



平成27年度

第12回 東京都高等学校体育連盟



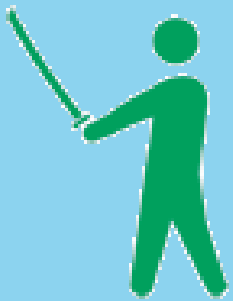
研究大会 紀要

BASE BALL

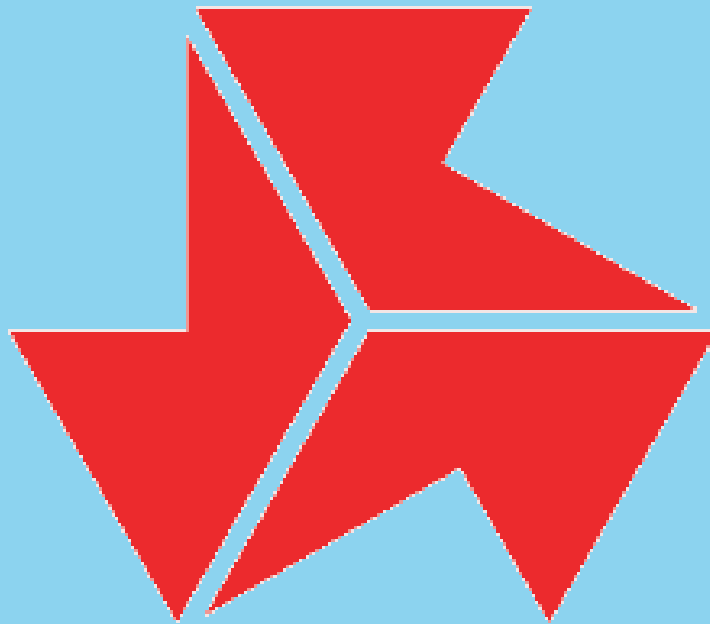
BASKETBALL

SOCCER

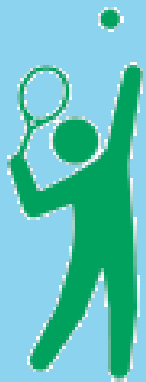
RAGBY



KENDO



FENCING



TENNIS

東京都高等学校体育連盟

研究大会



BADMINTON

期日 平成28年2月13日(土)

会場 目白大学

主催 東京都高等学校体育連盟

後援 東京都教育委員会

主管 東京都高等学校体育連盟研究部

協力 目白大学

HANDBALL

TRACK & FIELD

JUDO

東京都高体連ホームページ

<http://www.tokyo-kotairen.gr.jp>

平成 27 年度 第 12 回 東京都高等学校体育連盟 研究大会

表紙 デザイン協力

東京都立小金井北高等学校 1 年 長谷川 雄正 さん

1 年 福島 稜 さん

大会日程

<<開会式>>

15:00~15:20

- | | | |
|-----------|---------------------|-------|
| 1. 開会のことば | 東京都高等学校体育連盟研究部部長 | 野口 敏朗 |
| 2. あいさつ | 東京都高等学校体育連盟会長 | 大井 俊博 |
| 3. 祝辞 | 東京都教育庁指導部体育健康教育担当課長 | 佐藤 浩 |
| 祝辞 | 元東京都高等学校体育連盟会長 | 柿添 賢之 |

【講演】

15:20~16:30

質疑応答 10分

「オリンピックの誕生とクーベルタンの闘い」

フェリス女学院大学

和田 浩一

<<休憩 10分 >>

【全国高体連研究大会 報告】

16:40~17:00

各分科会 5分

- | | | |
|-----------|------------------|-----------|
| <課題研究> | 田中 康之(都立立川高等学校) | サッカー 専門部 |
| <競技力向上> | 新井 理仁(都立東大和高等学校) | ソフトボール専門部 |
| <健康と安全> | 阿部 一臣(都立東村山高等学校) | バドミントン専門部 |
| <部活動の活性化> | 鞠子 智秋(都立清瀬高等学校) | サッカー 専門部 |

