカデミーの目指すところ、アスリートのサポートについて、（スポーツ科学者）、医者のかかり方について、発育期のスポーツ障害（スポーツドクター）子どもの目に関するとても大事なこと、スポーツビジョン（オプトメトリスト）、熱中症の予防（スポーツ科学者）、スポーツと栄養、ジュニアの身体作り、試合期の食事のとり方（管理栄養士）、スポーツをする子どもに必要な身体能力要素について（トレーナー）、ジュニアアスリートの心理サポート、チャンピオンを育てる方法－Optimal Push を考える－、スポーツの心理学、思春期の子どもの心理・発達の理解と接し方、スポーツと心理－上達を生み出すメンタルとは－（スポーツ心理学者）、運動発達と脳（運動生理学者）、ストレッチング実習、ストレッチング&コアトレーニング実習（アスレティックトレーナー）、アカデミー生とその進路、パスウェイ（進路）について、パスウェイ（県内中・高校の競技スポーツの現状）（競技力向上指導主事）、大切なことはサッカーから学んだ（サッカー監督）、トップアスリートの育て方（全日本サッカー選手の母親） このように多くの子どもたちをサポートするプログラムが提供されているが、基本となるのは「の

かかり方、発育期のスポーツ障害」「スポーツ栄養学」「スポーツ心理学」等であり「タレント発掘事業」「パスウェイ（卒業後の進路）」等も欠かすことができないことが理解できる。

また、保護者を対象とした実技指導（ストレッチング）等も参加する保護者は勿論、子どもたちが行っている運動を理解する意味でも好評である。昨年度はスポーツ実践経験者の「大切なことはサッカーから学んだ」や有名トッププロ選手の母親からの「トップアスリートの育て方」といった話題も組み込まれるようになり、子どもたちの将来の夢をかなえるための保護者の意識を高めるためにもすばらしい話題提供となった。できれば親子ともども聞いて欲しい内容であり、家庭に持ち帰って親子の話題として話し合ってもらいたい内容でもある。

各講師が講演を行われた後には必ず保護者からの質問があるが、全体的な内容よりは個々の子どもたちに対する質問が多く見られる。むしろ講演会が終了してからの質問の方がわが子に関する質問であり本人にとってはより有難いに違いない。それぞれの講師に対する質問も重要だと思われるが、限られた開催日数、時間に制限があるため十分に保護者の質問に対応できていないのが現状である。

昨年度は開催ができなかったが、保護者相談の時間を多くとることも今後の課題と考えられる。学術的話題も大切だが、むしろ家族がかかえている子どもたちの様々な質問に答えてくれる方が保護者にとってはより有益と思われる。ただし、担当者も限られた人材でまかなっているため、多様な質問に対応できるだけの人材を配備することが難しい問題でもある。

（辻田 純三）

ひょうごジュニアスポーツアカデミーH25 保護者プログラム（栄養サポート）

平成 21 年度から平成 23 年度には、①成長期に必要な栄養素と摂取方法、②ジュニアスポーツ選手の成長のための栄養素と摂取方法、③ジュニアスポーツ選手の試合期の栄養と摂取方法について、3 回にわけて保護者に向けて講義をした。平成 24 年度は①のテーマで 1 回、②・③のテーマを合わせて 1 回の計 2 回保護者に向けて講義した。平成 22 年度から、平成 25 年度まで 3 日分の食事内容を保護者に記入してもらい、栄養計算ソフトで計算した結果をシートにし、コメント欄に改善案を記入し、返却した（図 1）。この食事調査結果をもとに、成長期に必要な栄養素と摂取方法をより重視して講義することが必要と判断し、平成 25 年度は、①成長期に必要な栄養素と摂取方法についての講義を行い、食事調査の必要性、記入方法と、栄養計算結果シートの見方を説明した。食事調査用紙は後日回収し、栄養計算ソフト“エクセル栄養君”を使用し、摂取栄養量を算出した。また、栄養計算結果シートのコメント欄に 1 日分ずつ改善案を記入し、保護者へ返却した。

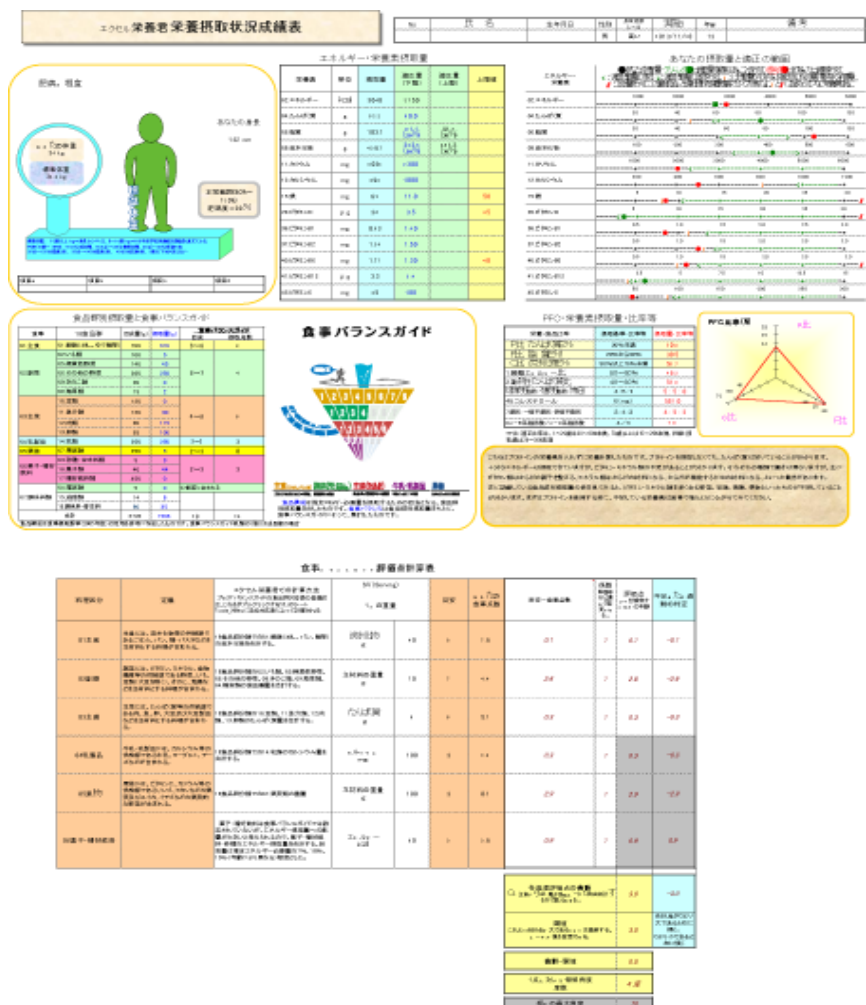


図1. 保護者に返却した摂取栄養量計算結果とコメントシート

講義内容は5年間ほぼ変わらない内容とし、持ち上がりの保護者は同じ内容を受講することになるが、食事調査結果から、必要な内容を抽出し同じ内容を受講することで、成長期のスポーツ選手にとって必要な栄養素と摂取方法を再認識し、毎日の食事に活かせるよう講義した。食事調査結果のまとめを、2013年・2014年の兵庫体育スポーツ科学学会で発表した。

2009年度から2012年度まで2泊3日の合宿を行い、ビュッフェ形式での食事選択を経験することで、成長期のスポーツ選手にとって必要な栄養素を摂取するために、どのような料理や食材を、どれくらいの量摂取すればよいのかについて学んだ。具体的には赤＝肉・卵を含む主菜、だいたい＝魚・豆腐・大豆食品を含む主菜、黄＝ご飯・パン・麺類などの主食、緑＝緑黄色野菜・海藻類・イモ類などを含む副菜、青＝淡色野菜を含む副菜、藍＝牛乳・乳製品、紫＝果物の7色の料理や食材を講義で説明し、7色を毎食揃えることがスポーツ選手の栄養摂取には重要なことを説明した。食事会場では、各料理に当該色のシールを貼り、毎食意識して7色のシールが揃うように選択させた。

(坂元 美子)

③ 知的プログラム5年間の歩み

知的プログラムは、ひょうごジュニアスポーツアカデミーが開始された初年度から身体プログラムと並んで進めているプログラムである。

知的プログラムの目的は、アスリートとして必要なコミュニケーション能力、問題解決能力の向上をはかるために、「人の意見を傾聴し、自分の考えをしっかりと伝える」、「仲間との信頼関係を作るために積極的に関わる」姿勢を身につけるきっかけとすることを目的に立ち上げた。

2009年度は年間2回、2010年度から3回のプログラムを実施しているが、2年目から2泊3日の夏期合宿を取り入れ、通常のトレーニングでは時間の制約等で果たせない、チームビルディングにも取り組む機会を得ている。

以下の記録は5年間の例年の知的プログラムの記録から、ねらい、概要、参考資料を付記している。また、途中には夏期合宿での成果を見るために行ったIKR（生きる力）効果測定の結果や学会発表レジュメを参考に載せている。

2009年度知的プログラム報告

第1回知的プログラム

開催日時：第1回：10月10日14時～16時30分

第2回：2月13日14時～16時30分

開催会場：体育室、多目的室、柔道場、剣道場

指導：土肥隆、小野昌二、長野崇、高見彰

アシスタントコーチ

知的プログラムの目的：

ASEを通じて、アスリートとして必要なコミュニケーション能力、問題解決能力の向上をはかるために、「人の意見に傾聴し、自分の考えをしっかりと伝える」、「仲間との信頼関係を作るために積極的に関わる」姿勢を身につける。

ASEとは：今回取り組んだ知的プログラムはASE「社会性育成のための実践体験（Action Socialization Experience）」とよばれる人間関係をより強固なものに造りあげていくためのプログラムをとりあげた。

ASEは、イニシアティブ・ゲーム（Initiative Games）とも呼ばれ、個人では解決できない課題に対し、グループで協力しながらその課題を解決していく活動である。ゲームの目的は、勝敗を競ったり、正解を導くことにあるわけではなく、課題を解決していく過程で仲間とのコミュニケーションを活発にし、信頼感や協力性を生み、仲間がひとつになって取り組むことにある。このような流れの中で、自分を見つめ、お互いをよく知りあい、集団での活動の仕方を学ぶとともに、責任感や問題解決能力を身につけることができる。

また、指導者の立場からすれば、ひとりひとりのリーダーシップやフォロワーシップの状況、グループの凝集性といったグループダイナミクス的な側面をはじめ、個々の性格や体力的な側面を観察することもできる。そのため、ASEはグループ（集団）を作った早い段階の時期に行ったり、グループの成果を確かめるために行われたりもする。

教育効果が認められ、今ではJリーグのジュニアユースからトップチームまでがチームビルディングのためのトレーニングとして取り組んでおり、また他のスポーツ団体もASEに取り組む機会が増えてきている。

ASEの課題をグループで解決する場合は、次のようなステップを踏みながら行われる。（図1）

STEP2 から STEP 4 を通して、どのような「課題解決能力」の要素が期待できるか。

- ・ 今までの知識や経験から解決方法を引き出す→→知識、経験
- ・ 解決方法を考える→→思考力、創造力
- ・ 解決の見通しをたてる→→洞察力
- ・ どの能力や方法によって解決が可能か判断する→→判断力
- ・ 解決方法、手段を決断する→→決断力
- ・ 行動に移す→→行動力、体力、勇気
- ・ 根気強く試行錯誤をくり返す→→忍耐力、観察力
- ・ 失敗してもあきらめないという強い意志を持つ→→精神力、向上心

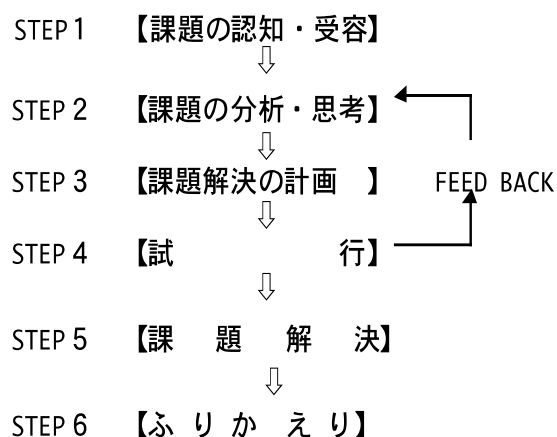


図1 イニシアティブゲームの FLOW CHART

プログラムの概要

日程表：

指導スタッフ集合 12 時

アシスタントコーチ 12 時 30 分 打合せ

体育室にスクール生全員集合 13 時 45 分 グループごと集合

14 : 00 趣旨説明（高見） アイスブレイク（高見） 移動
 14 : 30 アクティビティ 1（15 分） AC2 名 移動（5 分）
 14 : 50 アクティビティ 2（15 分） AC2 名 移動（5 分）
 15 : 10 アクティビティ 3（15 分） AC2 名 移動（5 分）
 15 : 30 アクティビティ 4（15 分） AC2 名
 16 : 00 体育館集合
 全体振り返り
 16 : 10 評価シート記入
 16 : 25 次回インフォメーション
 16 : 30 解散

	フープ送り	空飛ぶ絨毯	GET UPS	ワープスピード
1400～1425	全体説明・アイスブレイク			
1430～1450	賀屋 A	賀屋 B	矢野 A	矢野 B
1450～1510	矢野 B	賀屋 A	賀屋 B	矢野 A
1510～1530	矢野 A	矢野 B	賀屋 A	賀屋 B
1530～1550	賀屋 B	矢野 A	矢野 B	賀屋 A
1600～1630	ふりかえり・評価シート			

アカデミー生感想（抜粋）

UF0 が難しかったけどがんばって協力できた
 UF0 は掛け声をかけながら意見を伝えて取り組めた
 UF0 が最初は出来なかったけどみんなの意見で成功してよかった
 ワープスピードは 1 秒台でよかった
 ワープスピードでボールを早く回せたのが楽しかった
 ワープスピードはどんどん速くなってびっくりした
 GETUPS が自分の意見で成功できてうれしかった
 ゲットアップスは意見が言えなくてもみんなの意見でできた
 GETUPS は少人数は簡単だったけど最後はなかなかできなくてくやしかった
 GETUPS がいちばんチームワークが必要で難しかった
 空飛ぶ絨毯がよく考えられてよかった
 空飛ぶ絨毯がうまくひっくりかえらなかったのが悔しかった
 空飛ぶ絨毯ははじめはうまくできなかったけどできた時はうれしかった
 意見が聞けた
 いろんな人と仲良くできた
 自分の意見が言えた
 他の人と協力できた

やればできた
 知らない人と楽しく協力できた
 みんなでいろんなやり方を考えた
 いろいろ意見が出せた
 みんなと話せるようになった
 アカデミーが楽しくなった
 コーチたちのことが前より面白く感じた
 協力して積極的に取り組むことができた
 もっと難しいものを用意してください。
 すごく楽しくてやりがいがあった

第2回知的プログラムの概要

開催日時：第2回： 2月13日 14時～16時30分

開催会場：体育室、多目的室、柔道場、剣道場

指 導：土肥隆、小野昌二、長野崇、高見彰

アシスタントコーチ

日程表：

指導スタッフ集合 12時

アシスタントコーチ 12時30分 打合せ

体育室にスクール生全員集合 13時45分 グループごと集合

14:00 趣旨説明（高見） ムービングスカーフ（高見） 移動

14:30 アクティビティ1（15分）AC2名 移動（5分）

14:50 アクティビティ2（15分）AC2名 移動（5分）

15:10 アクティビティ3（15分）AC2名 移動（5分）

15:30 アクティビティ4（15分）AC2名

16:00 体育館集合 全体振り返り

16:10 評価シート記入

16:25 次回インフォメーション

16:30 解散

	フープリレー	オールキャッチ	TPシャッフル	パイプライン
1400～1425	全体説明・アイスブレイク			
1430～1450	賀屋A	賀屋B	矢野A	矢野B
1450～1510	矢野B	賀屋A	賀屋B	矢野A
1510～1530	矢野A	矢野B	賀屋A	賀屋B
1530～1550	賀屋B	矢野A	矢野B	賀屋A
1600～1630	ふりかえり・評価シート			

【参考資料】

ひょうごジュニアスポーツアカデミー 知的能力育成プログラムアンケート結果			
Q1	今日、おこなったゲームをやってみて、下に書いてある1～18の中で、自分ができたと思うことがらは、()の中に○印をつけてください。いくつ○をつけてもかまいません。しょうじきにこたえてください。		
項目番号	達成度 1回目 (%)	達成度 2回目 (%)	項 目
1	83.9%	61.2	みんながケガをしないようにと考え行動した
2	98.2%	97.7	楽しかった
3	91.1%	86.4	ほかの人の意見をよく聞いた
4	83.9%	95.5	しっばいしたときも「だれかのせい」にしなかった
5	92.9%	88.6	やり方は考えればたくさんあると思った
6	100%	90.9	知らない友だちとも協力できた
7	98.2%	93.8	たっせい感くやったー！できた！という気持ち)をあじわった
8	76.8%	75.0	みんなのいったい感をあじわった
9	100%	100	しっばいしてもあきらめなかった
10	48.2%	65.9	今日やったことをアカデミー生いがいの子にも教えてあげたい
11	69.6%	84.1	他の人の思いやりややさしさを感じた
12	67.9%	63.6	自分の意見をたくさん出せた
13	78.6%	70.5	友だちの名前をおぼえた
14	85.7%	84.1	アカデミーのことが前より好きになった
15	96.4%	79.6	せっきよく的にチャレンジできた
16	42.9%	43.2	いつもとちがうじぶんを発見した
17	87.5%	88.7	友だちをしんらいできるようになった
18	96.4%	90.9	コーチの説明がよくりかいできた
Q2	今日やった活動で一番いんしょうにのこったものは何ですか。そうだと思うもの1つを○でかこんでください。		
1回	1. UFO (7.1%) 2. 空飛ぶじゅうたん (26.8%) 3. GET UPS(ゲットアップス) (17.9%) 4. ワープスピード (48.2%)		
2回	1. TPシャッフル (29.6%) 2. オールキャッチ (4.6%) 3. フープリレー (22.7%) 4. パイプライン (43.2%)		
Q3	ほかに感じたことを何でも書いてください		
	別ページ		

