

テーマ別シンポジウム | 競技スポーツ研究部会：【課題C】ハイパフォーマンススポーツ（トップレベルの競技スポーツ）におけるトレーニングをいかに効果的に行うか

■ 2023年8月31日(木) 14:40 ~ 16:40 | 会場 RYB1 良心館地下1階 R Y B 1 番教室

競技スポーツ研究部会【課題C】テーマ別シンポジウム／ユース年代アスリートの育成システムとハイパフォーマンススポーツ

コーディネーター：越田 専太郎（了徳寺大学）、東浦 拓郎（亜細亜大学）

我が国で益々進む若者層人口の減少を鑑みると、ハイパフォーマンスアスリート育成のための長期的なトレーニングシステムの構築は、今後さらに発展が求められる研究分野といえる。アスリートを長期に渡って育成するプロセスでは、人間が辿る一連の発育発達の過程を理解した上で、各段階に応じたトレーニングがプログラミングされ、適切に実施される必要がある。さらにユース年代アスリートでは、発育発達段階の個人差に対応し、スポーツ外傷・障害や燃えつき症候群のリスクを最小限にしながら、潜在能力を最大に引き出すためのシステム実装が望まれる。

そこで、本シンポジウムでは、キッズ・ユース年代の育成に関わる研究者/実践者3名を招き、ユース年代アスリートの最適なトレーニングシステムとハイパフォーマンススポーツについて議論する。本シンポジウムを通して、発育発達段階に応じたトレーニングプログラムの原理・原則および現在のハイパフォーマンスアスリート育成システムの問題点を参加者と共有する。また、我が国の社会構造や文化的背景、各スポーツ競技の現状を考慮した具体的かつ現実的な長期育成システム構築および実装に向けて、研究者および実践者が取り組むべき課題を整理したい。

[競技スポーツ-SC-1] 原理原則にもとづくユース年代のフィジカル・トレーニング

*広瀬 統一¹ (1. 早稲田大学スポーツ科学学術院)

[競技スポーツ-SC-2] いわきFCアカデミーにおける育成システム

*小俣 よしのぶ^{1,2} (1. (株)いわきスポーツクラブ、2. 筑波大学スポーツ環境デザインR&Dプロジェクト室)

[競技スポーツ-SC-3] 日本の競技柔道におけるユース年代の育成フレームワーク

*石井 孝法¹ (1. 了徳寺大学)

テーマ別シンポジウム | 競技スポーツ研究部会 | 【課題C】ハイパフォーマンススポーツ（トップレベルの競技スポーツ）におけるトレーニングをいかに効果的に行うか

競技スポーツ研究部会【課題C】テーマ別シンポジウム／ユース年代アスリートの育成システムとハイパフォーマンススポーツ

コーディネーター：越田 専太郎（了徳寺大学）、東浦 拓郎（亜細亜大学）

2023年8月31日(木) 14:40～16:40 RYB1 (良心館地下1階 R Y B 1 番教室)

我が国で益々進む若者層人口の減少を鑑みると、ハイパフォーマンスアスリート育成のための長期的なトレーニングシステムの構築は、今後さらに発展が求められる研究分野といえる。アスリートを長期に渡って育成するプロセスでは、人間が辿る一連の発育発達の過程を理解した上で、各段階に応じたトレーニングがプログラミングされ、適切に実施される必要がある。さらにユース年代アスリートでは、発育発達段階の個人差に対応し、スポーツ外傷・障害や燃えつき症候群のリスクを最小限にしながら、潜在能力を最大に引き出すためのシステム実装が望まれる。

そこで、本シンポジウムでは、キッズ・ユース年代の育成に関わる研究者/実践者3名を招き、ユース年代アスリートの最適なトレーニングシステムとハイパフォーマンススポーツについて議論する。本シンポジウムを通して、発育発達段階に応じたトレーニングプログラムの原理・原則および現在のハイパフォーマンスアスリート育成システムの問題点を参加者と共有する。また、我が国の社会構造や文化的背景、各スポーツ競技の現状を考慮した具体的かつ現実的な長期育成システム構築および実装に向けて、研究者および実践者が取り組むべき課題を整理したい。