【研究発表】

17:00~17:55

各発表 25分

質疑応答 5分

- | | |
|-----------------|---|
| <競技力向上> | 「地区レベルでのサッカーのテクニカルビデオについて」 |
| 東京都高体連研究部 第1分科会 | 都立 片倉 高等学校 沢辺 治史 |
| <健康と安全> | 「全国高校総体都参加選手対象アンケート調査の結果
—紙上発表— 及び今後の課題について」 |
| 東京都高体連研究部 第2分科会 | 青山学院高等部 武田 右子 |
| <部活動の活性化> | 「高校生が運営する競技会の可能性」 |
| 東京都高体連研究部 第3分科会 | 帝 京 高等学校 工藤 慶之 |

<<閉会式>>

17:55~18:00

- | | | |
|---------|------------------|-------|
| 1. あいさつ | 東京都高等学校体育連盟 理事長 | 大本 静代 |
| <司会者> | 東京都高等学校体育連盟 事務局長 | 采野 慶明 |

目 次

あいさつ	東京都高等学校体育連盟会長	大井 俊博	1
大会役員			2
開催要項			3
講 演			
	「オリンピックの誕生とクーベルタンの闘い」		
	フェリス女学院大学	和田 浩一	4
研究発表			
	＜競技力向上＞ 「地区レベルでのサッカーのテクニカルビデオについて」		
	東京都高体連研究部 第1分科会	都立 片倉 高等学校	沢辺 治史
	＜健康と安全＞ 「全国高校総体都参加選手対象アンケート調査の結果 —紙上発表— 及び今後の課題について」		
	東京都高体連研究部 第2分科会	青山学院高等部	武田 右子
	＜部活動の活性化＞ 「高校生が運営する競技会の可能性」		
	東京都高体連研究部 第3分科会	帝 京 高等学校	工藤 慶之
研究部規約			
研究部 組織と名簿			
調査用紙			
	「平成27年度 第50回全国高等学校体育連盟 研究大会紀要（抜粋）」		



研究大会に寄せて

東京都高等学校体育連盟
会長 大井 俊 博

平成27年度、第12回東京都高等学校体育連盟研究大会が、研究部を中心に各競技専門部の皆様のご協力と関係者の方々のご支援により開催できますことを心より感謝申し上げます。高等学校体育連盟の使命は、単に競技力の向上を目指すことにとらわれることなく、運動を通しての生徒の健全育成を主眼に置いた効果的で安全な実施のあり方や健康の維持増進等の研究、さらに、普及啓発にも視野を広げていくことが重要だと考えます。

さて、昨年夏、平成27年度全国高等学校総合体育大会「2015 君が創る 近畿総体」が、和歌山県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県の2府4県において開催され、各専門部の先生方のご尽力のおかげで成功裏に終了いたしました。厚く御礼申し上げます。東京勢の活躍の一例をあげさせていただきますと、陸上では、男女ともに100mを東京が制し、特に、男子では、世界陸上に出場した城西大城西のサニブラウン・ハキーム選手と東京高校の大嶋健太選手のデッドヒートなど、素晴らしい闘いがみられました。その他の競技においても「チーム東京」を合言葉に、選手一人ひとりが最高のパフォーマンスを発揮してくれ、観る人に勇気や感動を与えることができました。これもひとえに各専門部の先生方の、熱い情熱や深い愛情によるご指導、また、円滑な大会運営への精力的なご支援の賜物と、あらためまして、感謝申し上げます。本当に有り難うございました。