2010 年度～2013 年度

■知的プログラムの目的：

アスリートとして必要なコミュニケーション能力、問題解決能力、目標設定能力の向上をはかるために、「人の意見に傾聴し、自分の考えをしっかりと伝える」、仲間との信頼関係を作る、目標を達成するために自らを律し、計画性のある生活を送る姿勢を身につけるきっかけとする。

2010 年度より年 3 回の実施、及び夏期合宿を取り入れることにより、知的プログラムの狙いとするところをより強化することをめざした。

■年間担当講師（過去 4 年間）

土肥 隆（兵庫県立大学） 福田一儀（神戸市スポーツ教育協会） 小田慶喜（姫路獨協大学）
小野昌二（担当時：神戸 YMCA） 高見 彰（大阪国際大学） 高田義弘（神戸大学）

■ 年間プログラム

第 1 回（5 月第 1 回目のアカデミー）テーマ：絆をつくる

内容：アイスブレイクを兼ねた A S E

第 2 回（8 月末から 9 月頭 2 学期の開始時）テーマ：自己を見つめ目標をたてる

内容：ライフスキルセミナー

- ・ トップアスリートによる講話（ルール、マナーとパフォーマンス）
- ・ ワークショップ（目標設定の持ち方）

第 3 回（3 月最終アカデミー時）テーマ：目標達成の確認

内容：自己の振り返りの共有と目標達成度確認

特別（8 月）2 泊 3 日 夏合宿

第 1 回知的プログラム

第 1 回知的プログラムは 1 年のひょうごジュニアスポーツアカデミーの運営をスムーズに行い、通常の身体トレーニングの成果を更に高めていくことをねらいとする。

■全体プログラム

オリエンテーション、講師紹介、今日の目標の確認がされ、それに引き続きアイスブレイクゲームを実施。

■学年プログラム

学年別に分かれ、担当コーチ、担当アシスタントコーチを含めて、名前覚えなどのプログラムが順次進められた。（表 1～表 4 参照）

各担当講師によって多少内容は異なるが、以下のような内容であった。特に導入として、子どもたちのコミュニケーションの能力の向上を目指した内容となっている。第 1 回目はアイスブレイクを中心とした内容となっているが、①全員の名前をしっかりと覚えること。②難しいプログラムがあってもあきらめずに最後まで取り組むこと。③最後に全員の紹介ができるようにすることを到達点として実施された。

■まとめ

全体を終了後、各学年の紹介など、課題の確認がされた。全体的にアイスブレイク、名前を覚えるなどの当初目的はほぼ達成されたと考えられる。5、6年生は前年半年間のアカデミー経験があるものの、それぞれの理解を深め、コミュニケーションをはかる意味では大切な機会となった。また、4年生ははじめてのプログラムとなりこれから1年間を通じて同じアカデミー生やコーチとのコミュニケーションもはかる事ができた。

表1 全体のアクティビティ・プラン（高見）

全体プログラム	時間	内容	特記事項
①数集まり	10	身体を動かし、ちがう人と積極的にグループをつくる経験	
②二人鬼ごっこ	3	二人の協働作業	
③玉突き鬼ごっこ	10	身体を動かしながら簡単な身体接触を起こす	クッション
④8421	5	全体の一体感をもってクラス別に渡す	

※冒頭に今日のテーマの説明と4時から振り返りとして名前紹介テストの告知

表2 4年生のアクティビティ・プラン（福田）

プログラム	時間	内容	特記事項
①名前ゲーム	10	名前を呼びながらあいうえお順にならぶ。並んだ所で、名前を確認しながらひとりずつの名前を皆に知らせて行く。最初は名字、次は名前。計2回。	ACも一緒に入る
②ジャンケンゲーム	10	ジャンケンをしながら、負けたら後ろに着いて行き、最終的に一列になる。	ACも一緒に入る
③一列鬼ごっこ	5	前の人の肩を持ち離れないで、先頭が最後尾にタッチする鬼ごっこ。備品無し。	ACも一緒に入る
④名前ゲーム Toss a name	15	名前を呼びながらボールをパスする ①ルール説明 ②グループ分け 2G ③1GにしてToss	ボール5個 ACも一緒に入る
⑤ピンボール	10	名前を呼んで歩く ①ルール説明 ②1Gで行う	ACも一緒に入る
⑥仲間探し	10	「血液型」「好きな動物」「兄弟の人数」「出身地」「好きなタレント」「好きなラーメン」「好きなスポーツ選手」	ACも一緒に入る

表3 5年生のアクティビティ・プラン（小野）

プログラム	時間	内容	特記事項
①名前ゲーム Toss a name	0-15	名前を呼びながらボールをパスする ①ルール説明 ②グループ分け 2G ③1GにしてToss	ボール5個
②ピンボール	15-25	名前を呼んで歩く ①ルール説明 ②1Gで行う	ACも一緒に入る
③仲間探し	25-40	「血液型」「好きな動物」「兄弟の人数」「出身地」「好きなタレント」「好きなラーメン」「好きなスポーツ選手」	
④せーの	40-45	①数集まりのルールと反応	広さによっては行わない。
⑤数まわし	45-50	①3の倍数で拍手をする ②3の倍数プラス1の位が3で拍手 ③1Gでやったあと②グループに分けて競争（時間を測る）	

表4 6年生のアクティビティ・プラン（土肥）

プログラム	時間	内容	特記事項
①せーの	0ー3	①数集まりのルールと反応	広さによっては行わない。
②名前ゲーム Toss a name	5ー20	名前を呼びながらボールをパスする ①ルール説明 ②1Gでトライ（無理なら2グループ）	ボール5個
③ピンボール	20ー30	名前を呼んで歩く ①ルール説明 ②1Gで行う	ACも一緒に入る
④数まわし	30ー45	①3の倍数で手をたたく ②3の倍数で自分の名前を言う ③3の倍数で右隣の人の名前を言う ④1Gでやったあと2グループに分けて競争（時間を測る）	ACも一緒に入る
⑤ラインアップ	45ー60	1.「名前のアイウエオ順」 2. 代表者が全員を「名前の順に並べ替える」	

例年の当日流れ 【参考】

12：15 指導スタッフ集合 場所下見、内容確認 備品確認
 12：45 アシスタントコーチ 場所下見、打合せ、備品調達
 受付時にネーム記入させ、胸に貼り付け 小ホールにスクール生集合
 14：00 開校式
 14：30 全員外へ移動集合（荷物は保護者へ）
 14：40 趣旨説明
 全員によるアイスブレイク
 15：00 クラス別アクティビティ（テーマ：全員の名前を覚えること）
 4年（雨：和 室）： グループ付き AC（ビデオ写真）
 5年（雨：V I P）： グループ付き AC（ビデオ写真）
 6年（雨：会議室）： グループ付き AC（ビデオ写真）
 16：00 全体の振り返り（代表によるクラス仲間の名前紹介）
 16：15 次回インフォメーション
 16：25 解散

第2回知的プログラム

「アスリートのライフスキルプログラム」

1. 目的

アスリートは、社会的に注目される存在であり、こどもたちにとってはあこがれの対象となる。そのため、アスリートは競技力のみならず、その振る舞いが社会に与える影響は一般のそれよりも大きい。アスリートがライフスキルを高めることで、スポーツの価値とアスリートの価値を高める。また、そのことによって、望ましい社会の実現に貢献できるものとなる。

ライフスキルは、成人したトップアスリートのみが習得すべきものではなく、ジュニア期から発育発達段階に応じ、適切なトレーニングを受けることにより、知的な成長を促すものと考えられる。

このプログラムの一番の特徴は、こどもたちのあこがれの対象となる地元関西や神戸にゆかりのあるトップアスリートや一流のコーチをゲストスピーカーとして招き、自らのスポーツ体験を通して得られたライフスキルに的を絞り、テーマ設定をし、自らの言葉で直接こどもたちに語りかけていただくことにあり、その効果は大きい。

具体的な展開は、①ゲストスピーカーの講演②担当コーチからのまとめとテーマについての「強化」③語られたテーマの各自のふりかえり④アカデミー後期の自己の目標の再設定である。

[参考]

◇「ライフスキル」の定義

世界保健機構 WHO が 1993 年に定めた「ライフスキル」の定義は、『個人が日常生活の欲求や難しい問題に対して効果的に対処できるように、適応的、前向きに行動するために必要な能力』としています。

◇「ライフスキル教育」

ライフスキル教育は、先進国などで社会問題化している青少年の薬物乱用、飲酒喫煙、無防備な性行為、学校中退・退学などの危機的状況を未然に防ぐ方法として、発達段階に応じたライフスキルを身に付けさせるべきだと WHO がライフスキル教育プログラムを 1993 年に公表、紹介したのが始まりです。

◇NCAA（全米大学体育協会）のライフスキル教育

北米の代表的なアスリートへのライフスキル教育は NCAA が開発展開している Champs Lifeskills Program が有名であり、現在 200 を超える大学で採用されている。

◇日本国内でのアスリートへのライフスキル教育

日本国内では、株式会社フィールドオブドリームスや東京工業大学石井教授(当時)らが中心となって「アスリートのためのライフスキル研究会」がプログラムを開発し展開している。

(1) 平成 22 年度

日時：平成 22 年 8 月 22 日

スピーカー： 巽 樹理 氏（シンクロナイズドスイミング
シドニーオリンピック銀メダリスト）

テーマ： オリンピアンに聞く「アスリートのライフスキル」

内容：あいさつの大切さ、整理整頓の大切さ、目標を持つことの大切さ

特記事項：メダルや日本代表の水着等の展示

(2) 平成 23 年度

日時：平成 24 年 1 月 21 日

スピーカー： 西 正文氏（野球 ソウルオリンピック銀メダリスト）

テーマ： 「とびっきりの負けず嫌い」

内容：謙虚さと感謝の気持ち、「やらされる」から「やってやる」へ

特記事項：メダルや日本代表のユニフォームの展示

(3) 平成 24 年度

日時：平成 24 年 9 月 8 日

スピーカー： 小島 智子氏（元 NFL チアリーダー）

テーマ： 「アメリカンドリーム」ー高 2 の夢を追いかけてー

内容：高 2 から夢を追い続けた、語学やコミュニケーション能力の必要性

特記事項：保護者プログラムで笑顔の作り方、美しく見せる姿勢講座

(4) 平成 25 年度

日時：平成 25 年 9 月 8 日

スピーカー： 和田 昌裕 氏（元ヴィッセル神戸選手・監督）

テーマ： 「大切なことはすべてサッカーから学んだ」

具体的内容：最後まであきらめない、フェアプレイの大切さ

特記事項：現役時代及び監督になった時の映像

2. プログラムの効果

科学的な調査分析はしていないが、毎回終了後、多くの子どもたちがサイン帳や色紙を持ってきてサインをしてもらい記念撮影をする。また、保護者からも具体的な質問が多く寄せられる。このようなことから、子どもたちや保護者にとって楽しいプログラムとなってきた。また、このプログラムに限りアカデミー卒業生も聴講し、卒業生にとっても刺激となっている。

第3回知的プログラム

■プログラム概要

ジュニアスポーツアカデミーでの自分自身の取り組み方、態度、成果について、課題1～8にそって1年間（6年生は2年間）をふり返りを行う。またその振りかえりを参考に「私とジュニアスポーツアカデミー」というテーマで700字から800字程度で感想文をまとめて、最後に発表をおこなう。

■ 発表までの手順

ふり返りシートを作る

①1年間を振り返って、自分の取り組みをまとめてみましょう。(宿題)

②昨年8月26日に書いた、将来の夢、実現のための方法、アカデミーの取り組みを読み返し、今どれだけ達成できたか自分で考えてみましょう。(宿題)

課題1 ジュニアスポーツアカデミーで最も印象に残ったこと。

課題2 ジュニアスポーツアカデミーで、自分自身のよかったと思うこと

課題3 ジュニアスポーツアカデミーで、自分自身の悪かったと思うこと。

課題4 ジュニアスポーツアカデミーで得たこと。

課題5 将来の夢は今もはっきりと持ちつづけており、今現在の目標になっていますか？

課題6 夢を実現するために何が必要だと思いますか？

課題7 夢を実現するためには何を大切にしないといけませんか？

課題8 自分の強いところ（長所）、自分の弱いところ（短所）についてまとめてみましょう。

感想文にまとめる

テーマ：「私とジュニアスポーツアカデミー」 700字から800字で

感想を発表する

2分間で話せるよう、内容をまとめる。(サンドイッチを意識する)

- ① まず学年の中で発表
- ② 代表を選びアカデミー全体で発表

■当日の流れ

①14:00～14:10 オリエンテーション（体育室）

今日の時間の流れについて再確認

学年ごと→全体→終了式

発表の要領

②14:15～15:30 各学年でふりかえり

4年（多目的） 5年（柔道場） 6年（多目的）

学年コーチ主導

- 発表しやすい雰囲気を作ってください。
- 2分間いっぱい使ってください。途中で終わったら、無理に引き出す必要はありませんが、その分、コメントに時間使ってください。
- 5年生時間かつかつかも知れませんが、4・6年余裕あると思います。できればひとり一人の発表に対して短くコメントしてあげてください。
- 誰を代表にするかはコーチに委ねます。内容が良かった、学年を引っ張ってきた、目立たなかったがコツコツやってきた・・・・・・など理由いろいろあると思います。ジャンケンとかは禁止です。
- 最後、感想文を集めてください。→コーチへ

③15：40～16：00 学年代表発表（体育室）

学年代表2人計6名 2分づつ 12分

発表についての平川先生の講評は修了式におけるあいさつに含める。

③ 16：00～16：30 修了式

■ まとめ

第2回の知的プログラム「夢をもとう」と連携させ、個人のふり返えりと成果を自己評価する時間を2011年度新たに導入した。

発表時には感想文を棒読みする子も見られるが、代表に選ばれるレベルは原稿など見ずに一年間のポジティブな自分の学び、反省点と改善点、関係者への感謝の気持ちなど素直に自分の言葉で語ってくれ、日ごろのコーチの指導のたまものと評価できる内容である。

考える、文章にしてみる、言葉にしてみるという一連の知的作業について一年を通じて試みることの必要性を成果として強調したい。

【参考】配付資料

2010年度ひょうごジュニアスポーツアカデミー（知的プログラムまとめ）
アカデミーのふり返りとまとめシートの作成

●ジュニアスポーツアカデミーでの自分自身の取り組み方、態度、成果について、課題1～8にそって1

年間（6年生は2年間）をふり返りをしてみましょう。また最後にその振りかえりを参考に「私とジュニアスポーツアカデミー」というテーマで700字から800字程度でまとめてみましょう。

●次回アカデミーで、一人ひとりのまとめをもとに、みんなの前で2分間で発表してもらいます。そしてみんなの意見を聞きながら、お互いの取り組みについて評価をしていきたいと思います。

その時に注意することは、感想文をただ「読む」というのでは、仲間にあなたの考えが十分に伝わらないかも知れません。

まず、あなたの一番いいこと（結論）を最初にいいます。次になぜそう感じたのか、そう思ったのかを具体的な例を挙げて説明します（理由）。そして最後にもう一度あなたの一番言いたいこと（結論）をいいます。このサンドイッチ形式を意識することで、相手に伝わりやすい発表ができます。

例：「私はこの1年間で、・・・・・・ができるようになったと思います。」

「それは、昨年の〇〇頃の・・・・・・のトレーニング中に、・・・・・・なことがおきました。

私は・・・・・・と感じましたが、・・・・・・コーチの「・・・・・・」というアドバイスで、・・・・・・なふうに考え方が変わりました。普段の生活の中でも・・・・・・と考えるようになり、実行に移すことができるようになりました。そうすることで・・・・・・な自分になったと感じます。」

「そのような体験から私は・・・・・・ができるようになりました。4月からも・・・・・・を意識して行きたいと思います。」

また、発表の時に注意すること

- ① 明るく呼びかけるように、文章を棒読みしない
- ② 一番遠くにいる人に話しかけるつもりで、大きな声で間をとりながらゆっくりと
- ③ はきはきとわかりやすく

①1年間で振り返って、自分の取り組みをまとめてみましょう。

②昨年8月26日に書いた、将来の夢、実現のための方法、アカデミーの取り組みを読み返し、今どれだけ達成できたか自分で考えてみましょう。

課題1 ジュニアスポーツアカデミーで最も印象に残ったこと。

課題2 ジュニアスポーツアカデミーで、自分自身のよかったと思うこと

課題3 ジュニアスポーツアカデミーで、自分自身の悪かったと思うこと。

課題4 ジュニアスポーツアカデミーで得たこと。

課題5 将来の夢は今もはっきりと持ちつづけており、今現在の目標になっていますか？

課題6 夢を実現するために何が必要だと思いますか？

課題7 夢を実現するためには何を大切にしないといけませんか？

課題8 自分の強いところ（長所）、自分の弱いところ（短所）についてまとめてみましょう。

【参考】 配付資料

テーマ：「私とジュニアスポーツアカデミー」

学年： 年 氏名：

200

400

特別知的プログラム

2011年8月24日（水）～26日（金）（2泊3日） [国立淡路青少年交流の家]