[競技スポーツ-SC-1]原理原則にもとづくユース年代のフィジカル・トレーニング

*広瀬 統一¹ (1. 早稲田大学スポーツ科学学術院)

<演者略歴>

2006-現在 早稲田大学スポーツ科学学術院

2008-2021 サッカー女子日本代表フィジカルコーチ

1997-2006 東京ヴェルディユースアカデミーフィジカルコーチ

フィジカル・トレーニングは Roux の法則に依拠したトレーニングの原理・原則や、運動制御と運動学習の原則的な考え方にもとづき計画および実践される。特に成長期には身体内環境の変化に加えて、生物学的な成長段階によって運動刺激に対する生理的応答の差異も見られる。「個別性の原則」の観点からも、これらの事象を踏まえたうえでフィジカル・トレーニングを計画し、実践することが望ましい。また、指導者（大人）が子ども達の運動能力を評価する際には、生物学的成熟度の差異が各種運動能力に影響することも念頭におく必要がある。

テーマ別シンポジウム | 競技スポーツ研究部会 | 【課題C】ハイパフォーマンススポーツ（トップレベルの競技スポーツ）におけるトレーニングをいかに効果的に行うか

競技スポーツ研究部会【課題C】テーマ別シンポジウム／ユース年代アスリートの育成システムとハイパフォーマンススポーツ

コーディネーター：越田 専太郎（了徳寺大学）、東浦 拓郎（亜細亜大学）

2023年8月31日(木) 14:40 ～ 16:40 RYB1 (良心館地下1階 R Y B 1 番教室)

我が国で益々進む若者層人口の減少を鑑みると、ハイパフォーマンスアスリート育成のための長期的なトレーニングシステムの構築は、今後さらに発展が求められる研究分野といえる。アスリートを長期に渡って育成するプロセスでは、人間が辿る一連の発育発達の過程を理解した上で、各段階に応じたトレーニングがプログラミングされ、適切に実施される必要がある。さらにユース年代アスリートでは、発育発達段階の個人差に対応し、スポーツ外傷・障害や燃えつき症候群のリスクを最小限にしながら、潜在能力を最大に引き出すためのシステム実装が望まれる。

そこで、本シンポジウムでは、キッズ・ユース年代の育成に関わる研究者/実践者3名を招き、ユース年代アスリートの最適なトレーニングシステムとハイパフォーマンススポーツについて議論する。本シンポジウムを通して、発育発達段階に応じたトレーニングプログラムの原理・原則および現在のハイパフォーマンスアスリート育成システムの問題点を参加者と共有する。また、我が国の社会構造や文化的背景、各スポーツ競技の現状を考慮した具体的かつ現実的な長期育成システム構築および実装に向けて、研究者および実践者が取り組むべき課題を整理したい。

[競技スポーツ-SC-2]いわき FCアカデミーにおける育成システム

*小俣 よしのぶ^{1,2} (1. ㈱いわきスポーツクラブ、2. 筑波大学スポーツ環境デザインR&Dプロジェクト室)

<演者略歴>

筑波大学大学院体育研究科修了（野球コーチング論研究室）体育学修士

フィジカルトレーニング指導職を経て現在に至る。

東独の一般トレーニング学など東欧の強化育成理論を中心に研究と実践を行っている。

Jリーグは今年で30年目を迎えた。設立目的のひとつに日本サッカーの国際競技力向上があり、その施策の一環としてリーグ所属全クラブに育成組織保有を義務付けた。プロスポーツリーグによるタレント発掘育成は当時においては画期的で、その後、他競技の強化育成方策にも影響を及ぼしたと言っても過言ではない。

しかし、30年を経てJクラブを取り巻く社会環境が変化し、強化育成も方向転換の必要性に迫られる状況にある。例えば、人口減少と少子化によるタレントプール減少、地域間格差や地方経済の低迷がクラブ経営に影響を及ぼし強化育成への投資に波及している。これらのマクロ社会要因は、特に地方に本拠地を置くクラブにとって強化育成の阻害要因となっている。