そして、2020年の東京オリンピック・パラリンピックを4年後に控え、スポーツへの興味・関心が高まる中、本連盟としても、体罰根絶を基盤とした競技力の向上を図るとともに、健康や安全に留意しながら、生涯にわたってスポーツを実践していくことができる環境を整えることや、スポーツの医科学的見地からの分析・検証、また、普及・啓発を図る在り方を具体的に研究開発することなどは大変重要なことだと考えます。このように、本連盟の使命は、インターハイなどでの競技力の向上を目指すことと、研究大会などでの研究発表を行うことなど、この「競技力向上」と「研究」の両輪をしっかりと支えることと捉えております。そのような意味からも、この研究大会がさらに充実・発展し、高等学校、ひいては我が国におけるスポーツ活動の活性化に大きく寄与することを期待しております。

結びに、本研究大会の開催に向けご尽力いただきました研究部を始め関係専門部の皆様や、会場を提供していただいております目白大学を始め、ご支援いただきました多くの関係者の方々に感謝申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

平成 27 年度 第 12 回 東京都高等学校体育連盟研究大会 役員

会長	大井 俊博				
副会長	金野 眞行 岡田 正治	山下 敬緯子 奥秋 將史	小岩 利夫 久保 淳	西塚 春義	大田原 弘幸
参与	大本 静代 神津 秀章 各専門部部長	高橋 秀信 田中 茂好	浅見 浩一郎	高野 幸代	采野 慶明
委員長	野口 敏朗				
副委員長	塩田 伸隆	中塚 義実			
委員	奥 正克 鞠子 智秋 各専門部代表研究部委員	武田 右子 田中 玄太	工藤 慶之 征矢 範子	田中 康之 秋月 隼	新井 理仁 児玉 朋隼

運 営 役 員

総務	塩田 伸隆				
総務員	中塚 義実				
渉外・接待	高松 清	印藤 雅徳	橋爪 里実	塩田 伸隆	
会場	稲垣 哲人	尾崎あゆみ			
会計	新井 理仁				
紀要	塩田 伸隆				
(表紙)	奥 正克				
記録(写真)	沢辺 治史				
記録(録音・テープ起し)	鞠子 智秋				
受付	田中 康之	新井 理仁	鞠子 智秋	奥 正克	
司会者	采野 慶明				
発表	沢辺 治史	武田 右子	工藤 慶之		
全国高体連研究大会報告					
	田中 康之	新井 理仁	阿部 一臣	鞠子 智秋	

平成 27 年度

第 12 回東京都高等学校体育連盟研究大会

開 催 要 項

- 1 趣 旨 東京都高等学校体育連盟に加盟する各専門部の体育・スポーツ指導者の資質向上を図るために日ごろの研究、指導の成果を発表するとともに高体連の直面する諸問題について情報交換し、高等学校教育の一環としての体育・スポーツの振興発展に資する。
- 2 主 催 東京都高等学校体育連盟
- 3 後 援 東京都教育委員会
- 4 主 管 東京都高等学校体育連盟研究部
- 5 期 日 平成 28 年 2 月 13 日 (土) 午後 3 時～午後 6 時
- 6 会 場 目白大学 新宿キャンパス 〒161-8539 新宿区中落合 4-31-1
西武新宿線「中井」・都営大江戸線「中井」駅より 徒歩 8 分
- 7 参 加 者 東京都高等学校体育連盟加盟校の体育・スポーツ指導者
東京都高等学校の部活動に興味関心を持つ指導者・研究者・学生
- 8 内 容 (1) 研究発表 (全体会) 2 テーマ
「競技力の向上」 (競技力) 1 テーマ <サッカー専門部>
「健康と安全」 (安 全) 1 テーマ < 紙上発表 >
「部活動の活性化」 (普 及) 1 テーマ <研究部第 3 分科会>

(2) 講 演 「オリンピックの誕生とクーベルタンの闘い」
講師 和田 浩一 氏 (フェリス女学院大学)

(3) 全国高体連研究大会 報告 課題研究・3 分科会

※各発表テーマ・講演内容は、<http://www.tokyo-kotairen.gr.jp>に掲載します。

- 9 時 程 14 時 30 分 受付
15 時 00 分 開会式
15 時 20 分 講演 60 分 質疑応答 10 分
——休憩 10 分——
16 時 40 分 全国研究大会 報告 各分科会・課題研究 各 5 分
17 時 00 分 発表 各発表は 25 分 質疑応答 5 分
17 時 55 分 閉会式