○合宿プログラム

〔目 的〕アカデミー生としての自覚と心身の成長・発達を願い、知的能力開発・育成プログラム等の各種プログラムを合宿形式で実施するとともに、共同生活を通して、取り巻く環境への調整能力やコミ

コミュニケーション能力を高めることを目的とする。

〔場 所〕 国立淡路青少年交流の家

〒656-0543 兵庫県南あわじ市阿万塩屋町 757-39

TEL 0799-55-2695 FAX 0799-55-0463

引率者及び指導者：ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会委員、コーチ、アシスタントコーチ、指導講師 他

〔合宿の基本的な考え方〕

生活班と活動班：活動班は学年ごとのプログラムを実施する。食事、入浴、就寝等は生活班をベースとしてクロスエイジでの活動を行う。上級生がはじめての子どもたちをサポートしていく。

生活・身の自己管理：生活については自己管理を原則とする。持ち物、荷物の管理、体調の維持なども一人ひとりのスキルとして考えていく。

プログラム：プログラムはアカデミー生一人ひとりの成長のための道具と考え、何をするか何をしたかということではなく、どのように考えどのように取り組んだか、どのように協力しどのように課題を解決していったかということ大切に考えていく。

〔プログラム〕

ASE トレーニング・知的プログラム・ニュースポーツ：

ASE (Action Socialization Experience：社会性を向上させるための体験プログラム) は、個人では解決できない課題に対し、グループで協力しながらその課題を解決していく活動です。活動の目的は、勝敗を競ったり正解を導くことにあるわけではなく、課題を解決していく過程で仲間とのコミュニケーションを活発にし、信頼感や協力性を生み、仲間がひとつになって取り組むことにあります。このような流れの中で、自分を見つめ、お互いをよく知りあい、集団での活動の仕方を学ぶとともに、責任感や問題解決能力を身につけることができるものです。今回はそれら ASE プログラムに加え、課題解決のひとつとしてニュースポーツを導入します。新しい競技にはじめてのグループで取り組みます。勝敗を意識し、スキルと作戦を立てて取り組みます。

講師：高見 彰、船越達也（以上 大阪国際大学）、土肥 隆（兵庫県立大学）

アドベンチャートリップ・ウォークラリー：

淡路青少年交流の家の指導により総合的な課題解決プログラムに取り組みます。1日を通じて6種目のプログラムに取り組み、精神的にも肉体的にも成長を目指します。導入としてコンパスを利用した市街地ウォークラリーを初日に実施します。

講師：国立淡路青少年交流の家 職員

食事指導：

期間中を通して体作りのための食事の取り方について、実際の食事を通して指導をしていただきます。毎日の食事をひとりひとりが意識することができるよう3日間を通して取り組みます。

講師：坂元美子（神戸女子大学）

カッター訓練：

国立淡路青少年交流の家で保有するカッターを使用し、力を合わせて 1 つの目的に対して必要な協力や協調性を高めるための研修です。レクチャーも含めて、全体で 3 時間ほどのプログラムです。今回は課題達成型カッター訓練を意識し、状況に応じて参加者が意見を出し取り組めるようにした。

指導者：国立淡路青少年交流の家 職員

アスリートへの道：

期間中栄養指導、コーチからの講義、朝の集いはアスリートへの道と題して、アスリートを目指す意識を高めていくよう子どもたちに訴えかけていきます。

[プログラム]

	8/24 (水)	8/25 (木)	8/26 (金)
午前	集合：兵庫県立文化体育館 (9:30) 貸し切りバスにて移動（文化 体育館－国立淡路青少年交流 の家） 入所式（11:30）	起床（6:30） 朝の集い 朝食 プログラム④ 学年別プロ グラム アドベンチャーラー（6 年生） カッター訓練（5 年生） ASE・ニュースポーツ（4 年生）	起床(6:30)朝の集い 朝食 チェックアウト プログラム⑦ 栄養指導まと め プログラム⑧ 野外炊飯(昼 食) 振り返り
午後	昼食（12:50） プログラム① 学年別プロ グラム ASE トレーニング・知的プロ グラム ニュースポーツ(4・5 年生)、 ウォークラリー(6 年生) 入浴	昼食（12:50） 休憩 プログラム⑤ 学年別プロ グラム アドベンチャーラー（6 年生） ASE、ニュースポーツ(4・5 年生) プログラム振り返り 入浴	閉講式（13:00） 貸し切りバスにて移動：国立 淡路青少年交流の家－文化体 育館） 解散：兵庫県立文化体育館 (16:30)
夜	夕食 プログラム② 栄養指導 振り返り・翌日準備 就寝(22:00)	夕食 プログラム⑥ゲーム・スタン ツ大会 学年別ミーティング 振り返り・翌日準備 就寝(22:00)	

知的プログラム評価報告

ひょうごジュニアスポーツアカデミー知的プログラム「合宿」評価の一つとして実施した I K R 調査の結果を兵庫体育・スポーツ科学学会で報告した。そのレジメを以下に示す。

「ひょうごジュニアスポーツアカデミーの事業評価に関する研究Ⅲ」

－ I K R 調査を用いた合宿プログラムの効果測定－

○ 長野崇（大原学園）、小野昌二（社会福祉法人・学校法人イエス団）、
石川秀之（兵庫県立津名高校）、高見彰（大阪国際大学）、小田慶喜（姫路獨協大学）

1. はじめに

平成 22 年度から始まったひょうごジュニアスポーツアカデミー夏季合宿は、2 年目を向かえた。合宿では、A. S. E. トレーニングや競技体験に加え、カッター研修、野外炊飯などの野外活動を行い、主に知的能力の開発・育成に重点を置いた。とりわけ、23 年度度は、最高学年である 6 年生に体験学習法に基づく活動プログラム「あわじアドベンチャーラリー」を導入。また、5 年生には「課題解決型カッター」、4～6 年生（全学年）に「課題解決型野外炊飯」を導入し、様々な環境下でチーム（仲間）と協力し課題に対応するプログラムを実施した。

特に 6 年生には、身体能力のみならず、多様な環境への調整能力、他者とのコミュニケーション能力など知的能力の開発・育成による「自分づくり」といった課題を課した。上記の目標達成に向けて、6 年生に対して「自己確認」「自己決定」「自己表現」「自己責任」「規範意識」「責任意識」「協力・協調」「課題への意欲的参加意識」といったキーワードを示しが、これらの項目に対して、アカデミー生がどのような変容を達したか I K R（生きる力の変容分析）を用いて分析を行った。これは橘らが作成した「I K R（生きる力）評価用紙」（14 下位指標×5 項目＝70 項目）の質問項目を準用したものである（14 下位指標×2 項目＝28 項目）。

そこで本研究では、トップアスリート養成事業におけるこれらのプログラム介入の信頼性・妥当性を生きる力を指標とし検討することを目的とした。

2. 合宿の概要

場所：国立淡路青少年交流の家

日時：平成 23 年 8 月 24 日～26 日（2 泊 3 日）

対象：アカデミー生 4 年生～6 年生；計 65 名

3. 方法

I K R 調査は、アンケート紙法により、事前調査（H23. 7. 30—1ヶ月前）、事後調査（H23. 8. 26—合宿最終日）、追跡調査（H23. 9. 24→1ヶ月後）を行い、全体、個人別、学年別、男女別、学年男女別に各項目における変化に着目した。分析手法としては、反復測定による一元配置分散分析を行なった（有意水準 5%未満）。

	8/24(水)	8/25(木)	8/26(金)
午前	集合：兵庫県立文化体育館(9:30) 貸し切りバスにて移動(文化体育館－ 国立淡路青少年交流の家) 入所式(11:30)	起床(6:30) 朝の集い 朝食	起床(6:30) 朝の集い 朝食/チェックアウト
		プログラム④ 学年別トレーニング	プログラム⑦ 栄養指導まとめ
		アドベンチャーラー(6年生)	プログラム⑧ 野外炊飯(昼食) 振り返り
		カッター訓練 (5年生) ASE・ニュースポーツ (4年生)	
午後	昼食 (12:50)	昼食(12:50) 休憩	退所式(13:00) 貸し切りバスにて移動：国立淡路青少 年交流の家－文化体育館)
	プログラム① 学年別トレーニング	プログラム⑤ 学年別トレーニング	解散：兵庫県立文化体育館(16:30)
	ASEトレーニング・知的プログラム	アドベンチャーラー(6年生)	
	ニュースポーツ(4・5年生)、ウォークラ リー(6年生)	ASE、ニュースポーツ(4・5年生)	
	入浴	プログラム振り返り/入浴	
夜	夕食	夕食	
	プログラム② 栄養指導	プログラム⑥ キャンプファイヤー	
	プログラム③ 知的トレーニング	学年別ミーティング	
	振り返り・翌日準備 就寝(22:00)	振り返り・翌日準備 就寝(22:00)	

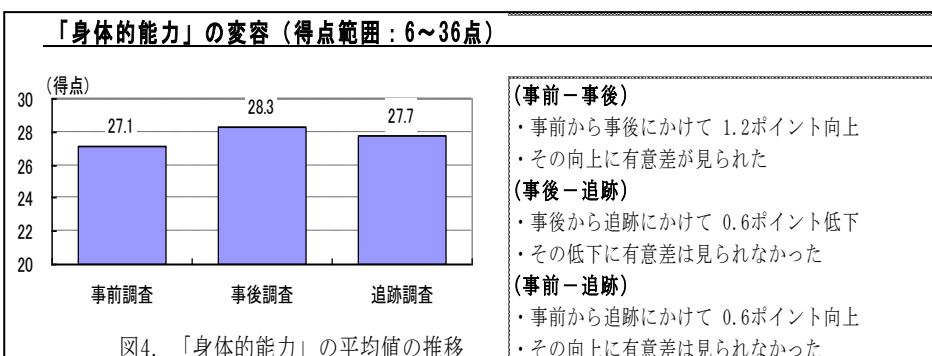
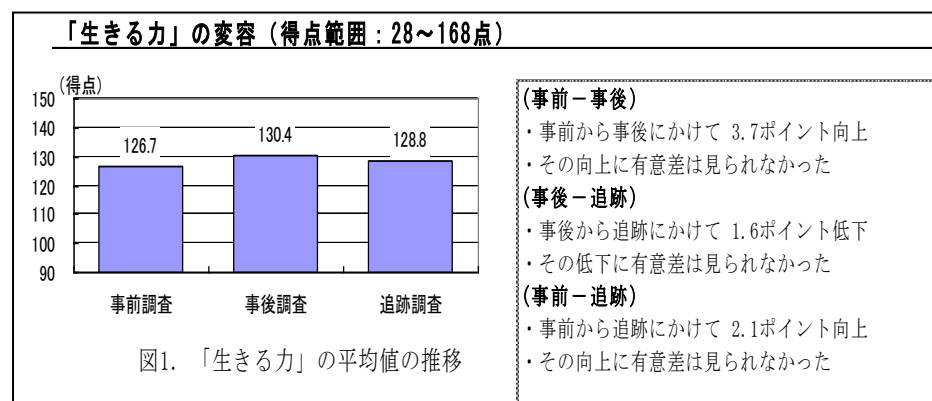
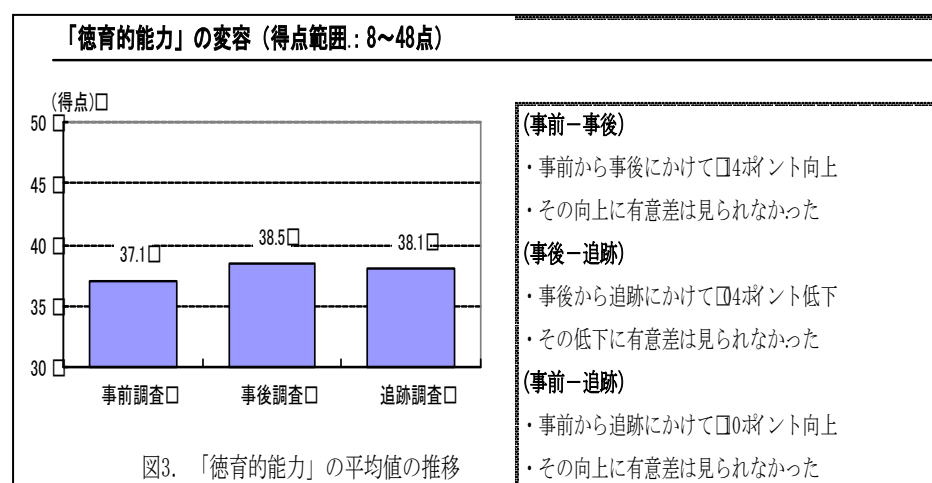
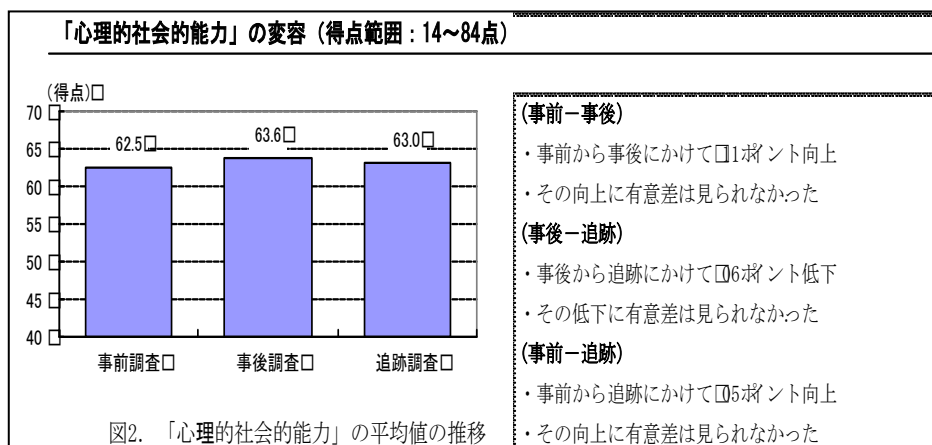
4. 結果及び考察

【心理的社会的能力】各項目でポイントが向上している。特に非依存（自己決定・自己表現）、現実肯定（自己確認）においては、合宿におけるプログラム（課題）がプラスの変容をもたらしたと言える。

【徳育的能力】自己規制（規範意識）・まじめ・勤勉（責任意識・自己責任）でプラスの変容を示し、思いやりでは変容が大きく、合宿における集団生活が良い結果をもたらした。

【身体的能力】野外炊飯やキャンプファイヤーなど野外活動を中心としたプログラムにより、野外技能・生活の項目でプラスの変容を示した。

今後の方向性としては、アカデミー生にとって、日常のアカデミーのプログラムでは得られない成長の場が合宿では提供される。アスリートのみならず集団での活動（グループワーク）は、組織・グループ・チームその形態にかかわらず、自己の能力を有効に発揮するために必要なトレーニングであると考えられる。また、合宿時のプログラムについては、発達段階に応じるとともに、各年度によってそれぞれの学年の特性（課題）を持つことから、その特性を詳細に分析し、対応する必要があるといえる。



知的プログラムの評価と課題

アカデミー5年を経て、身体プログラム、競技体験ともトレーニングプログラムが確立してきている。しかし、個々のアカデミー生の情緒的な面や普段の行動では見られない心理的社会的な一面にまで踏み込むことは、日常のトレーニングプログラムでは様々な要因があり、難しいところである。知的プログラムではそれを補完するのが役割と位置づけている。アカデミー生からは、普段できない社会的、心理的トレーニングとして一定の評価は得られている。しかしながら、継続的な機会を提供できないため、知的能力を積み上げて伸ばしていくという方法が採れず、子どもたちの変化について、コーチ、本人、保護者にフィードバックできないところに限界を感じている。

しかしながら合宿を導入することで、子どもたちに、自身の社会性、コミュニケーション能力など、身をもって理解させる機会を持てていることは、知的プログラムの不足分を補い、身体プログラムコーチにもかかせないフィードバックの機会となっている。

アカデミー6年目に入るにあたって、知的プログラムは、年間3回のプログラムとして考えていくのではなく、3年間9回の流れとしてプログラムを考えていく必要性を感じている。

(高見 彰、福田 一儀)

4. ジュニア選手の発掘および育成に関する情報の収集・蓄積・提供

① 報告書の作成、広報

1) 報告書の発行

本事業が開始された平成 21 年度から、毎年度報告書を発行している。主な内容はアカデミー生選考会および各プログラムの実施内容やアカデミー修了生の追跡調査結果などである。平成 21 年度報告書は印刷物として、平成 22 年度と 23 年度は印刷物に DVD を添付し、動画によって各プログラムの内容を紹介した。平成 24 年度については、予算の関係から印刷はせず、電子ファイルとしてまとめ、兵庫体育・スポーツ科学学会のホームページ (http://www.hspess.jp/project_1/index.html) を通じて公表した。



