

日本体育大学大学院

令和8年度入学者選抜【出題の意図・解答又は解答例等】

研究科・課程	体育学研究科・博士前期課程
学位プログラム	体育科学学位プログラム、体育実践学学位プログラム
実施期	Ⅱ期試験
試験科目	筆記試験（専門科目）

【出題の意図・解答例】

体育スポーツ科学に関する基礎知識を確認するために、専門5領域より専門問題を出題する。

問題(1)

(出題の意図)

スポーツの文化研究の上で、基礎的な内容を理解しているか確認する。

(解答例)

- イギリス・パブリックスクールについて
 - ・スポーツが教育の一環として発展したことを説明できているか
 - ・学校間交流によりルール統一が進んだことを説明できているか
 - ・卒業生を通じて社会・海外へ伝播し普及したことを説明できているか
- フットボールにおけるルールの成文化について
 - ・地域ごとに異なるルールが存在していたことを説明できているか
 - ・協会設立等によりルールが成文化・統一されたことを説明できているか
 - ・ルール統一により競技が伝播・普及したことを説明できているか
- インドにおけるクリケットの普及について
 - ・植民地支配を背景に導入されたことを説明できているか
 - ・上層階級や学校を通じて伝播したことを説明できているか
 - ・国民的スポーツとして普及した過程を説明できているか
- アメリカ・ヨーロッパにおける近代スポーツの普及について
 - ・イギリスから伝播したことを説明できているか
 - ・学校・クラブ・大学等で発展したことを説明できているか
 - ・組織化や大会等により広域的に普及したことを説明できているか
- 日本における近代スポーツの普及について
 - ・明治期に西洋から導入されたことを説明できているか
 - ・学校教育を通じて伝播したことを説明できているか
 - ・競技団体・大会・メディアにより普及したことを説明できているか

問題(2)

(出題の意図)

本設問は、スポーツ庁や一般社団法人日本スポーツツーリズム推進機構の支援により推進されている地域スポーツコミッションの組織や役割について問うものである。国内には類似の組織はあるものの、地域の資源を有効活用して地域の価値を創造するにはスポーツ庁が示すような一定の要件を兼ね備えた組織であること、期待される役割にはアウターの視点のみならず、インナーの視点を持ったマネジメントが求められること等の説明を求めるものである。

(解答例)

スポーツ庁は、地域スポーツコミッションとは「スポーツと景観・環境・文化などの地域資源を掛け合わせ、戦略的に活用することでまちづくりや地域活性化につなげる取組を推進する、地方公共団体とスポーツ団体、観光産業などの民間企業が一体となった組織」と説明し、これを以下のような4つの要件として定義している。①地方公共団体、スポーツ団体（スポーツ協会、総合型クラブ等）、民間企業（観光協会、商工団体、大学、観光産業、スポーツ産業等）などが一体として活動を行っている（実際には、一つの組織となっている場合や、複数の組織が協働している場合などがある）こと。②常設の組織であり、時限の組織でないこと（組織の構成員の常勤・兼務は問わない）。③スポーツツーリズムの推進やスポーツ合宿・キャンプの誘致など域外交流人口の拡大に向けたスポーツと地域資源を掛け合わせたまちづくり・地域活性化のための活動を主要な活動の一つとしていること。④単発の特定の大会・イベントの開催及びその付帯事業に特化せず、スポーツによる地域活性化に向けた幅広い活動を年間通じて行っていること。

このような組織である地域スポーツコミッションは、スポーツで域外からのビジターを呼び込み消費誘導効果を最大限引き出すことや地域活性化というまちづくりなどに関する役割を担うといえる。したがって、域外からの人を呼び込むスポーツツーリズム、スポーツ合宿・キャンプの誘致などといったアウター事業だけに傾聴するのではなく、住民向けの地域スポーツクラブの運営、健康増進・地域交流イベントの開催などのインナー事業の展開をも期待されているといえる。

地域スポーツコミッションがこのような役割を果たすためには、その地域に根差して各組織、人材、取組を繋ぐ、いわゆるハブ・リエゾン機能を果たし、地域資源を有効活用して地域の価値を創造していくことが重要となると考えられる。

問題(3)

(解答例)

このトレーニング方法は、インターバル・トレーニングと言われているもので、乳酸性機構の限界近くまで追い込み、次に有酸素的運動に切りかえながら運動を繰り返し、無酸素的運動能力と有酸素的運動能力の両方を高めようとするものである。

その具体的な内容についてみると、無酸素的運動能力（乳酸性機能）を高めようとする際には、急走期における強度を少し高めに設定し、回数を少なくさせる必要がある。つまり、運動強度は最大疾走能力の 80～90%程度で、疾走直後の心拍数が 180 拍/分になるように設定し行うようにする。

また、有酸素性運動能力の向上に重点を置いて行う場合には、急走期における運動強度を多少低く設定し、反復回数を増やす必要がある。つまり、運動強度は、最大疾走能力の 75～85%程度、疾走直後の心拍数が約 150～170 拍/分になるよう疾走スピードを調整する必要がある。

なお、急走期後の緩走期は、運動中に生じた酸素負債を返却するところであり、緩走期の心拍数 120～140 拍/分の時点で 1 回拍出量が最も高まり、呼吸循環機能は酸素摂取をしやすくなり、酸素摂取の効率の指標である酸素脈は、急走期後に低下し、緩走期に上昇するからである。

問題(4)

(出題の意図)

「座位行動」については、問題に示すガイドラインに示された新しい概念で、高齢者、成人、こどもとも記載されており、生活習慣病発病リスクや死亡リスクとの関係が示されている。健康の維持増進、健康寿命の延伸には重要な因子であると考えられ、常に健康づくりに関係する新しい概念を学修しその解消法についても考察することができるかを確認する。

(解答例)

座位行動とは、座位や臥位の状態で行われるエネルギー消費が 1.5 メッツ以下の全ての覚醒中の行動で、例えば、デスクワークをすることや、座ったり寝ころんだ状態でテレビやスマートフォンを見ることなどがある。

座位時間と死亡リスクの関係を検討した 34 件のコホート研究のメタ解析では (Patterson R ら Eur J Epidemiol. 2018; 33(9): 811-829.)、座位時間の増加に伴い死亡リスクが増加することが報告されている。

一方、1 日 60 分以上の中強度以上の身体活動によって、座位行動による死亡リスクの低下が期待できることや (Ekelund U ら Lancet, 2016; 388: 1302-1310.)、長時間の座位行動をできる限り頻繁に (例えば、30 分ごとに) 中断 (ブレイク) することが、食後血糖値や中性脂肪、インスリン抵抗性などの心血管代謝疾患のリスク低下に重要であることも報告されている (Loh R, ら Sports Med. 2020; 50: 295-330.)。また、強度を問わず、少しでも身体を動かすことが推奨されている。

問題(5)

(出題の意図)

体育科・保健体育科の授業づくりに教材の工夫は欠かせない。特に運動が苦手な児童・

生徒には教材の工夫が有能感を育てるうえで、重要な視点であることから出題した。

(解答例)

- 1 内容として以下の視点が含まれていること
 - ・素材となるスポーツよりも楽しくなる
 - ・求められる技能がやさしくなる
 - ・学習課題が明確になる
- 2 内容として以下の視点が含まれ、具体的な例が書かれていること
 - ・バレーボールにおいて、キャッチを認める
 - ・サッカーでゴールを増やす
 - ・バスケットボールでリングに当たただけでも得点とする
 - ・ハードル走でハードルを低く設定するなど1の視点に対して理にかなっていること