10 参加申込み

参加申込みは、所定の用紙に必要事項を記入の上、各専門部で一括して申し込む。

個人の申込みは、下記申込先に直接連絡する。

申込先 〒156-0045 東京都世田谷区桜上水 4-3-5

都立松原高等学校内 塩田 伸隆

Tel 03-3303-5381

FAX 03-3304-3062

申込期限

平成 28 年 1 月 18 日(月) 必着

講演

「オリンピックの誕生とクーベルタンの闘い」



和田 浩一

フェリス女学院大学

神戸大学大学院修了後、松蔭中学校・高等学校に4年間勤務し、1998年に神戸松蔭女子学院大学専任講師となる。2005年にストラスブール大学大学院（フランス）で、「日本におけるオリンピック・ムーブメントの起源」に関する論文によりDEA（博士論文提出資格）を取得。2012年からはフェリス女学院大学国際交流学部で「スポーツと国際社会」「比較スポーツ論」を担当しつつ、オリンピック研修会などの講師を務めている。現在、日本オリンピック・アカデミー理事、東京都オリンピック・パラリンピック学習読本編集委員会委員、一般財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会大学連携検討会委員。

オリンピックの誕生とクーベルタンの闘い

和田 浩一（フェリス女学院大学 国際交流学部）

1. 誤解され続けているオリンピズム

1) オリンピック憲章

オリンピック・ムーブメント =

オリンピズム

 → 平和な世界

2) オリンピズム

1892 誤解していた / 1929 破壊する / 1936 不満と敵意

2. 近代オリンピックの誕生とその背景

1) 古代オリンピック

- ・近代オリンピックとの共通点・相違点
- ・古代ギリシャの3つの思想

カロカガティア（美＝善） / エケケイリア（休戦協定） / スポーツと芸術・学問の

2) クーベルタン以前のオリンピック

融合

聖書 / 古代ギリシャ文学 / シェイクスピア / オリンピア遺跡の発掘
/ 「オリンピック」イベント / 近代体育の指導者

3) 近代オリンピックの誕生

- ・戦争の体験
- ・古代オリンピックへの関心
- ・パブリック・スクールへの注目

3. クーベルタンの闘い

1) オリンピック・コンGRESS

2) 「知の飛翔」による無知の克服

関連文献

1. 和田浩一「オリンピック・ムーブメントと世界平和：ピエール・ド・クーベルタンと嘉納治五郎の教育思想を中心に」、新井博・榊原浩晃編著『スポーツの歴史と文化』道と書院、2012年、pp. 125-140.
2. 和田浩一「嘉納治五郎から見たピエール・ド・クーベルタンのオリンピズム」、フェリス女学院大学・金香男編『シリーズ・ワンアジア：アジアの相互理解のために』創土社、2014年、pp. 167-189.
3. 和田浩一「21世紀に生きるピエール・ド・クーベルタンのオリンピズム：日本の過去と未来の視点から」、藤井雅人ほか編著『体育・スポーツ・武術の歴史に見る「中央」と「周縁」：国家・地方・国際交流』道と書院、2015年、pp. 224-241.