平成 21 年度・23 年度報告書の表紙と 23 年度報告書に添付した DVD

2) 広報

・アカデミー生選考会の案内

本事業開始 1 年目の平成 21 年度については、スポーツクラブ 21 ひょうご、および県体育協会加盟団体にポスターと申込書付きリーフレットを配布した。平成 22 年度からは、教育委員会事務局の協力を得て、県内全ての小学校に配布している。現在の主な配布先は以下の通りである。

主な配布先：兵庫県内の小学校（827 校）、県体協加盟競技団体（56 団体）、市町体育協会（41 協会）、県体協関連施設（6 施設）、教育事務所、市町教育委員会 他



平成 24 年度・25 年度アカデミー生選考会兼ジュニアアスリート記録会のリーフレットの表紙

下の図は、平成 21 年度から平成 25 年度までの選考会の応募者数の推移を示したものである。平成 21 年度は初年度のため、小学 4・5・6 年生を募集し、平成 22 年度からの募集は主に 4 年生であり、5・6 年生については若干名の募集としている。平成 22 年度以降の応募者数には、継続者が含まれている。平成 23 年度に 4 年生の応募が多くなったものの、その後は低下する傾向にあることが分かる。

これまで参加したアカデミー生と保護者に直接聞いた範囲では、小学校を通じた案内によって選考会に参加したものはほとんどいない。調査に基づく客観的評価ではないが、選考会に参加している小学生の多くは知人からのいわゆる「口コミ」で本事業を知ったようである。県内全ての小学校にリーフレット等を配布しているものの、該当学年の小学生およびその保護者の手元に情報が届いているかどうかは検証されていない。如何に多くの小学生に選考会に参加していただくかが、本事業成功のキーポイントである。今後、選考会参加者数を増加させる方策を検討する必要がある。

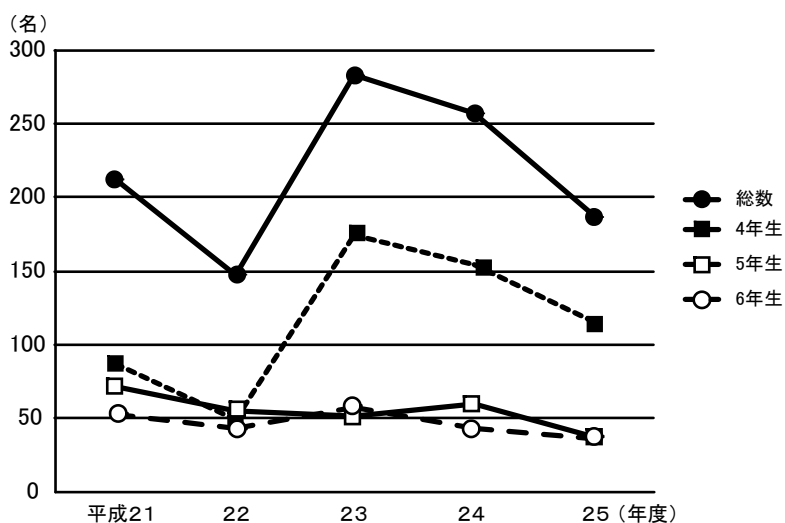


図 選考会応募者数の推移

・報道取材

事業を開始した平成 21 年度は新聞、テレビ等メディアに取り上げられることもあったが、その後はほとんど無くなっている。平成 23 年度以降、選考会応募者数が低下していることと関係しているかもしれない。今後は再びメディアに取り上げられるような実績を挙げると共に、メディアへの働きかけも必要である。

・ホームページ等の活用

平成 21 年度から兵庫県体育・スポーツ科学学会ホームページを通じて、本事業の紹介、選考会の案内・申込書の配布、修了生への講演会の案内等を継続して実施している。また、平成 25 年度からは（公財）兵庫体育協会のフェイスブックを通じて活動内容の紹介をしている。

本事業の成果をあげるためには、広く県民に周知し、注目していただくことは重要なことである。特に、より多くの小学生やその保護者に本事業の情報が届くことは必要不可欠である。広報全般について、今後さらに強化する必要があると感じている。

② 体力測定の実施

ひょうごジュニアスポーツアカデミー（HJSA）では、年間のスケジュールの最初と中間、そして最後に体力測定を行い、アカデミー生の体力の把握に加えてトレーニング効果の確認に役立てている。

（１）測定の日程

アカデミー開催年である 2009 年度は 8 月からの開催であったため、8 月と 11 月、3 月に測定を行った。2010 年度からは 6 月、9 月、3 月に測定を行った。測定日に欠席したアカデミー生に対しては、測定日の次のアカデミー実施日に測定を行なった。

（２）測定項目

アカデミー実施の 1 年目と 2 年目は、パイプバランステスト（平衡性）と 4 方向ステップテスト（敏捷性）を行った。

3 年目の 2011 年度にはパイプバランステストに変えてバランスディスクを用いてのバランスディスクテストと、重心動揺テスト（グラビコーダー；アニマ）を行い、さらに垂直跳び（瞬発力、跳力）、握力（筋力）、背筋力（筋力）、20m 走（瞬発力、走力）、20m シャトルランテスト（全身持久力）、リバウンドドロップジャンプテスト（フットロダイン；FiTRONiC s. r. o.）（瞬発力、脚パワー）、4 方向リアクションテスト（リアクション MR；竹井機器）（敏捷性、選択反応）を加え、4 方向ステップテストと合計 10 種目の測定を行った。なお 4 方向ステップテストは、利き側を考慮して右回りに加えて左回りも実施した。

2012 年度および 2013 年度は、4 方向ステップテスト、バランスディスクテスト、4 方向リアクションテスト、垂直跳び、握力、背筋力、20m 走、20m シャトルランテスト、に加え反復横跳び（敏捷性）、ステッピングテスト（マルチジャンプテスト、DKH）（敏捷性、脚パワー）、連続リバウンドジャンプ（マルチジャンプテスト、DKH）（瞬発力、脚パワー）、ドロップジャンプ（マルチジャンプテスト、DKH）（瞬発力、脚パワー）の 12 種目の測定を行なった。

測定に際しては測定方法を毎回確認するとともに、できるだけ同じコーチが同一の項目を測定するように人員配置を行って、測定誤差をなくすように務めた。

【パイプバランステスト】

固定したパイプ（直径 60mm の塩ビ管）の上に両足（シューズ着用）で載り、その持続時間を測る。

① 最初に片足だけをパイプに載せる。任意のタイミングで、もう片方の足をパイプに載せ、その時点で計測を開始する。

② バランスが崩れて、片方の足が床に着いた時点（パイプから離れた時点ではない）で計測は終了する。

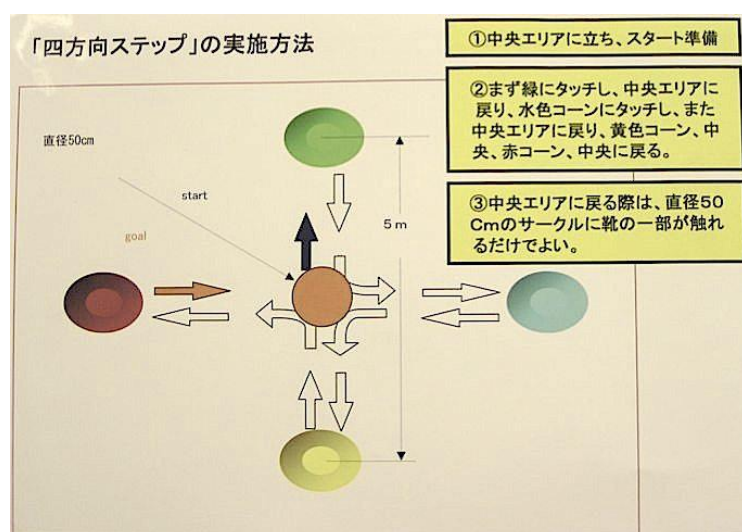
③ 練習を 1 回行う。その際に「計測はしないので、様子を見て早めにパイプから降りてもよい」ことを、被験者に伝える。

- ④ 1回の練習の後、3回の正式な計測を行う。
- ⑤ 測定は、一人につき最大で4分以内（測定者がおおよそ計る）とする。ただし4分を過ぎた時点でパイプに載っていれば、そのまま継続する。1回分の測定で10分を過ぎてもパイプに載っている場合は、その時点で測定を中止する。その場合、測定値は10分とする。



【4方向ステップテスト】

- ① 中央エリアに立ち、スタート準備（両足とも円の中で待機）
- ② 合図でスタート。まず緑にタッチし、中央エリアに戻り、水色コーンにタッチし、また中央エリアに戻り、黄色コーン、中央、赤コーン、中央に戻る。（右回り）
- ③ 中央エリアに戻る際は、直径50cmのサークルに靴の一部が触れるだけでよい。
- ④ 1回の練習の後、右回りで2回の正式な計測を行う。



【バランスディスクテスト】

- ① バランスディスクの中央に右足をのせ、各自のタイミングで片足立ちを開始する（測定者は片足になった段階でストップウォッチを押す）。
- ② ディスクの端が床に着いたり、浮かせた足が床に着いても、できるだけ速やかに再開させる。
- ③ 30 秒間および 60 秒間にディスクの端と浮かせた足がそれぞれ接地した回数を測定する。
- ④ 終了後 30 秒以内に逆足（左足）の測定を行なう。



【リバウンドドロップジャンプ】（フットロダイン ; FiTRONiC s. r. o.）

- ① 腰にベルトを巻いて体重を計測する。
- ② 20cm の台の端に立ち、腰の真横＝腰骨（上前腸骨）にフィットロダインのケーブルを装着する。
- ③ できるだけ上への反動をつけずに台から落ち、着地と同時にできるだけ真上に高くジャンプする。
- ④ 着地したら、再度台の上に上がり、2 回目のジャンプを行う。



【4 方向リアクションテスト】

- ① 中央のマット上の線をまたいで立つ。

- ② 移動方向を示す刺激板により刺激（赤ランプ）が点灯してから、指示された方向のマットに出来るだけ素早く両足でジャンプして移動する。
- ③ 移動後は中央のマットに戻り、次の刺激に備える。
- ④ 刺激は前後左右それぞれ3回ずつとし、刺激順序はランダムに設定する。



【ステッピングテスト】

- ① 並べられた2枚のマットにそれぞれ片足ずつ乗せて立つ。
- ② スタートの合図とともに全速での10秒間のステッピングを行う。
- ③ 測定は1回とした。



【連続リバウンドジャンプ】

- 手を腰にあてて、マットの上に立つ。
- 合図とともに6回の連続ジャンプを行う。
- できる限り踏切（接地）時間を短くし、できる限り高く跳躍させる。

練習を行った後に1回の測定を行う。

【ドロップジャンプ】

- ① 30cmの高さの台上に立つ
- ② 上方向への反動を出来るだけ付けずに台から落ち、接地した瞬間に出来るだけ高く真上にジャンプする。
- ③ 着地したら、再度台に上がり、2回目のジャンプを行う



(3) 測定結果

測定結果は、3回分の記録をまとめて表およびグラフで値を示し、さらにコーチからのコメントを加えてアカデミー生に返却している。

また、各測定結果からアカデミー生の体力の変化を確認し、より良いトレーニングメニューの作成に生かせるように、測定結果を学年別や縦断的に詳細に分析を行っている。

(賀屋 光晴)

③ 研究会・講演会の実施、学会等での報告

平成 20 年 6 月に行われた兵庫体育・スポーツ科学学会総会（於：兵庫県学校厚生会館）シンポジウムにおいて「スポーツタレント発掘－兵庫メソッドを探る－」が開催された。

演題とシンポジストは、次の通りであった。

- ・国内におけるスポーツタレント発掘事業（国立スポーツ科学センター：和久貴洋）
- ・福岡県スポーツタレント発掘事業（福岡県立スポーツ科学情報センター：中平稔人）
- ・ゴールデンエイジプロジェクト（兵庫県体育協会：石川秀之）

「ひょうごジュニアスポーツアカデミー」の事業内容構想について、平成 21 年 3 月に行われた第 19 回兵庫体育・スポーツ科学学会大会（於：武庫川女子大学）でのシンポジウム「兵庫体育・スポーツ科学学会と地域の連携を探る」のなかで、鵜木秀夫（兵庫県立大学）がシンポジストとして「タレント発掘事業について」発表した。

また、同年 5 月には、兵庫県教育委員会スポーツ振興課より「ゴールデンエイジ・プロジェクト（ひょうごジュニアスポーツアカデミー）について」の記者発表が有り、この事業が正式にスタートする運びとなった。<http://www.hyogo-c.ed.jp/~board-bo/kisya21/2105/2105282.html>

その後の学会等での事業報告および発表内容、出版物については、下記に示す通りである。

1. 第 20 回兵庫体育・スポーツ科学学会（平成 21 年 6 月、於：神戸松蔭女子学院大学）
特別プロジェクト報告

「ジュニアスポーツタレント発掘・育成プロジェクト」 平川和文（神戸大学）

2. 兵庫体育・スポーツ科学セミナー（平成 21 年 11 月、於：兵庫県県民会館県民ホール）
プロジェクト報告

「ひょうごタレント発掘プログラム」 鵜木秀夫（兵庫県立大学）

3. 第 21 回兵庫体育・スポーツ科学学会（平成 22 年 5 月、於：関西国際大学 尼崎キャンパス）
特別プロジェクト報告

「ジュニアスポーツタレント発掘・育成プロジェクト」 鵜木秀夫（兵庫県立大学）

4. 第 23 回兵庫体育・スポーツ科学学会大会（平成 24 年 5 月、於：兵庫県立大学姫路新在家キャンパス）

一般発表

「ひょうごジュニアスポーツアカデミーの事業評価に関する研究Ⅰ－アカデミー生選考会－」
○賀屋光晴（兵庫医療大学）、谷所慶（大阪経済大学）、岡田修一（神戸大学大学院）、高田義弘（神戸大学大学院）、辻田純三（兵庫医科大学）、桂豊（甲南大学）、福田一儀（神戸市スポーツ教育協会）、矢野琢也（兵庫大学）、長野崇（大原学園）、平川和文（神戸大学大学院）

「ひょうごジュニアスポーツアカデミーの事業評価に関する研究Ⅱ -身体能力開発・育成プログラム-」
○矢野琢也（兵庫大学）、賀屋光晴（兵庫医療大学）、長野崇（大原学園）、谷所慶（大阪経済大学）、田路秀樹（兵庫県立大学）、鵜木秀夫（兵庫県立大学）、平川和文（神戸大学大学院）

「ひょうごジュニアスポーツアカデミーの事業評価に関する研究Ⅲ -I K R調査を用いた合宿プログラムの効果測定-」

○長野崇（大原学園）、石川秀之（兵庫県立津名高校）、小野昌二（社会福祉法人・学校法人イエス団）、高見彰（大阪国際大学）、小田慶喜（姫路獨協大学）、矢野琢也（兵庫大学）、賀屋光晴（兵庫医療大学）、平川和文（神戸大学大学院）

5. 第24回兵庫体育・スポーツ科学学会大会（平成25年6月、於：神戸女学院大学）

一般発表

「ジュニアアスリートにおけるコーディネーショントレーニングの影響について
-ひょうごジュニアスポーツアカデミー身体能力開発・育成プログラム-」

○矢野琢也（兵庫大学）、賀屋光晴（兵庫医療大学）、長野崇（大原学園）、平川和文（神戸大学大学院）

「ひょうごジュニアスポーツアカデミー事業における栄養講習の効果についての検討」

○伊藤奈美（神戸女子大学）、辻田純三（兵庫医科大学）、小田慶喜（姫路独協大学）、平川和文（神戸大学大学院）、坂元美子（神戸女子大学）

「ひょうごジュニアスポーツアカデミー事業における身体状況と栄養摂取状況についての検討」

○奥田千佳（神戸女子大学）、辻田純三（兵庫医科大学）、小田慶喜（姫路独協大学）、平川和文（神戸大学大学院）、坂元美子（神戸女子大学）

6. 第25回兵庫体育・スポーツ科学学会大会

一般発表

「ひょうごジュニアスポーツアカデミー事業における食事調査についての検討」

末長佳奈（神戸女子大学大学院家政学研究科）坂元美子（神戸女子大学健康福祉学部）

7. （記念講演）

第五回神戸大学ホームカミングデイ発達科学部企画（2010年10月）の記念講演会において鵜木秀夫兵庫県立大学教授が記念講演「兵庫からオリンピック選手を育てよう。ひょうごジュニアスポーツアカデミーの取り組み」を行った。

8. (報告書)

「ジュニアアスリートに対するスピード・反応・バランス能力を高める運動プログラムおよび評価指標に関する研究」(財団法人上月スポーツ・教育財団研究助成事業 1-21, 2013)

研究代表者 矢野琢也 (兵庫大学)

共同研究者 賀屋光晴 (兵庫医療大学)

共同研究者 長野 崇 (大原学園神戸校)

共同研究者 谷所 慶 (大阪経済大学)

9. (研究資料)

「ジュニアアスリートの身体能力の縦断的变化ーひょうごジュニアスポーツアカデミー生を対象にした2年間の追跡調査ー」体育・スポーツ科学 23 号 (印刷中)

○長野崇 (大原学園)、嶋木秀夫 (兵庫県立大学)、矢野琢也 (兵庫大学)、賀屋光晴 (兵庫医療大学)、谷所慶 (大阪経済大学)、高田義弘 (神戸大学)、平川和文 (神戸大学)