㈱いわきスポーツクラブが運営するいわき FC(現 J2)は、2007年に育成組織を開設した。歴史の浅いクラブ(2022年 J3昇格)、いわき市の社会問題、加えて東日本大震災の影響もあり、他のクラブとは異なるマクロ要因の中での仕組み作りが求められた。本発表では、いわきスポーツクラブが進める地域社会の実情に則した育成の仕組み作りを事例に基づき、さらに参考とした先行研究を交え紹介する。

テーマ別シンポジウム | 競技スポーツ研究部会 | 【課題C】ハイパフォーマンススポーツ（トップレベルの競技スポーツ）におけるトレーニングをいかに効果的に行うか

競技スポーツ研究部会【課題C】テーマ別シンポジウム／ユース年代アスリートの育成システムとハイパフォーマンススポーツ

コーディネーター：越田 専太郎（了徳寺大学）、東浦 拓郎（亜細亜大学）

2023年8月31日(木) 14:40～16:40 RYB1 (良心館地下1階 R Y B 1 番教室)

我が国で益々進む若者層人口の減少を鑑みると、ハイパフォーマンスアスリート育成のための長期的なトレーニングシステムの構築は、今後さらに発展が求められる研究分野といえる。アスリートを長期に渡って育成するプロセスでは、人間が辿る一連の発育発達の過程を理解した上で、各段階に応じたトレーニングがプログラミングされ、適切に実施される必要がある。さらにユース年代アスリートでは、発育発達段階の個人差に対応し、スポーツ外傷・障害や燃えつき症候群のリスクを最小限にしながら、潜在能力を最大に引き出すためのシステム実装が望まれる。

そこで、本シンポジウムでは、キッズ・ユース年代の育成に関わる研究者/実践者3名を招き、ユース年代アスリートの最適なトレーニングシステムとハイパフォーマンススポーツについて議論する。本シンポジウムを通して、発育発達段階に応じたトレーニングプログラムの原理・原則および現在のハイパフォーマンスアスリート育成システムの問題点を参加者と共有する。また、我が国の社会構造や文化的背景、各スポーツ競技の現状を考慮した具体的かつ現実的な長期育成システム構築および実装に向けて、研究者および実践者が取り組むべき課題を整理したい。

[競技スポーツ-SC-3]日本の競技柔道におけるユース年代の育成フレームワーク

*石井 孝法¹ (1. 了徳寺大学)

<演者略歴>

了徳寺大学教授。NPOスポーツコーチングアカデミア代表理事。

全日本柔道連盟科学研究部として2005年から柔道ナショナルチームをサポートしている。

専門は、コーチング、バイオメカニクス、情報分析。元JOC専任情報科学スタッフ、元全日本空手道連盟サポートゼネラルマネージャー。

日本の国際競技力の変化は、オリンピックや世界選手権大会のメダル数の変遷から大まかに読み取ることができる。柔道競技においては、男女で国際競技力の変化が大きく異なる。オリンピック競技大会に採用された1964年以降、競技柔道の国際普及が急激に進み、世界の国際競技力の水準も非常に高くなってきた。これに合わせて、選手養成制度、タレント発掘・育成システムが形になってきたソ連やドイツが台頭してきたことで、男子は1970年代後半から1980年代にかけて「日本が勝って当たり前」ではなくなり、2000年代が最も厳しい状況であった。女子は、世界選手権大会が始まった1980年以降でみると、1980年代が最も厳しく、2010年代が最も成果をあげており、国際競技力を向上させてきていることがわかる。スポーツ科学やテクノロジーの発展で、国際的に競技の内容は専門化・精緻化され、競技水準の高度化が進んでいるが、日本柔道は2013年以降「世界一」であり続けている。それはなぜか。ここに、ユース年代の育成が強く関係していると考えている。マクロの視点での調査・研究が少なく、私見が含まれるが、日本におけるハイパフォーマンスアスリート育成の視点そのものの問題点をあげて対話したい。