研究発表

東京都高等学校体育連盟 研究部 第一分科会（競技力向上）

「地区レベルでのサッカーのテクニカルビデオについて」

東京都高体連サッカー専門部 都立片倉高等学校 沢辺 治史

1. はじめに

昨年度東京都高体連研究発表会において、「全国高等学校選手権大会分析（テクニカルスタディグループ）」の取り組みという発表があった。その際、「お金がかかるのでは？」などの声があったと思う。これを受けて、低経費で作成した例をここでご紹介させて頂く。

2. サッカーのテクニカルビデオの紹介

(1) JFA テクニカルビデオ 2014



<内容>①大会全般 ②技術・戦術分析（Ⅰ今大会の特徴、Ⅱ守備、Ⅲ攻撃、ⅣGK、Ⅴセットプレー） ③トピックス
④ベンチマークチーム ⑤アジアの戦い ⑥FIFA テクニカル
レポート ⑦日本の戦い ⑧育成への示唆 等。

(2) 全国高体連テクニカルビデオ&レポート（第93回大会）



<内容>
①攻撃に繋げる守備
②守備から攻撃
③GK
④ゴールシーン

(3) 東京都高体連7地区テクニカルビデオ（2010・2012のみ）



<内容>①守備（Ⅰコミュニケーション、Ⅱアプローチ・チャレンジ&カバー Ⅲマーク Ⅳクロスの対応） ②攻撃（Ⅰ観る Ⅱコミュニケーション Ⅲサポート） ③切り替え（攻→守） ④切り替え（守→攻） ⑤GK（Ⅰシュートストップ、Ⅱディストリビューション、Ⅲブレイクアウェイ）
⑥ゴールシーン（Ⅰ失点、Ⅱ得点） 等

3. 東京都高体連サッカー専門部の取り組み

- (1) 地区選抜（高1対象、11月～1月に選考、2月に研修大会「地区選抜大会」
8地区をA・Bリーグ4チームずつに分け、3日間で3試合、総当たり戦。

各地区 監督、コーチ、審判、分析 等の担当を割り当てる。

(2) 地区リーダー研修会

各地区毎に主催、講師などを呼び講演又は講習会形式が主流。

(3) 7地区の例（三鷹、調布、府中、国立、多摩、立川、日野、八王子の各市の高校）

2013年度～地区選抜スタッフによる講義及び実技講習会（荒天による中止含む）

2012年度＝外部講師による講義及び実技講習会

2009・2011年度＝テクニカルビデオ作成

2009以前＝不定期開催

4. 地区テクニカルビデオについて

(1) 作成スタッフ＝3名程度

撮影1～2名、分析1～3名、 編集1名、ダビング1～2名

(2) 作成ソフト＝COREL「ビデオスタジオ12」アカデミック版（当時¥7280）

それ以外の動画編集ソフトでも可能（¥8000～¥20000程度で十分）

また、ムービーメーカー等、パソコンに入っていたり、無料でダウンロードできるソフトも多くありそれでも可能。

5. 利点

- ①そのレベルにあった選手が対象になる。
- ②低経費（配布用のDVD-R＝ ¥4000以下/100枚）、ケース、（ソフト代＝上記）。
- ③通信教育的に、専門顧問不在チーム選手等にも還元できる。
- ④映像を見ながらの解説なので、理解しやすく、イメージをし易い。
- ⑤ミーティングなどで活用できる。
- ⑥プレーや伝えたいテーマをチームや選手で絞れる。（7地区内ではチーム内での例の情報あり）

6. 問題点・苦勞した点

- ①労力が多大（作業時間数十時間）
- ②テーマを事前に絞りにくい。また、欠点ばかりを指摘しづらい。
- ③肖像権・著作権（音楽等） など。

<参考資料> JFAテクニカルビデオ2014、

第84回&93回全国高校サッカー選手権大会テクニカルレポート、(財)JFA
技術委員会＋全国高等学校体育連盟サッカー部 技術委員会。

平成26年度東京都高体連研究紀要。

JFAテクニカルニュース（創刊号）、P57。

「全国高校総体参加選手対象アンケート調査の結果から」

～紙上発表～

東京都高体連研究部 第二分科会代表 フェンシング専門部 青山学院高等部 武田 右子

1. はじめに

研究部第二分科会では平成 19 年度より 9 年にわたって全国高校総体東京都代表選手を対象にしたアンケート調査を行ってきた。その間、調査項目の変化はあったものの対象母集団の特性を生かした研究が続けられてきている。特に平成 23 年度以降は以下に記した 3 つの観点からほぼ同一内容でアンケートを実施している。