10. その他の出版

ひょうごジュニアスポーツアカデミーの長野崇、矢野琢也、賀屋光晴 3 コーチのプログラムは外部からも高く評価されており、長野崇コーチを中心として作成されたコーディネーションプログラムは、DVD として出版された。

ジュニア期からの「身体能力開発トレーニング」～選手の才能を育てる“実践的コーディネーション”～ (ジャパンライム 株式会社、全2枚)

また、3 コーチがひょうごジュニアスポーツアカデミーにより実践されているプログラムは 2012 年 5 月号よりラグビーマガジン (ベースボールマガジン社) において「ミニラグビー指導者必読/コーディネーション・トレーニング ひょうごジュニアスポーツアカデミー」として現在も 2 年以上にわたり連載されている。

(高田 義弘)

5. 趣 旨：アスリートの育成

① アカデミー現役生の記録・競技成績（アンケート調査から）

アカデミー現役生の競技力を把握するため保護者にアンケート調査を実施し、優れた記録・競技成績を3つまで答えてもらった。アンケート調査内容は以下のごとくである。

下記に、今までのお子さんのスポーツ成績の中で優れたものを3つまでご記入願います。なお、個人競技の場合は、競技および種目名、記録および成績、大会名、実施日、他をご記入願います。団体競技の場合は、競技および種目名、記録および成績、大会名、実施日、レギュラーor 補欠、ポジション、他をご記入願います。その他の場合は、活躍・成績が分かるようにご記入願います。

回収されたすべて回答は、「アカデミー現役生の記録（成績）」としてまとめ、以下に記載した。アンケート回収率は、4年生 66%、5年生 80%、6年生 85%であった。全体では 76%であった。アカデミー現役生が活動しているスポーツは野球、陸上競技、水泳が多かった。アカデミー生の申告をもとに、学年別に「全国大会レベル出場」、「近畿・関西大会レベル出場」、「県大会レベル出場」に相当するものを選び出し、「アカデミー現役生の記録（成績）優秀者リスト」として以下に示した。なお本章執筆担当者は、記載された各大会の競技レベルを十分把握できていないので、レベルの分類に過大評価・過小評価があるかと思う。できれば別添「アカデミー現役生の記録（成績）」を合わせてみていただきたい。

優秀者リストから、全国大会と思われる記録は6年生性において1名だけである。近畿・関西レベルは5年生で3つ、6年生で1つあった。県大会レベルでは4年生3つ、5年生5つ、6年生1つであった。スポーツ種目では、バドミントン、水泳、野球が多かった。

現役アカデミー生の記録（成績）優秀者リスト

4年生

【県大会レベル 入賞】

- ・ バドミントン H25 年度兵庫県小学生春季バドミントン大会 3年生 シングルス 3位、ダブルス 1位
- ・ 兵庫県ジュニアスイマーズミート春季大会 平泳ぎ 50m 42秒82 クロール 50m 35秒48
- ・ テニス：第7回兵庫県サマーシングルス小学生学年別男女混合大会 3年の部 ベスト4、JOP（全国ジュニアテニスツアー）の大会 2013 年度兵庫潮芦屋NAMP インドアオープンジュニア 11月大会 10歳以下女子の部 優勝、現在 JOP ジュニアランキング 10歳以下女子 16位 （2013）

5年生

【近畿・関西大会レベル 出場】

- ・ 競泳 大阪府ジュニア朱雲貴水泳競技大会 男子 10歳以下 50m背泳ぎ 優祥：35秒42、200m 個人メドレー 3位：2分47秒84 （2014）

- ・ 硬式野球 関西キッズドリーム大会（４年以下大会）３回奪６三振２安打３打点 レギュラー ピッチャー・キャッチャー （2013）

【県大会レベル 出場】

- ・ 競泳 兵庫県ジュニアスイマーズミート春季 男子背泳ぎＢ決勝７位 （2014）、2013 年度兵庫県水泳ランキング（長水路） 低学年の部 50m自由形７位 3 2 秒 83、50m背泳ぎ４位 3 5 秒 42、200m個人メドレー 9 位 2 分 47 秒 84 （神戸新聞 2014. 5. 14 発表）
- ・ 水泳 兵庫県 J O C ジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会 男子 200mリレー 第１位、男子 200mメドレーリレー 第１位 2014. 2. 15-16、水泳 兵庫地区 A ・ A A 大会 100mバタフライ 第１位 （2013）
- ・ 硬式野球 第３回岸和田阪和ボーイズジュニジュニスマイルトーナメント大会 優勝 最優秀選手賞受賞 （2013）
- ・ 総合武道流水会選手権大会 ４年 型 １位、技２位、組手１位 （2013）
- ・ サッカー 神戸市サッカートレセン女子 U-11 合格（2014）

6年生

【全国大会レベル 出場】

- ・ J P T A ニュージェネレーションテニススカウトキャラバン全国大会 プロ推薦 ＊強化・育成指定選手 （2013）

【近畿・関西大会レベル 出場】

- ・ 近畿中学水泳競技大会 400m R 1 泳背泳ぎ 1, 12, 30 予選・決勝とも３位 （2013）

【県大会レベル 入賞】

- ・ 兵庫県夏季ジュニアテニス選手権 ベスト 16 （2013）、兵庫県サマーシングルス小学生学年別テニス（５年性） ベスト 8 （2013）
- ・ 陸上競技 兵庫県小学生陸上競技大会 ５年 100m ５位 14 秒 43 （2013）、陸上競技 兵庫県小学生陸上競技秋季記録会 ５年 100m ４位 14 秒 12 兵庫小学生 50 傑 ６位 （2013）

まとめ

アカデミー現役生の記録・競技成績は、４年生においてはアカデミー参加以前の記録（成績）である。５年生・６年生も、それぞれ１年・２年のアカデミー経験である。よって、アカデミーでの経験が記録（成績）にどのように貢献しているかを本調査からは明らかにするのはきわめて困難である。また、県大会レベル出場の数も 15 件程度であり、72 名のアカデミー生数を考慮すれば、競技能力が極めて高い子どもの集団とは評価しにくい。当然、現役生の競技能力は、アカデミー生選考方法が大きく影響している。もしこの年齢でスポーツ競技能力の優れた子どもを求めるならば、選考方法の再検討が必要であろう。しかしそれは HJSA の基本的な発掘・育成の趣旨を根本的に考えなおさなければならないことになるであろう。

アカデミー現役生の記録(成績) (H26年度開講式(5/17)での調査結果)			
学年	性別	成績1	成績2
4	男	スポーツクラブ対抗チャレンジカップ 小学3年男子100m 17秒31 (H25.7.6)	第21回高槻シティ国際ハーフマラソン記念大会 男子小学生1・2年の部 3km 13分29秒 (2013.1.20)
4	男	柔道 個人戦 三田市大会 3位 (2013.12.5)、神戸市大会 3位 (2012.12.2)、天理市大会 3位 (2013.4.7)	サッカー (なぎさFC) 小1～小3 キーパー、ディフェンス 成績不明
4	男	バドミントン H25年度兵庫県小学生春季バドミントン大会 3年生 シングルス 3位、ダブルス 1位	水泳 クロール 50M:48秒 (5歳)、メドレー 100M:2分7秒 (6歳)
4	男	大東流合気柔術琢磨会 第30回少年少女演武大会 黄帯の部金賞 (H25.11.3)	第29回西区ファミリーロードレース 親子ペア
4	男	野球 ナガセケンコー杯ジュニア交流大会 決勝リーグ進出 1回戦敗退 Cチーム (4年生以下) 小部少年団野球部 主将 ピッチャー、ショートでレギュラー (2014.3～)	第10回北区ロードレース大会 小学3年生 男子1.5km 第9位 6分02秒 (2013.12.15)
4	男	校内マラソン大会 1年:3位、2年:2位、3年:2位	町内駅伝大会 3位 区間賞
4	男	野球 育成会春季大会 Cチーム (4年生以下チーム) レギュラーピッチャー、ショート	野球 東神戸軟式少年野球連盟 夏季大会 ジュニアチーム (5年生以下) レギュラー シュート
4	男	S&Bちびっ子健康マラソン 1年:3位、2年:2位、3年:8位	サッカー 神戸市西地区リーグ 2012年度(2年)優勝、2013年度(3年)優勝 レギュラー MF (トップ下)
4	男	第40回須磨区民ランニング大会 小学2年生男子の部 1位:3分14秒2 (H24.12.23)	第15回神戸市小学生クロスカントリー大会 2年生男子の部 総合4位 3分14秒2 (H25.2.23)
4	女	がんばれ神戸っ子ドッジボール大会 (3年) ベスト8	須磨区子ども会ドッジボール大会 低学年の部 優勝
4	女	倉敷ジュニアトライアスロン大会 2位 (2013.8.4)	高砂マラソン 1位 1km 3分44秒
4	女	平成15年度神戸市クロスカントリー大会 2年生 7位:3分32秒4	平成25年度神戸市北区ロードレース大会 3年生 1500m 4位:6分
4	女	神戸市西区ロードレース 親子ペア 1年:1位、2年:1位	一輪車クロスカントリー一輪車大会 3年:11位
4	女	柔道 第30回神戸市少年柔道大会 3年生の部 3回戦敗退 (H25.10.27)	
4	女	神戸市子ども会ドッジボール大会 3位 団体名:スリーエンゼル (2013年秋)	須磨区マラソン大会 小学生3年の部 女子2位 (2013)
4	女	須磨区民ランニング大会 900m走 準優勝 (H24.12.23)	神戸市小学生クロスカントリー大会 900m 3位 (H25.4.23)
4	女	ちびっ子マラソン 11位 (H25)	
4	女	テニス:第7回兵庫県サマーシングルス小学生学年別男女混合大会 3年の部 ベスト4	JOP (全国ジュニアテニスツアー) の大会 2013年度兵庫潮芦屋NAMPインドアオープンジュニア11月大会 10歳以下女子の部 優勝 現在JOPジュニアランキング10歳以下女子 16位 (2013.11.3)
			水泳 自由形 50m 56秒86 (H25.12.31)
			スピードスケート (ショート) ゴールデンエイジプロジェクト 小2～小3 参加 大会記録 8位 (2012,2013)
			グリーンピア三木トライアスロンフェスティバル (SWIM 150m, Bike 4.75km, Run 1km) 3・4年生の部 20人中7位 (3年生では最高位) 記録23分12秒
			狩場台小学校マラソン大会 1年:1位、2年:3位、3年:1位 (1200m:4分12秒)
			競泳 自由形 50m 43秒2 (2014.5)、背泳ぎ 50m 48秒3 (2014.2)
			卓球 神戸市小学生卓球大会パンピの部 1位 (2012.6.12) 2年
			第16回神戸市小学生クロスカントリー大会 3年生男子の部 総合16位 4分08秒
			兵庫県ジュニアスイマーズミート春季大会 平泳ぎ 50m 42秒82 クロール 50m 35秒48
			東須磨小学校チャレンジランキンギング 低学年の部 (ぞうきんがけ、びよんびよんとび) 第1位
			須磨区民ランニング大会 1200m 3位 (H25.12.21)
			第13回芦屋市教育長杯ジュニアテニストーナメント 12歳以下女子の部 準優勝 (2014.3.25)

5	男	神戸市少年団スポーツ大会第17回小学生駅伝競走大会 4年生の部 19位 (西須磨C:第3走者) 27分17秒5 (H25.12.7)	第40回須磨区民ランニング大会Dの部男子1組 (小3年) 10位:5分37秒 (H24.12.23) 第41回須磨区民ランニング大会Eの部男子1組 (小4年) 18位:5分44秒 (H25.12.21)	少年野球 第7回ジュニア大会 ベスト16 レギュラー (ピッチャー、ショート)
5	男	競泳 大阪府ジュニア栄誉賞水泳競技大会 男子10歳以下50m背泳ぎ 優勝:35秒42、200m個人メドレー 3位:2分47秒84 (2014.3.8)	競泳 兵庫県ジュニアスイマーズミート春季 男子背泳ぎB決勝7位 (2014.5.11)	2013年度兵庫県水泳ランキング (長水路) 低学年の部 50m自由形7位32秒83、50m背泳ぎ4位35秒42、200m個人メドレー 9位 2分47秒84 (神戸新聞 2014.5.14)
5	男	少年野球 神戸市西区長杯 優勝レギュラー ライト ~3.21	水泳 兵庫県JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会 男子200mリレー 第1位、男子200mメドレーリレー 第1位	水泳 兵庫地区A・AA大会100mバタフライ 第1位 (2013.11.17)
5	男	野球 北区春季リーグBチーム 3位 レギュラー (ファースト・サード)	新体力テスト 銀賞 (あと1点で金賞でした)	100m走:16秒52
5	男	硬式野球 関西キッズドリーム大会 (4年以下大会) 3回戦6三振2安打3打点 レギュラー ピッチャー・キャッチャー (H25.12.8)	硬式野球 第3回岸和田阪和ボーイズジュニアスマイルトーナメント大会 優勝 最優秀選手賞受賞 (H25.12.8)	硬式野球 泉州ジュニア大会 準優勝 (H26.4.20-5.6)
5	男	野球 神戸市西区軟式野球理事長杯 準優勝 (2013.10.14)		
5	男	空手 神戸市北区空手道大会 組手優勝 (2014.12.5)	空手 系東流空手道神空会大会 型優勝 (2014.11.11)	空手 神戸市空手道大会 組手 3位 (2014.11.7)
5	男	垂水区学童水泳記録会 クロール25m 1位 19秒43、平泳ぎ25m 2位 20秒22 (2013.9.22)	総合武道流水会選手権大会 4年型 1位、技2位、組手1位 (2013.11.24)	
5	男	ラグビー 特筆すべき成績はなし	東灘区ドッジボール大会 (4年の部) 3位	
5	男	平成26年度第1回神戸市陸上競技記録会 小学男子 100m 7位:15"39、1500m 第7位 5:21:37 (H26.4.3)	第24回六甲シティマラソン大会 1.3km親子ペアAの部 第5位 4:59 (H26.1.26)	第41回須磨区民ランニング大会 小学4年生男子 1組 1.3km 5:07
5	男	第23回加古川駅伝競走大会 小学男子の部 第2位 九管勝 2位 記録5分19秒 (1500m) (H25.12.7)	第64回加古川市民ロードレース大会 13部 (小学4年生以下男子) 第2位 5分34秒 (1500m) (H25.12.7)	第63回加古川市民ロードレース大会 13部 (小学4年生以下男子) 第4位 5分53秒 (1500m) (H25.12.7)
5	男	柔道 ちどり杯 3位		
5	女			神戸市ドッジボール大会 ベスト8 (H24.6)
5	女	水泳 名谷エスパティオ 9~10才クラス 1位 平泳ぎ50m:50秒70 (2013.11)	ソフトボール 須磨区新人戦6チーム中3位 ポジション ピッチャー・ファースト	
5	女	サッカー 神戸市サッカートレセン女子U-11 合格 (2014)		
5	女	船位のつくスポーツをしていません		
5	女	空手 垂水区大会 組手 2位		
5	女	器械体操 第36回三田市総合体育大会 (第10回三田市民体操競技大会) 競技II (跳馬・平均台・床) 小学生1~4年 女子の部個人総合第3位 (25.9.23)	器械体操 第43回宝塚市民対象競技大会 女子II (跳馬、平均台、床、鉄棒) 小学1~4年の部 (H25.9.1)	器械体操 第10回三田CUP 小学3~6年女子の部 (床、跳馬) 個人総合優勝 (H25.2.23)
5	女	新体力テスト (神戸っ子チャレンジ4年生) 金メダル	第6回西区小学生ドッジボール大会 4年生の部 優勝	神戸市少年団スポーツ大会 小学生駅伝競走大会 4年生の部 16位
5	女	第15回神戸小学生クロスカントリー大会 3年女子の部 2位 3分22秒7 (H25.2.23)	第41回須磨区民ランニング大会 Eの部小4女子の組 優勝 5分13秒	卓球 第9回須磨区小学生卓球大会 女子4年生の部 3位 優勝 (H26.2.11)
6	男	第62回兵庫リレーカーニバル 男子100m決勝 第6位 13秒78 (2014.4.20)	ラグビー 関学カーニバル 2位 レギュラー センター	
6	男	第1回神戸リレーマラソン 小学生の部 1位、ハーフ全体で6位 (10周21.0975kmを5人で) タイム1走 10分02秒		

6	男	神戸市少年団野球 春季大会優勝 レギュラー ショート 1番 (H 26.5.3)	水泳記録会 (スイミングスクール 内) クロール50m 37秒5 (H 26.3.21)	神戸市小学生陸上記録会 100m走 14秒7 (H25.10.26)
6	男	極真空手 2年生 ソフトクラス 優勝	神戸市少年団駅伝大会 4年 友好 レース 1位	
6	男	サッカー 日本少年サッカー大会 西宮予選3回戦 西宮サッカース クール レッド (2軍) レギュ ラー フォワード		
6	男	赤穂シティマラソン 5年男子 7 位 (2013.11.10)	硬式テニス 春季ジュニア 予選3 回戦敗退 (2014.3.8)	
6	男	神戸市ドッジボール大会 優勝 レ ギュラー (2011.11.26)、神戸市 北区ドッジボール大会 優勝 (2013.2.16)	少年野球 ちびっ子大会 優勝 補 欠 (2010.7)、甲北春季大会 優勝 キャッチャー (2012.3)	サッカー 宮本CUP 準優勝 F W、優秀選手賞 レギュラー (2013.4.21)、有瀬杯 優勝 レギュラー (2014.3.15)、成徳 杯 優勝 レギュラー
6	男	兵庫県夏季ジュニアテニス選手権 ベスト16 (2013)	兵庫県サマーシングルス小学生学年 別テニス (5年性) ベスト8 (2013)	JPTA ニュージェネレーション テニスカウトキャラバン全国大会 プロ推薦 *強化・育成指定選手 (2013)
6	男	西宮市立瓦林小学校マラソン大会 4年: 3位、5年7位	2013アクティングカップ Bクラス 男子 36位 (トミオカ体操スク ール)	2014関西実業団陸上競技大会 小学 生100×4 リレー
6	女	陸上競技 兵庫県小学生陸上競技大 会 5年100m 5位 14秒43 (H25.10.20)	陸上競技 兵庫県小学生陸上競技秋 季記録会 5年100m 4位 14秒 12 兵庫小学生50歳 6位 (H 25.11.10)	陸上競技 兵庫リレーカーニバル 小学6年 100m 6位 14秒60 (予選 14秒26)、小学4×100 mR 6位 58秒00 塩屋 (赤穂 市) 2走 (2014.4.20)
6	女	小学5年時 学校で行われたスポ ーツテスト 金勝		
6	女	第27回明石市小学生駅伝大会 タイ ムトライアル女子4年の部 (1.5k m) 優勝 6分9秒 (ベストタ イム: 5分45秒) (H25.1.25)	第41回明石市子ども会陸上競技大会 5年女子800m 3位 2' 46" 93 (ベストタイム 2' 42" 83) (H25.10.14)	加古川らんらんマラソン 3・4年 女子の部 (1.5km) 2位 5分 45秒 (H25.3.20)
6	女	2013県陸上秋季記録会 100m 14 秒94 結果県リレーカーニバル出場 (H25.11.10)	陸上 市民大会 100m 15秒21 3位入賞 (H26.4.26)	第3回あじさいロードレース 5年 女子 1.8km 2位 6分57秒 (H26.1.18)
6	女	水泳 クロール50m 36秒 (スク ールで)	陸上 100m 17秒 (学校にて)	
6	女	陸上競技 姫路市長距離記録会 800m 2分42秒54 (2013.10.20)	陸上競技 兵庫県小学生陸上競技大 会 100m 14秒99 (2013.10.20)	陸上競技 姫路市小学校駅伝競走大 会 3区 (2km) 8分25秒 区 間2位 (2014.2.22)
6	女	陸上 第56回神戸市民大会 小学女 子800m走 第2位 2分45秒70 (H26.4.26)	第24回六甲シティマラソン大会 小 学5年女子 1.3km 4位 5分 (H26.1.26)	
6	女	軟式野球 H24年度神戸市少年団野 球リーグ西地区ジュニアリーグ戦 桜ヶ丘少年団野球部Cチーム 優勝 レギュラー サード・ピッチャー (H25.10.28)	バドミントン 第20回神戸市小学生 バドミントン選手権大会 5年生女 子ダブルスの部 優勝 (H25.6.29)	バドミントン 第20回神戸市小学生 バドミントン選手権大会 5年生 女子 ダブルスの部 優勝 (H26.1.25)

(平川 和文)

② アカデミー修了生の記録・競技成績（フォローアップ調査から）

HJSA の修了生は過去 5 年間で 120 数名となっている。アカデミー修了生の競技力を把握するため、例年実施しているパスウェイ調査の一環として、全員に今までの記録（成績）についてアンケートで答えてもらった。アンケート調査は以下のごとくである。

今までのスポーツ成績のうち優れたものを 3 つまで、大会名、種目、成績、記録、実施日等を記入願います。この問いは必ず記入願います。スポーツ活動から離れ、記入するような成績がない場合は、特になしと記入願います。

アンケートの結果は、「アカデミー修了生の記録（成績）」として本章最後に示す。

回収されたすべて回答は、「アカデミー修了生の記録（成績）」としてまとめ、以下に記載した。アンケートの回収率（2014. 7. 16 現在）は、1 期生は 21 名中 9 名 43%、2 期生は 25 名中 12 名 48%、3 期生は 28 名中 9 名 32%、4 期生は 26 名中 13 名 50%、5 期生は 17 名中 12 名 71%であった。修了生の申告をもとに、「全国大会レベル出場」、「近畿・関西大会レベル出場」、「県大会レベル入賞」に相当するものを選び出し「アカデミー修了生の記録（成績）優秀者リスト」として以下に示す。できれば別添「アカデミー修了生の記録（成績）」を合わせてみていただきたい。

優秀者リストから、「全国大会レベル」と思われる記録（成績）は 4 件、「近畿・関西レベル」は 8 件、「県大会レベル」は 12 件であった。スポーツ種目では、陸上、水泳、バスケットボール、硬式野球、空手、テニスと多岐にわたっていた。

アカデミー修了生の記録（成績）優秀者リスト

1 期生

【全国大会レベル 出場】

- ・ 第 39 回全日本中学校陸上競技選手権大会 100m、200m 出場 （H24. 8. 20）、第 43 回ジュニアオリンピック陸上競技大会 1000m 出場 （H24. 10. 27）
- ・ 全国高校選抜テニス大会 団体戦 優勝 （2014. 3）、全日本ジュニアテニス大会 16 才以下 ダブルス 出場 （2013. 8）

【近畿大会レベル 出場】

- ・ 陸上競技 近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会 男子 1 年 400m 5 位 51 秒 21 （H25. 9. 21）
- ・ 野球（硬式野球）西日本大会 出場
- ・ バスケットボール 第 61 回近畿高等学校バスケットボール選手権大会 ベスト 8
- ・ 近畿高校選抜テニス大会 新人の部 シングルス 第 3 位 （2014. 6）
- ・ 長距離女子陸上 京都陸協記録会 3000m 9 分 50 秒 04 （2013. 11. 24）

- ・ 兵庫県ラグビースクール（SCIX） 関西女子中学生大会 優勝 全国大会出場 （2014. 6. 21. 22）

【県大会レベル 入賞】

- ・ 空手全国大会（兵庫県代表）に2回出場
- ・ バスケットボール H26 年度兵庫県高校総体 4 位
- ・ 柔道 兵庫県大会新人戦 73 k g 級 5 位 （H25. 11）

2期生

【近畿大会レベル 出場】

- ・ 第 26 回都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会 2013 兵庫県代表 ベスト 8

【県大会レベル 入賞】

- ・ 第 65 回兵庫県中学校バスケットボール競技大会 第 3 位

3期生

【県大会レベル 入賞】

- ・ 第 1 回兵庫県中学生公式野球大会 準優勝 （2013. 11）
- ・ 兵庫県郡市区対抗陸上競技大会 男子中学 400m 2 位、兵庫県中学校新人陸上競技大会 男子 400 m 2 位
- ・ 兵庫県バレーボール大会 ベスト 8 （2014. 2）

4期生

【全国大会レベル 出場】

- ・ 全国中学水泳競技大会 400m R 1 泳背泳ぎ 1, 11, 3 予選 18 位 （2013. 8）

【近畿大会レベル 出場】

- ・ 近畿中学水泳競技大会 400m R 1 泳背泳ぎ 1, 12, 30 予選・決勝とも 3 位 （2013. 8）

【県大会レベル 入賞】

- ・ 兵庫県中学水泳競技大会 400m R 1 泳 背泳ぎ 予選 1 位 決勝 2 位 （2013. 7）
- ・ 兵庫県中学校春季水泳記録会 100m & 200m バタフライ 1 位 （2014. 4. 27）

5期生

【全国大会レベル 出場】

- ・ 練流修交会空手道全国大会 小学 6 年男子 組手 準優勝 （H25. 8. 18）

【県大会レベル 入賞】

- ・ 第 31 回兵庫県ラグビースクール大会 6 年生の部 優勝 （9 人制）レギュラー、センター
- ・ 日本空手協会主催 兵庫県大会 （形の部） 準優勝

- ・ 平成 26 年度兵庫県空手道選手権大会 中学男子 1 ～ 3 年の部 組手競技 7 位 近畿大会出場、平成 26 年度兵庫県空手道選手権大会 中学生団体男子組手競技 準優勝
- ・ 兵庫県小学生陸上競技大会 100m 7 位 1 4 秒 3 (H25. 10. 20)

まとめ

アンケート結果からみると、修了生はレベルの高い競技記録（成績）を出しているとみられる。しかし、1 期生は半年の、2 期生は 2 年弱のアカデミー経験であり、アカデミーでの経験がどのように貢献しているかを明らかにすることは難しい。3 期生（現在中学 3 年生）以降は大半の修了生がアカデミーでの活動を 3 年経験しており、またアカデミー自体もタレント発掘・育成のシステムが出来上がってきており、3 期生以降の今後の活躍が期待される。いずれにせよ、真にタレント発掘・育成事業を成果にあるものにするためには、中学生・高校生時期をしっかりとサポートすることが重要である。現在修了生にはアンケート調査で現状のスポーツ環境の把握に努めるのが精一杯であり、客観的な評価を明らかにするのはきわめて難しい。

アカデミー現役生の分析からみられた選考に関する課題、修了生の分析から明らかになった中・高校期のフォローアップを真剣に再考しなければならない、5 年間の総括と考える。

アカデミー修了生の記録(成績) (H26年6・7月に調査)		
1期生		
成績1	成績2	成績3
陸上競技 近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会 男子1年 400m 5位 51秒21 (H25.9.21)	第39回全日本中学校陸上競技選手権大会 100m、200m出場 (H24.8.20)	第43回ジュニアオリンピック陸上競技大会 100m出場 (H24.10.27)
陸上競技 長距離記録会 3000m 9分39秒	陸上競技 5000m 17分02秒	陸上競技 神戸市総体 3000SC 10分32秒
現在運動部に所属せず 空手全国大会(兵庫県代表)に2回出場	野球(硬式野球)西日本大会 出場	
加古郡大会 陸上 1500m 1位	播磨町ロードレース 3000m 4位	三木ふれあいマラソン 1500m 4位
バスケットボール 第61回近畿高等学校バスケットボール選手権大会 ベスト8	バスケットボールH26年度兵庫県高校総体 4位	バスケットボールH26年度市民大会 優勝
柔道 兵庫県大会新人戦 73kg級 5位 (H25.11)	本年度 81kg級に変更	
全国高校選抜テニス大会 団体戦 優勝 (2014.3)	全日本ジュニアテニス大会 16才以下 ダブルス出場 (2013.8)	近畿高校選抜テニス大会 新人の部 シングルス 第3位 (2014.6)
長距離女子陸上 京都陸協記録会 3000m 9分50秒04 (2013.11.24)		
2期生		
成績1	成績2	成績3
第26回都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会2013 兵庫県代表 ベスト8	第12回オニヅカ杯 優勝	第65回兵庫県中学校バスケットボール競技大会 第3位
サッカー 特になし		
バスケットボール 中3の区総体優秀選手賞	アシストカップ 優勝	
バスケットボール須磨区総合体育大会 優勝 (中学3年の時)		
野球 神戸市中学野球大会第7ブロック予選 優勝	神戸市総体 野球の部 ベスト32	
サッカー 特になし		
サッカー部 リレーカーニバル 100m走 県内36位 (H22、小6)	播磨中学サッカー部 東播大会新人戦ベスト8 (H24)	
特になし この夏よりアメリカ留学、今は勉強に忙しい		
女子サッカー部 丹有総体 1500m 5'14"48 3位 (H24.7.21)	兵庫県総体 1500m 5'05"98 (H24.7.27)	
陸上競技部 東灘区総体 女子共通走高跳 第3位 (H25.6.26)		
ソフトテニス 神戸市ソフトテニス春季大会 3位 トーナメント 個人戦 準優勝		
陸上競技 阪神中学校総体 200m 29"85、100m 14"38		
3期生		
成績1	成績2	成績3
陸上競技 県記録会 800m 2分01秒85 (2014.6.7)	陸上競技 地区別記録会 1500m 4分17秒44 (2014.5.17)	
野球(神戸須磨(公式野球)クラブ) 第22回選手権大会 兵庫西支部予選2位通過 ヤングリーグ選手権大会 出場権獲得 (2014.5)	第41回泉天津大会 優勝 (2014.5)	第1回兵庫県中学生公式野球大会 準優勝 (2013.11)
兵庫県郡市区対抗陸上競技大会 男子中学400m 2位	兵庫県中学校新人陸上競技大会 男子400m 2位	
サッカー 西宮市選抜	サッカー 西宮市U-15大会 ベスト8	

兵庫県バレーボール新人大会 1回戦敗退 (ウイングスパイカー) (2013.11)	兵庫県バレーボール大会 ベスト8 (2014.2)	高播バレーボール大会 準優勝 (ウイングスパイカー) (2014.4)
ソフトテニス 須磨区女子ソフトテニス研修大会 優勝 (H26.3.21)	ソフトテニス 須磨区新人大会 2年の部 優勝 (H25.12.14)	ソフトテニス 神戸市総体新人大会 第5位 県大会出場ベスト32 (H25.10.13)
陸上競技 東播新人戦 100mH 16"37 (H24.10)	混成選手権 四種 2090点 (H25.6.17-18)	
陸上競技部 垂水区総体 100m×4R 1位、幅跳び 3位		
陸上競技部 日清カップ全国交流大会兵庫県大会 100m 14"75 3位 (H22.8)	兵庫リレーカーニバル 100m 14"13 8位 (H23.4)	通信陸上兵庫県大会 100m 13"47 6位 (H24.7)

4期生		
成績1	成績2	成績3
兵庫県陸上競技記録会(神戸地区大会) 中2男子 100m ベスト16 決勝進出 12秒62 (2014.5.18)	神戸市中学総体 低学年 100m×4リレー 6位 県大会出場 49秒51 (2013.7.21)	神戸市北区陸上競技大会 中学1年男子 100m 2位 13秒64 (2013.6.15)
陸上競技 須磨区総合体育大会 走り幅跳び 1位 5m42cm (2014.6.15)	第3回兵庫県記録会 男子2・3年 100m 12"54	
バスケットボール 中学1年西区 ベスト4 (2013.2)	バスケットボール 中学西区総体 ベスト1 (2014.6)	ミニバスケットボール 全市交流大会 ベスト1 (2011.5)
サッカー 小学校6年川西ライオンズ杯優勝	小学校6年川西市サッカー協会会長杯 優秀選手賞	ワールドおきなわ 小学生の部 6位
第35回兵庫県ジュニア新体操選手権大会 種目別 クラブ 3位	第35回兵庫県ジュニア新体操選手権大会 個人総合 6位	第35回兵庫県ジュニア新体操選手権大会 団体 優勝
陸上競技部 明石総体 1500m 4'16"17 第1位、800m 2'07"84、3000m 9'24"23		
兵庫県ラグビースクール(SCIX) 関西女子中学生大会 優勝 全国大会出場 (2014.6.21.22)	タグラグビー兵庫県大会 優勝 近畿大会出級 小学生6年生	陸上記録会 走り幅跳び 第2位 小学5年生
東灘区公立中学校総合体育大会 低学年リレー 第2位 56"55 (H25.8.18)	東灘区公立中学校総合体育大会 100m 17"65 第4位 (H26.5.14)	神戸市民大会 4×100R 52"84 第5位 (H26.4.26)
全国中学水泳競技大会 400mR 1泳背泳ぎ 1分11秒3 予選18位 (2013.8)	近畿中学水泳競技大会 400mR 1泳背泳ぎ 1分12秒30 予選・決勝とも3位 (2013.8)	兵庫県中学水泳競技大会 400mR 1泳 背泳ぎ 予選1位 決勝2位 (2013.7)
明石市総体		
陸上競技 加古川市総体 共通200m 28"40 第5位 (2014.6.14)		
ソフトテニス 私学大会 3位 (中1の時)		
水泳 神戸市民選手権 200mバタフライ 1位 (2014.6.7)	兵庫県中学校春季水泳記録会 100m & 200m バタフライ 1位 (2014.4.27)	西区中学校水泳競技会 100m & 200m バタフライ 2位

5期生		
成績1	成績2	成績3
神戸市小学生陸上競技記録会 6年男子 100m 第1位 13秒1 (H25.10.26)	神戸市小学生陸上競技記録会 6年男子 走り幅跳び 第1位 5m00 (H25.10.26)	第31回兵庫県ラグビースクール大会 6年生の部 優勝 (9人制)レギュラー、センター
中学に入り間もなく、特になし (陸上朝練のみ参加)		
個人的な記録はなし	野球 ボーイズリーグ関西1年生大会 ベスト8進出、6/21 ベスト4をかけた試合	

日本空手協会主催 兵庫県大会 (形の部) 準優勝		
第17回兵庫県ジュニアラグビーフット ボール大会 16チーム中最下位(3年 生主体の試合に出場)		
平成26年度兵庫県空手道選手権大 会 中学男子1～3年の部 組手競技 7位 近畿大会出場	平成26年度兵庫県空手道選手権大 会 中学生団体男子組手競技 準優 勝 全国大会出場予定	練流修交会空手道全国大会 小学6 年男子 組手 準優勝 (H25.8.18)
野球部 なし		
6年の時 垂水区駅伝 2位	5年 垂水区陸上記録会 100m 3位 15秒	5年 神戸市陸上記録会 ソフトボー ル投げ 6位 51.2m
バスケットボール部		
陸上 (神戸地区)兵庫県中学生陸 上記録会 100m 14"33 第1位 (2014.5.17-18)	垂水区総合体育大会 1年 100m 13"89 第1位 (2014.6.15)	神戸市記録会 走り幅跳び(共通) 4 m52 第5位
スポーツ活動は行っているが、優れた 成績は残せていません。		
ソフトテニス 兵庫県小学生陸上競技 大会 100m 7位 14秒3 (H 25.10.20)		