(1) 今年度の調査～質問項目 (本稿最終ページアンケート用紙参照)

① 食生活について

② 体調および怪我について

③ 精神的側面について

(2) 調査対象は平成 27 年度全国高校総体東京都参加選手 1～3 年生 (7 月 14 日の結団式参加者を対象にアンケート用紙を配布し当日に回収した)。回答者の学年、性別は右の表のとおり。

	男子	女子	合計
1 年生	29	46	75
2 年生	64	83	147
3 年生	110	122	232
合計	203	251	454

(3) アンケート集計結果

基本的には男女別データとして取り扱い、その傾向や特性を考察した。また、必要に応じてこれまでの調査結果および競技種目間の比較を試みた。

2. アンケート結果より

以下のアンケート結果における数値は全て欠損値を除く有効回答の全体に対する割合 (有効%) で示している。

【項目①】 食生活について

(1) バランスをとる中でも重要と考える栄養素

栄養摂取はスポーツ選手にとって日々の練習に加えて非常に重要な要素となっている。食生活のバランスを取る上で重要な栄養素としては男女とも炭水化物やタンパク質という回答が多い傾向を示した。炭水化物は激しいトレーニングを行っているトップ層の選手にとっては重要なエネルギー源となるため、特に欠かせない栄養素となっている。また、タンパク質は筋肉・骨格・血液といった体をつくるために重要な要素でありこちらも意識的に摂取している選手が多かった。

	男子	女子
炭水化物	43.4	34.1
脂質	1.7	1.3
タンパク質	38.3	41.0
ビタミン	14.9	20.1

(2) 特に意識している栄養補給

特に意識している栄養補給に関して上位3種を右の表に示した。

男女ともカルシウム、ビタミンC、鉄分の順となっていたが、女子では鉄分を意識的に摂取している人が多いということが特徴である。女子は月経による血液の損失があるため男子よりも必要な鉄分が多いということを意識している選手が多いことを示している

	男子	女子
カルシウム分	45.7	32.0
鉄分	15.4	26.0
ビタミンC	21.8	28.1

るのだろう。また、男女関わらずアスリートは汗などによる鉄分の排出も多く、激しい運動することで物理的に赤血球が破壊されることも多い。貧血状態ではパフォーマンスが著しく低下することを理解して意識的に鉄分を摂取している選手が多いと考えられる。また、ビタミンCは鉄分の吸収を高めるために必要な栄養素であり、そのような意味でアスリートに必須の栄養補給と言えるだろう。

(3) 朝食について

摂取の状況を「しっかり」「普通」「少し」「食べたりたべなかったり」「ほとんど食べない」と、5段階に分けて質問したところ、「しっかり食べる」が6割以上を占めており「ほとんど食べない」という選手は女子に関しては1人もいなかった。昨年も同様の質問項目を設けているが男女とも「しっかり食べる」は増加し、「ほとんど食べない」は減少しており、朝食を摂ることの重要性への意識が高まっていることが示唆される。朝食を摂ることによって体温が上がり学校の授業にもトレーニングにも集中して取り組めるという効果がある。

	男子	女子
しっかり食べる	61.1	65.7
ほとんど食べない	3.0	0.0

(4) サプリメントについて

サプリメントを使用していると回答した選手は昨年よりも男女ともに減少していた。栄養摂取の基本はあくまでも食事であり、サプリメントはその名のおり補助的に摂取するものであるということへの意識が高まってきているのだろう。また、実際に摂っているサプリメントは男子ではプロテインが圧倒的に多く、女子ではプロテイン以外に不足しがちな鉄分を補うサプリやアミノ酸を含んだサプリなどが多く挙げられていた。

	男子	女子
使用することがある	21.8	12.0

(5) 補食について

補食を必ず摂っていると答えた選手は男女共に昨年度より減少していた。特に女子では約15ポイント減少していた。その理由はこのアンケート結果からだけでは不明だが、3回の食事で十分に栄養摂取できているということだろうか。必要以上にエネルギー補給をすることはアスリートにとってマイナスだが、早朝から夜まで練習や学校の授業でエネルギーを消費する高校生アスリートは必要に応じて補食を摂ることは重要である。例えば、練習前には消化が良く、すぐに吸収される糖分を含んだ補食を摂取したり、練習後には糖分と同時にタンパク質を摂取したりすることで体作りや疲労回復につながると言われている。

	男子	女子
必ずとっている	48.0	32.8

(6) 栄養指導について

昨年度と同様に女子の方が栄養指導を受けたことがある選手が多いという傾向はあった。男女合わせて約半数の選手が栄養指導

	男子	女子
を受けたことがある	43.4	51.7

を受けたことがあるということはそれだけ効果的な栄養摂取に関して興味を持ち積極的に学ぼうという姿勢が表れていると考えられる。

【項目②】 体調および怪我について

(1) 現在の体調

現在の体調に関して、男女とも半数以上が絶好調または好調と答えていた。日々、厳しいトレーニングを積んでい

	男子	女子
絶好調・好調	53.0	56.0
やや疲労がみ・疲労困憊	17.3	13.2

る中でも疲労を残している選手は 2 割以下ということは体調管理にも気を配っていることの表れだろう。

【項目①】のアンケート結果でも普段から食生活や栄養補給へ高い意識を持っていることが示されているが、そのような普段からの意識付けが功を奏しているとも言えよう。

(2) 部活動中の怪我について

「長期間にわたる治療を必要とする怪我をしたことがありますか」という質問に対しては男女とも 4 分の 1 程度の選手がはいと答えている。その発生場面は 6 割以上が通常練習であった。これは通常練習を行っている時間が一番長いことから考えても予想通りの結果と言えよう。また、その怪我の状況は「完治」「ほぼ完治」と答えた生徒が多数を占めたものの、女子では 3 割以上が未完治（「だましましの状態」「リハビリ中」となっていた。

		男子	女子
長期治療の怪我	ある	25.2	27.6
怪我の発生の場面	通常練習	63.3	61.9
	練習試合・公式戦	24.5	30.2
現在の状況	完治・ほぼ完治	79.2	69.4
	未完治	20.9	30.6
怪我の原因	自分に過失	46.7	41.7
	相手に過失	6.7	10.0
	やむを得ない事故	31.1	35.0
怪我の理由 (自分に過失のうち)	自分の技量不足	20.0	16.0
	疲労蓄積のため	35.0	56.0
	アップ不足	15.0	0