2014.7.16 現在

(平川 和文)

新聞紙上にみられるアカデミー生の活躍

[illegible]

備考：①大輪船、△客船

日期	姓名	性别	年龄	职业	住址	联系电话	备注
2014-3-10	张三	男	35	教师	北京市海淀区	13910123456	
2014-3-11	李四	女	28	医生	北京市朝阳区	13810123456	
2014-3-12	王五	男	45	工程师	上海市浦东新区	13710123456	
2014-3-13	赵六	女	30	会计	广州市天河区	13610123456	
2014-3-14	孙七	男	25	学生	北京市昌平区	13510123456	
2014-3-15	周八	女	40	经理	深圳市南山区	13410123456	

(矢野 琢也)

6. その他

① 保護者の HJSA に対する意見

アカデミー生および保護者にアンケート調査を行った。アンケート質問内容は、「アカデミーの活動を通して、お子さんの運動能力は高まったとお感じでしょうか。他に何か成果をお感じでしょうか。アカデミーの存在の意義はあるでしょうか。お子さんはどのように思っているでしょうか。その他ご意見・ご要望を自由にお書きください。」である。自由記述の内容をまとめると、以下のような結果であった。

保護者に対するアンケート等の調査は、意見や考えを収集することのできる重要な部分であるが、保護者の積極的関わり方が示される点においても注意が必要である。

回収されたアンケートの記入については、無回答（無記入）が4年生25名中13名、5年生20名中5名、6年生19名中3名となり、学年が進行するに従い、保護者の積極的な関割が認められる傾向にあった。アカデミー生だけでなく、保護者にも毎回のプログラムや保護者プログラム等を通じて、より積極的に意見や考えを出してもらう取り組みが必要である。

記入内容に関しては、「保護者のスポーツへの理解が深まった」、「保護者の運動に対する意識が向上した」の記述があり、多くは「楽しい取り組みに感謝している」とアカデミーの取り組みに対しては好意的に受け止めていることが認められる。このことについては、子どもを積極的に参加させている保護者の考えであるので当然ではあるが、義務感で子どもだけ参加させればよいとの考え方ではなく、保護者も積極的に関わる努力をすることが求められていると考えられる。

アカデミーの活動に関しては、「年代に応じたプログラム内容が考慮されており期待できる」、「多くの競技を体験できる」、「活動内容の素晴らしさに期待する」、「プログラム内容の具体的目標の提示が良い」、「長期的指導に期待」などの年代に応じたプログラム内容の充実に期待されるところが多くあり、「アカデミーでのプログラム内容の素晴らしさに期待し、1年生の時からアカデミー参加を希望していた」や「ひとつの種目に固定することに不安がありアカデミーのプログラム内容に期待している」、「想像以上にプログラム内容が素晴らしい」などの意見も含めて、アカデミーの存続を希望する意見が多く認められた。また「SAQプログラムの6週連続の取り組みに期待している」などの具体的な取り組みに対する評価も認められている。一方で、「積極的にアカデミーの存在を広く知らせるべき」、「アカデミーの目的を前面に打ち出し親に意識をさせるべき」「中学、高校と継続性がないのが残念」などの指摘もあり、今後の課題として参考にすべきと考えている。

スタッフとのかかわりに関しては、「コーチ・AC とのかかわりが子どもに好影響を与えている」、「コーチの助言が子どもの意識を高く保つことにつながっている」などの評価を受けており、保護者に対しては「専門の先生方のアドバイスに期待」、「専門の先生方から多くを学びたい」などの指導の専門性に期待する部分が多く認められた。さらに「所属するチームの保護者の間でもアカデミーが話題になっている」との報告がある一方で、「専門の先生方のアドバイスがうけられるにもかかわらず、学校やスポーツ21における周知活動が不足」との指摘もあり、プログラムの内容が伝わっていない現状も認められた。

保護者がアカデミーに期待している具体的内容として、「将来のスポーツ選択のアドバイスが欲しい」、「中学におけるスポーツ選択のアドバイスが欲しい」、「中学生以降のサポートにも期待している」など将来的な部分を視野に入れたアドバイスが求められており、本来は保護者と子どもが決めるべきであろう点についても要望は多く認められた。これらの背景には「将来につながる指導に期待」、「楽しかっただけで終わらせない将来性への指導に期待」として、「子どもの身体能力の向上に驚く」、「具体的に実施したいスポーツ種目を言い始めた」などの具体的事例が認められ、保護者にも子どもの変化がわかる状況になっていることが考えられ、パスウェイなどのプログラムで、対応する必要があるだろう。兄弟で参加しすでに中学生となっている修了生が「中学進学後も日誌の継続」などの報告も認められ、中学進学以降も積極的な関わり方が必要とされる点も指摘されている。また、身体面だけでなく「精神面への好影響を評価」する指摘もあり、アカデミーのプログラムが多面的評価を受けていることが認められた。

保護者プログラムの評価として、「スポーツ傷害などの医療領域のアドバイスも助かっている」、「スポーツ栄養の知識が役にたっている」などが認められる。一方で「知的トレーニングの割合が少ない」、「子どもに理解できるトレーニング等の講義も期待」、「メンタルトレーニングに関する領域もほしい」などの実際に保護者が受講して、子どもにも必要と考える内容の充実に期待される部分も指摘されている。

保護者が求めている内容として、「測定の結果はその都度知らせていただくと意識がより高まる」、「測定データの詳しい説明が必要」、「50m、100mなどの実際の競技測定をしていただくと理解ができる」などの指摘があり、測定データの理解を具体的に示すことが求められている。

また「高い能力を持っている仲間の刺激に期待」などからできるだけ出席を強化する方針を打ち出しているが、欠席をなくす対策として「無料が休みやすい状況を生むため有料化による少々の負担はあってもよい」、「福岡の様に競争を意識させてもよいのではないか」の今後参考とすべき考えや、「他の競技と両立できるように午前中平日実施等を考慮する」、「土曜日の午後はすでに他の競技に参加するものが多いため他の時間帯日程等の配慮が必要」などの現状では実施不可能な意見も出ている。

選考会については「選考会の種目が初めてで対応できない子もいるのではないか」、「有料でもよいので不合格であった者にも指導の機会を期待したい」などの意見が出され、より多くのアカデミー生確保を期待する意見もあった。

(小田 慶喜)

② アカデミー現役生の HJSA に対する意見

保護者の報告に見るアカデミー生の参加の反応として「わくわく」、「のびのび」、「楽しんでいる」などの積極的な参加を認める部分が多く認められ、具体的には「アカデミーの参加に夢を持っている」、「野球を休むのを嫌がっていた子どもがアカデミーを楽しみにし始めた」などの事例が示されている。

また「運動に対する理解力が付いた」、「運動の動きに対する意識が向上した」、「ますます運動が好きになった」、「休日の運動やストレッチなど積極的に実施するようになった」、「運動に対する意識が向上した」、「意欲的に取り組めるようになっていく」など、アカデミー参加における変化が認められている。さらに「他の仲間からの刺激を受け、自己の目標を示すなどの意識が変わり始めた」、「学校においてトップであってもアカデミーにはまだ上がいることを理解し始めた」、「他の仲間の刺激を受け意識が変わり始めた」などの集団で実施するプログラムにおいて、お互いに良い刺激を受け合っていることも認められている。

実施しているプログラムの成果として、「運動能力が伸びている」、「多面的に運動能力が向上している」などの報告が認められ、具体的には「ミニバスケットボールのコーチも動きが格段に良くなったと評価」、「走り高跳び、50m 走、シャトルラン、持久走の能力の向上」、「ダンス等で評価され始めた」、「水泳のスタートの反応、泳力の向上」などの報告が認められる。さらに「選ばれたことで自信をつけている」、「精神面での成長がみられる」、「意欲的に取り組むようになった」などの変化も報告されている。

運動以外の日常生活においても、「自分の可能性を伸ばす意欲が生まれている」、「スポーツ以外でも理解が早いといわれ始めた」、「運動以外にも可能性を伸ばすことに意欲的」、「授業への積極性が生まれ成績が伸びてきた」、「文武両道をめざし授業への積極性が生まれてきた」、「知的トレーニングの影響でスポーツ以外でも理解が早いといわれ始めた」など学校生活においてより良い評価を受けていることが認められる。また、「食事・栄養に関しても意識している」や「運動日誌、体重測定等の継続を積極的にできるようになった」などアカデミーで実施した内容を日常生活において継続する習慣の形成が認められている。

兄弟や兄妹で参加しているアカデミー生も多くなり、「兄弟ともに積極的に参加できたため意欲的に取り組んでいる」などの報告が認められる一方で、「兄のトレーニングを真似していたが昨年不合格となり再チャレンジをした」、「不合格であった双子の弟にも次回のために内容を伝えるようにしている」など保護者の立場としては、家庭内における対応に苦慮するであろう事例も認められ、今後の対応が必要となる可能性も示唆された。

今年度要望が多くあり、再度実施することになった合宿についても、「合宿も楽しみにしている」の評価が認められた。

自由記述による保護者とアカデミー生の回答は、概ね好評価を受けておりアカデミー実施のねらいは浸透しつつあることが認められた。今後は、修了生の積極的な追跡調査の報告も含め、今後の取り組みを検討する必要がある。

(小田 慶喜)

③ アカデミー修了生のHJSAに対する意見

(1) アカデミーの成果について

【1期生】

- ・特にボルダリングは面白かった。
- ・基礎体力や運動の知識を知ることができてよかった。友達と話すことも大事だと分かった。
- ・スポーツに対する取り組み姿勢が学べた。

【2期生】

- ・6年生の1年間だけだったけど、専門医の紹介、リハビリの方法を指導していただき、現在は痛みもなくスポーツを楽しんでいます。貴重な経験をさせていただきました。
- ・スポーツ面だけでなく、あらゆる面で指導していただいたのですごくいい経験になりました。
- ・いろいろなスポーツを体験でき、運動以外にも活動があったり、練習とかも楽しめた。自分を見つめ直す機会・自分を知る機会になったことが一番良かった。
- ・アカデミーでは友達ができてよかった。運動の面では成果があったかどうか良く分かりません。ただ体幹トレーニングをやったのがよかったのか、友達に当たりが強いと言われます。
- ・はっきりした成果は説明できませんが、いろいろなスポーツ競技に触れる機会があったことは今でも良かったと思います。
- ・スポーツを幅広く知ることができ、改めてスポーツが楽しいものだと分かるきっかけとなりました。スポーツに関する講演、合宿もいい経験になりました。
- ・日誌を書くことで自分の体の状態や運動状況を把握できた。いろいろなスポーツに生かすことのできるコーディネーショントレーニングをたくさんできた。
- ・アカデミーでの経験は今結構役に立っています。同期とはまだ付き合いがあります。今の部活の顧問はアカデミーの友だちのお父さんです。
- ・アカデミーに入って一番成長したのはコミュニケーション能力です。また、さまざまなトレーニングやスポーツを経験したことは、自分にとってかけがえのない経験となりました。

【3期生】

- ・誰も体験したことのないスポーツに触れることができてよかった。
- ・知らない子と友達になり、コミュニケーションが取れた。
- ・食事や体のケアなど運動のことが多く学べた。
- ・ボルダリングと出会えてよかった。今も続けている。
- ・仲間の大切さや知的プロや合宿でコミュニケーションの重要性・チームプレーの楽しさを学んだ。今は部長となり、先生とのコミュニケーションもとれ、楽しくまとめられ、すごく生かされています。
- ・アカデミーで学んだ3年間はとても役に立っているようです。体調管理やコミュニケーションもごく自然にでき、運動面でも目標を立てて努力しているようです。

- ・身体能力、特に体の使い方がとてもうまくなったように感じています。
- ・怪我や無理をしない意識付け、栄養面でのバランスの良い食事やコラーゲンの大切さ、合宿での協調性の重要性を学びました。

【4期生】

- ・瞬発力、反応が良くなり、栄養のことも学べた。
- ・中学での部活（陸上、サッカー）に成果が現れている。
- ・食事をバランスよく摂るようにしている。
- ・競技体験でスポーツの視野が広がる。
- ・水泳や自転車競技をバテることなくできるようになっている。
- ・ストレッチ・体幹はとても為になりました。
- ・いろいろな学校の友達ができ、今も競技会で交流が続いている。
- ・いろいろなスポーツが体験できてよかった。
- ・いろいろなスポーツ・トレーニングをしたので、部活・体育でいろいろな動きに対応できている。
- ・さまざまな知識が身につき大変有意義であった。
- ・身体能力の優れた仲間と出会えたのは良かった。心も体力の成長し、中学生になって集中できるようになった。
- ・アカデミーで運動が好きになり、自信がついた。
- ・アカデミーで習った体幹・ストレッチが今でも役立っている。

【5期生】

- ・競技体験で競技に興味を持てた。
- ・体力がついた。
- ・運動能力の高い人が集まっていて、負けたくないと思い、努力できた。
- ・学校で教えてくれないことを教えてくれた。
- ・普段の生活では体験できないことができた。
- ・スポーツへの取り組み方・考え方を学べた。
- ・アカデミーに入っていなければ今の成績はない。反応・敏捷性が高まった。
- ・スポーツ全般を幅広く教えてくれたので、1年間でも走り方など成果があった。
- ・不器用だった子が対応力がついた。
- ・足が速くなった。
- ・野球で外野フライの目きり、塁部範囲が広いのは亜壁ミーのおかげと思う。

(2) アカデミーに足りないもの

【1期生】

- ・もう少し色々な競技を体験したかった。

- ・スポーツへの意識をもっと向上させる必要がある。

【2期生】

- ・アカデミーは必要、行っていて良かったと思います。身体能力プログラムから競技体験プロ等、多くのことを学ばせてもらいました。
- ・アカデミーは必要です。私はクラブに所属しておらずアカデミーのみでスポーツを学びました。私はアカデミーで陸上を学んだきっかけで、中学生で陸上部にはいり、アカデミーの仲間に刺激されました。
- ・福岡県のように中学校でもアカデミーのプログラムをやってほしい。
- ・宿題を出して、その前後に測定し、記録のランキング表を提示する。そうすれば家でもトレーニングするし、ランキング向上を目指そうと思います。
- ・アカデミーの中学生版みたいなものがあればもっと良い。
- ・各地域にアカデミーの出先機関のようなクラブ拠点をつくり、アカデミー卒業後も継続して指導が受けられる環境（クラブ）があればいいと思います。その際は、種目限定が望ましいです。

【3期生】

- ・自分のスポーツの適性がわかるから良いと思う。

【4期生】

- ・アカデミーは必要と思います。もう一回行きたいぐらいです。
- ・本人の取り組む姿勢が大事。父よりよく仲良しこよしの集まりではない、と叱られていましたが、その通りだと思う。
- ・身体能力の特徴ごとに、伸びるであろう競技を考慮して運動指導するのも必要ではと思いました。
- ・兵庫の代表としての自覚を持たせるべきです。そしてもっと真剣に取り組む姿勢が必要です。

【5期生】

- ・体力テストで努力することが身についた。
- ・運動神経が良くなる。
- ・スポーツに関してさまざまなチャンスを与えてくれる場所。
- ・アカデミーは必要。今の日本のスポーツはとても弱いから。
- ・運動能力の優れた子といっしょにやるのはとても刺激になる。
- ・もっと外部に開放すべき。
- ・もう少し種目を絞り（アンケートをとる等）回数を増やして取り組まれたらどうかと思います。

(3) アカデミーへの意見

【1期生】

- ・空手・野球では多くの成果を持っていますが、今はスポーツをやっていません。周りからはもったいないと言われますが……。スポーツをしなくなった時に相談窓口がほしかった。

- ・期間が短すぎて慣れたころにはもう終わりだったので、私にとっては残念でした。
- ・2週間に一度だと効果はないと思う。
- ・これからも子どもの柔道をサポートして行きたい。
- ・1期生で1年間の受講だったので、成果は分かりませんが、子どもはとても楽しかったと言っています。
- ・アカデミーのことを知らない人が多いと思う。もっと周知してもらえればと思います。
- ・修了生に対してアンケートをとるだけでなく、継続フォローしてはどうでしょうか。スポーツを続けていく上で、多くの悩みを抱えています。相談窓口があれば良いと思います。またアンケートの内容のF Bもあればよいと思います。

【2期生】

- ・今後アスリートを育てるなら、県下広く告知して運動能力・意欲の高い子を厳選すべきだと思います。何かの競技に特化していない、小学校で「運動神経の良い子」におさまっている能力意欲に長けた子どもたちを伸ばすほうが良いと思います。
- ・アカデミーは隔週ではなく、毎週実施したほうがもっとよいのではないかと思います。
- ・小学校低学年から始めても良いのではと思います。

【3期生】

- ・平日と土日の夕方のほうがありがたい・・・。
- ・アカデミーをもっと知ってもらえる活動をしたほうが良いと思う。
- ・試合場面でのメンタル面や進学先等でご相談できればありがたいです。
- ・存続して東京オリンピックで修了生が活躍されることを楽しみにしております。
- ・修了生のデータ収集だけでなく、アカデミーの活動状況分かるような環境や、修了生のスポーツ進路のアドバイスを受けられる場があればよいと思います。近い将来修了生がアカデミーに係わっている大学やACになっていければいいですね。
- ・親はコーチでなく、どんな結果であれ、選手を受け入れてやれる存在である、と言われた松本学先生のことばが忘れられません。

【4期生】

- ・平日と土日の夕方のほうがありがたい・・・。
- ・アカデミーをもっと知ってもらえる活動をしたほうが良いと思う。
- ・試合場面でのメンタル面や進学先等でご相談できればありがたいです。
- ・存続して東京オリンピックで修了生が活躍されることを楽しみにしております。
- ・修了生のデータ収集だけでなく、アカデミーの活動状況分かるような環境や、修了生のスポーツ進路のアドバイスを受けられる場があればよいと思います。近い将来修了生がアカデミーに係わっている大学やACになっていければいいですね。

【5期生】

- ・ゴールデンエイジのスポーツ向上・上達を目指す生徒に欠かせない存在。
- ・アカデミーの仲間が大会で活躍することを期待している。
- ・他のスポーツクラブとのバッティングを解消してほしかった。
- ・自分が何のスポーツに適しているか教えてもらいたかった。しかし、今やっているスポーツが合っていないといわれるのがいやだったので自分から聞けなかった。

注：この結果は、2014. 7. 16 時点までの調査結果を求めたものである。

(4) まとめ

- ・多くの修了生が多くのスポーツに関する経験ができ良かったと回答している。1期生は1年間だけだったので成果を感じてない回答もあった。しかし、競技成績の向上に繋がっているという回答はあまりみられなかった。
- ・ほぼ全員がアカデミーは必要と回答している。また、もっと厳しさが必要では、との回答もみられた。
- ・隔週では成果は難しい、毎週実施してほしい、中学生版において、スポーツ種目ごとの拠点を置いてほしい、もっと全県的に周知する必要がある、修了生の相談窓口を置いてほしい等の意見があった。

(平川 和文)

④ 他都道府県のT I Dプログラム動向

(1) 地域のタレント発掘事業について

2013 年度現在、日本スポーツ振興センター（Japan Sports Council ；以下 JSC）と連携して TID 事業を実施している都道府県および地域は下記 12 か所となっている。近年新たに埼玉県と京都府が事業を開始した。

- ・美深町：美深町タレント発掘・育成支援プロジェクト（2005～）
地域スポーツクラブ（トランポリン等）と連携してエアリアル選手を発掘・育成。エアリアル競技場や合宿地を整備することで各国代表チームを誘致する。
- ・北海道上川地域：上川北部広域タレント発掘・育成事業（2009～）
名寄市、美深町、下川町、中川町、音威子府村が連携し、冬季種目に特化した選手を発掘・育成。各地がそれぞれ得意とする種目を担当する。
- ・秋田県：AKITA スーパーわか杉っ子発掘プロジェクト（2009～）
フェンシングに特化した発掘・育成事業。月 2 回と育成頻度は少ないが、少数精鋭かつ五輪を経験したコーチが指導を務める。
- ・岩手県：いわてスーパーキッズ発掘育成事業（2007～）
総合的な適性種目選択型事業。中学 3 年次より複数種目について高校生との合同練習を行うことで各自の適性判断を行う。
- ・山形県：山形県スポーツタレント発掘事業 YAMAGATA ドリームキッズ（2009～）
総合的な適性種目選択型事業。合宿形式の短期集中型育成プログラムを実施する。日常の育成はスタッフが各地を巡回して指導する。
- ・埼玉県：彩の国プラチナキッズ発掘育成事業（2011～）
総合的な適性種目選択型事業。小学 4 年生を対象に選考。2014 年度は 1,148 名の参加者のうち 30 名が合格となった。
- ・東京都：東京都ジュニアアスリート発掘・育成事業（2009～）
レスリング、カヌー、ウェイトリフティング等の 7 種目に特化した、種目転向型事業。中学 2 年生以上を対象に種目転向を目的とした発掘・育成を行う。
- ・長野県：長野県 SWAN プロジェクト（2009～）
冬季種目の特化した適性種目選択型事業。中央競技団体（冬季種目）との強い連携を持ち、経験豊富な人材が関わる。
- ・京都府：京のこどもダイヤモンドプロジェクト（2011～）
フェンシングとバドミントンに特化した発掘・育成事業。同志社大および立命館大と連携して事業を行う。初年度の参加者は 157 名。
- ・和歌山県：和歌山ゴールデンキッズ発掘プロジェクト（2006～）
総合的な適性種目選択型事業。中央競技団体や小中学校との連携を取り、多面的な育成を図る。

- ・ 山口県：YAMAGUCHI ジュニアアスリートアカデミー（2008～）
セーリング、レスリング、フェンシングに特化した発掘・育成事業。規模は小さいものの週 3 回の育成プログラムを行い、質の高いプログラムを実施している。
- ・ 福岡県：福岡県タレント発掘事業（2004～）
総合的な適性種目選択型事業。小学 4 年生で選考・試行期間を経て、小学 5 年生から中学 3 年生までの最大 5 年間の育成を行う。2013 年度の書類応募人数は 47,505 名。

これまでのタレント発掘事業における成果は下記のように報告されている。

- ・ Jr 日本代表選手、強化合宿参加選手の輩出
福岡県の例では、2004 年から 7 年間で約 770 名が在籍、総事業費は 8000 万円程度であり、その中から 7 名が当該学年の代表レベルに達している。中央競技団体からは非常に費用対効果が良いといわれている。
- ・ 中央および都道府県競技団体との連携強化
従来は好成績を収めることで競技団体が注目してくれたが、タレント発掘事業の実施によって普段から注目してくれるような変化が生じた。
- ・ 地域住民との連携、町おこし、雇用創出、経済効果
美深町の例では、町費でエアリアル台を設置。中央競技団体の練習場としてに貸すかわりに若年選手の指導をしてもらう。その結果、「エアリアルの町」として日本や世界各国から選手が集まる。
- ・ 指導者育成への貢献
各地で、近隣の大学や専門学校の学生、あるいは中高の体育教員等が指導や事業運営にかかわっている。学生には指導実践の場を、教員には高品質の指導プログラムを提供することで、指導者育成の一面を担っている。
- ・ (家庭環境も含めた) スポーツ環境の改善
JSC と連携しているすべての地域で保護者に対するサポートプログラムが実施されている。素質の良い選手と優れた指導者がいても、家庭での環境が整っていないと、育成を継続することは難しい。保護者にもある程度のスポーツ科学に関する知識やスポーツに対する理解を深めてもらうことで、選手育成の基盤が築かれる。

(2) ナショナルタレント発掘事業 (NTID) について

現在の特筆すべき動向として、各地域が実施するタレント発掘事業とは併行して実施されるナショナルタレント発掘事業が挙げられる。JSC は 2013 年より世界レベルのアスリート発掘を目的とする「ナショナルタレント発掘・育成プロジェクト」を開始した。文部科学省が約 4 億 6 千万円を計上する「メダルポテンシャルアスリート育成システム構築事業」の一環であり、JSC と連携してタレント発掘事業を行う 12 の都道府県・地域と連携して実施している。

これに先立ち、当面は日本ラグビー協会と連携し、リオデジャネイロ五輪から採用される女子ラグビー一選手の発掘を行う。前回の検証プログラムでは、長身でスピードのある女性（身長 170 センチ以上、50 メートル走 6 秒台）を対象に選考を行い、女子サッカー選手であった 1 名を育成・強化指定した。彼女は 2020 年の東京オリンピック出場に向けて高度な育成が行われている。

<http://www.jpnsport.go.jp/Portals/0/ntid/7s/index.html>

JAPAN SPORT
COUNCIL
日本スポーツ振興センター

ナショナルタレント発掘・育成（NTID）プロジェクト  ホーム

[ナショナルタレント発掘・育成（NTID）プロジェクト ホーム](#) > NTID第1弾 私が日本代表に!?世界のトビラが、今開かれる。

NTID 第一弾

私が日本代表に!?
世界のトビラが、今開かれる。

- NTID第1弾 ターゲットは長身者×スピード×女性
- 7人制ラグビー（女子）の適性をチェック
- 7人制ラグビー以外でもチャンスはある!
- NTIDプログラム全体の流れ
- 応募について
- お問い合わせ

NTID第1弾 ターゲットは長身者×スピード×女性

NTID第1弾のテーマは「長身者」です。昨今のトップスポーツのパフォーマンス傾向を分析すると、いくつかの競技では、長身者であることが大きなアドバンテージとなる場合があります。競技団体によっては、高さ×スピードやパワーを兼ね備えた選手を即戦力として考え、通常の育成期間よりも短時間で育成するためのスペシャルプログラムを準備しています。最短距離で世界で伍して戦えるトップアスリートまで育成するという新たなチャレンジが始まっています。今回は、長身者×スピード×女性の方をターゲットに、広く未来のトップアスリートを公募します。

7人制ラグビー（女子）の適性をチェック

7人制ラグビー（女子）は2016年にブラジルで開催される第31回夏季オリンピック競技大会より正式種目となります。今回のプログラムでは、特に7人制ラグビー（女子）の適性を見極めるための測定を実施します。測定は、国立スポーツ科学センター（JISS）において、日本スポーツ振興センターメダルポテンシャルアスリート育成システム構築事業スタッフと、日本ラグビーフットボール協会のトップコーチにより、スポーツ医・科学に基づいたフィットネステストおよび7人制ラグビーで要求される専門的能力の測定を実施します。

Wanted!

7人制女子ラグビーで
活躍できる世界基準は、これだ!



身長
170cm以上

50m走
6秒台

（谷所 慶）

⑤ ひょうごジュニアスポーツアカデミーの発展に向けて

2009年に設立されたひょうごジュニアスポーツアカデミー（HJSA）は今年度で5年目を迎えました。本報告書に記述されている、この5年間のHJSA活動実績、アカデミー現役生・修了生の活躍、ならびに保護者とアカデミー生のHJSAに対する意見等を総括すると、HJSAの「スポーツ能力に優れた素質をもつ県内の小学生を見いだし、関係競技団体と連携しながら、発達段階に応じた育成プログラムを実施することにより、将来、国民体育大会をはじめオリンピックなど国際舞台で活躍できるアスリートの育成をサポートする。」という目標を達成しつつある段階に至ったといえます。

これも、平川和文HJSA実行委員長やコーチを務めた実行委員の熱意と各実行委員のご尽力の賜物と思います。

HJSAの5年間の活動によって、将来のトップアスリートの輩出に向けた種が育っているところです。この花を咲かせるためには、今後、組織運営体制のいっそうの強化、ひょうごジュニアアスリート発掘・育成システムとしての「兵庫メソッド」の継続的实施、ならびに適正競技につながるためのパスウェイ・プログラムの実施等の課題を解決する必要があるように思います。

6年後、東京においてオリンピック・パラリンピックが開催されます。このオリンピックにてひょうごジュニアスポーツアカデミー修了生が活躍する姿を想像しながら、生徒・保護者、（公財）兵庫県体育協会、兵庫県教育委員会スポーツ振興課、兵庫体育・スポーツ科学学会が今後も一体となり、子どもの成長を見守りつつ、協働することが肝要と考えます。

（兵庫体育・スポーツ科学学会・会長 岡田修一）

資 料

① HJSA の組織

平成 25 年度 ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会 役員・委員

役 職	氏 名	所属役職名
委員長	平川 和文	神戸大学大学院人間発達環境学研究科 教授
副委員長	鵜木 秀夫	兵庫県立大学経済学部 教授
副委員長	桂 豊	甲南大学 教授
副委員長	高田 義弘	神戸大学大学院人間発達環境学研究科 准教授
委員	岡田 修一	神戸大学大学院人間発達環境学研究科 教授
委員	小田 慶喜	姫路獨協大学医療保健学部 教授
委員	賀屋 光晴	兵庫医療大学 准教授
委員	高見 彰	大阪国際大学人間科学部 教授
委員	谷所 慶	大阪経済大学人間科学部 准教授
委員	辻田 純三	兵庫医科大学 講師
委員	長野 崇	大原学園神戸校スポーツ産業学科 教員
委員	福田 一儀	公益財団法人神戸市スポーツ教育協会 専門研究員
委員	矢野 琢也	兵庫大学健康科学部 講師
委員	山根 尚	兵庫県教育委員会スポーツ振興課競技スポーツ係長
委員	石角 正徳	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課長

平成 25 年度 ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会 事務局

事務局長	山内 雅彰	公益財団法人兵庫県体育協会 事務局長
事務局員	石角 正徳	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課 課長
事務局員	圓田 雅也	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課 主任指導主事
事務局員	友定 正蔵	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課 指導主事
事務局員	赤堀 幸夫	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課 指導主事
事務局員	高尾 賢司	公益財団法人兵庫県体育協会 競技力向上課 指導主事

平成 25 年度 ひょうごジュニアスポーツアカデミーアシスタントコーチ

氏名	所属等
前田 奈緒美	武庫川女子大学卒、元神戸YMCA職員
武田 友里	神戸大学大学院人間発達環境学研究科 2年
八杉 佳奈	神戸大学大学院人間発達環境学研究科 2年
矢野 宏思	兵庫教育大学大学院 2年
松田 綾	甲南大学法学部 4年
関口 泰樹	神戸大学発達科学部人間行動学科 4年
藤本 真葵	兵庫大学健康科学部健康システム学科 3年
藤本 真葵	兵庫大学健康科学部健康システム学科 3年
大内 一平	兵庫大学健康科学部健康システム学科 3年
野口 絢葉	大同クリニック リハビリテーション科
附田 紘介	兵庫医療大学理学療法学科 2年
友宏 彩乃	兵庫医療大学理学療法学科 2年
山本 玲奈	大原学園神戸校スポーツ産業学科 2年
青山 将己	神戸大学発達科学部人間行動学科 2年
西田 文香	神戸大学発達科学部人間行動学科 2年

(文責：平川 和文)

② H25 年度のプログラムスケジュール

平成25年度ひょうごジュニアスポーツアカデミー実施予定

(2013年10月31日委員会資料)

期 日	時間帯	内 容			実施場所
		能力開発・育成プログラム	競技体験プログラム	保護者プログラム	
1 4月13日	14:00~17:00	身体能力プログラム (5・6年生継続者のみ)			県立文化体育館
2 5月18日	14:00~17:00	開講式・知的能力プログラム		開講式・説明会	県立文化体育館
3 5月25日	14:00~17:00	身体能力プログラム			県立文化体育館
4 6月22日	14:00~17:00	身体能力プログラム(測定)			県立文化体育館
5 6月29日	14:00~17:00	身体能力プログラム	ソフトラクロス		県立文化体育館
6 7月13日	14:00~17:00	身体能力プログラム	ソフトラクロス	タレント発掘事業の現状と課題	県立文化体育館
7 7月20日	13:00~15:00		野球		甲南大学六甲アイランド施設
8 7月27日	14:00~17:00	身体能力プログラム		スポーツ栄養①	県立文化体育館
9 8月3日	14:00~17:00	身体能力プログラム			県立文化体育館
10 9月7日	14:00~17:00	知的能力プログラム(修了生も対象)		大切なことはサッカーから学んだ	神戸大学発達科学部
11 10月5日	14:00~17:00	身体能力プログラム(測定)			県立文化体育館
12 10月19日	18:15~20:15		スピードスケート ショートトラック		ひょうご西宮アイアリーナ
13 10月26日	14:00~17:00	身体能力プログラム			県立文化体育館
14 11月2日	14:00~17:00	身体能力プログラム	トランボリン	バスウェイ(県内中・高校の競技 スポーツの現状)	県立文化体育館
15 11月16日	14:00~17:00	身体能力プログラム	トランボリン		県立文化体育館
16 11月23日	15:00~17:00		ミニトランボリン		神戸女学院大学体育館
17 11月30日	14:00~17:00	身体能力プログラム		ストレッチング&コアトレーニング実習①	県立文化体育館
18 12月7日	14:00~17:00	身体能力プログラム	ハンドボール	ストレッチング&コアトレーニング実習②	県立文化体育館
19 12月14日	14:00~16:00		ハンドボール		武庫川女子大学体育館
20 1月11日	14:00~17:00	身体能力プログラム		思春期の子どもとの接し方	県立文化体育館
21 2月1日	14:00~17:00	身体能力プログラム	バレーボール		県立文化体育館
22 2月8日	14:00~17:00	身体能力プログラム		トップアスリートの育て方	県立文化体育館
23 2月22日	14:00~17:00	身体能力プログラム	バレーボール	スポーツと心理	県立文化体育館
24 3月1日	調整中		レスリング		六甲アイランド高校
25 3月8日	14:00~17:00	身体能力プログラム(測定)		今年度のまとめと次年度計画	県立文化体育館
26 3月22日	14:00~17:00	知的能力プログラム・修了式		修了式	県立文化体育館

平成25年度ひょうごジュニアスポーツアカデミー報告書
— アカデミー5年間のまとめ —

発 行 2014年3月31日
ひょうごジュニアスポーツアカデミー実行委員会
〒650-0011
神戸市中央区下山手通4-16-3 (公財)兵庫県体育協会内
TEL 078-332-2344 FAX 078-332-2375

作 成 兵庫体育・スポーツ科学学会
ひょうごスポーツタレント発掘プロジェクト
URL http://www.hspess.jp/project_1/



We are the champions
of the 61st National Sports Festival

TEAM HYOGO