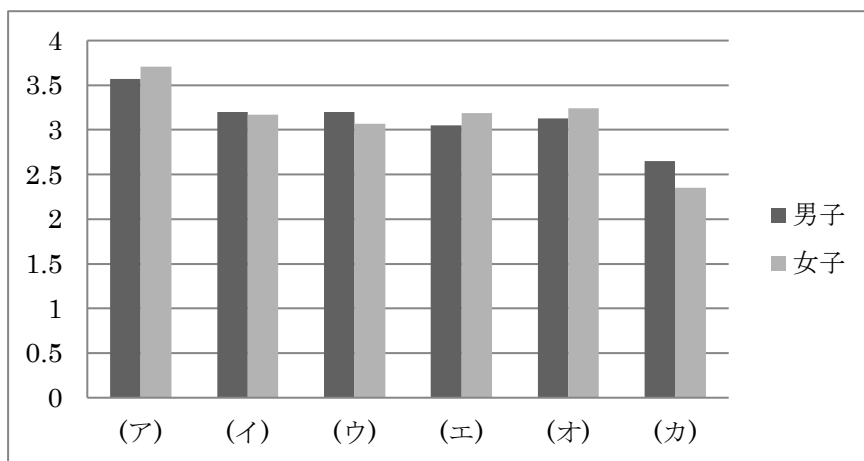
怪我の原因は自分に過失があったと答えた選手が男女とも最も多く、それらの

選手の多くは疲労蓄積のためと答えている。この傾向からも常日頃厳しい練習を積んでいる選手にとって疲労の蓄積をいかにして防止するかは非常に重要なことだと言えよう。また、男子の場合、割合は少ないものの「アップ不足」を理由に挙げた選手もいた。ウォーミングアップによって柔軟性が高くなり、力を出しやすい状態になることが知られており、怪我防止のためにもウォーミングアップを重視する必要があると言えよう。

【項目③】 精神的側面について

(1) メンタルチェックシートを利用した分析

一般の「メンタルチェックシート」(No.1 メンタルトレーニング、西田文郎、p.238)を利用して精神的側面を分析した。質問項目(ア)～(カ)について「認識の強度」を数値化し、その平均値を求めた。「常にそう思う」を 4 点、「たまにそう思う」を



3点、「あまりない」を2点、「まったくない」を1点とした。質問項目は以下の通りである。

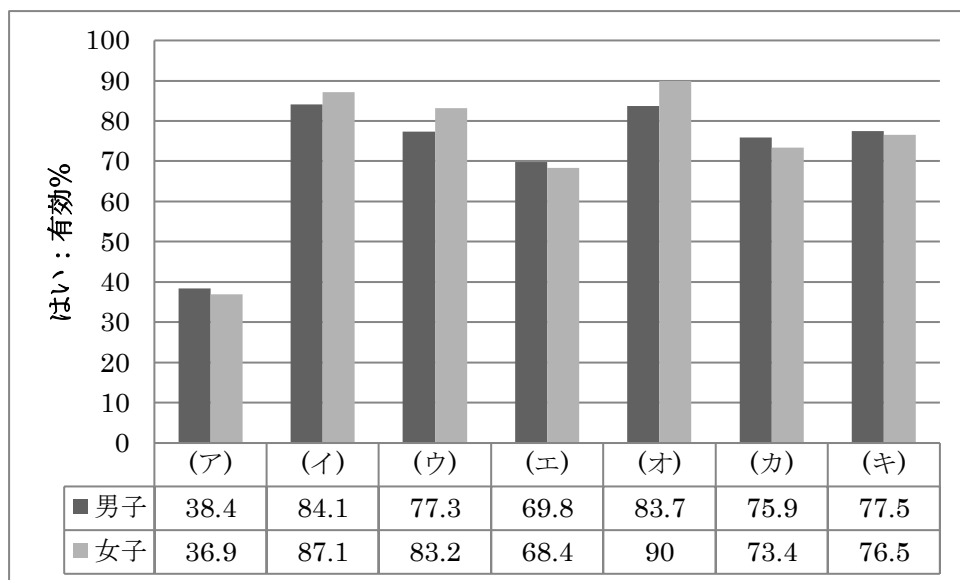
- (ア)練習の時から、いつも目標を意識している
- (イ)自分は今の競技に向いていると思っている
- (ウ)将来もこの競技をずっと続けたいと思っている
- (エ)一度目標を決めたら、必ず達成する自信がある
- (オ)自分の力を信じている
- (カ)将来、自分は必ず大物になると思っている

(ア)については男女とも 3.5 点を超える高い数値となっており、トップアスリートとして常に目標設定を行うことの重要性がよく表れている。また、(カ)の質問項目は「大物」という表現に対してやや抵抗があったためか平均値は低くなっているが、(イ)～(オ)の質問項目は男女とも軒並み 3 点以上であり、やはり東京都代表として選ばれたことも選手ひとりひとりの自信へとつながっているのではないかと考えられる。

(2) メンタルトレーニングについて

日々の練習の中でどのようなメンタルトレーニングを実施しているかという質問では次の(ア)～(キ)の項目を用意した。

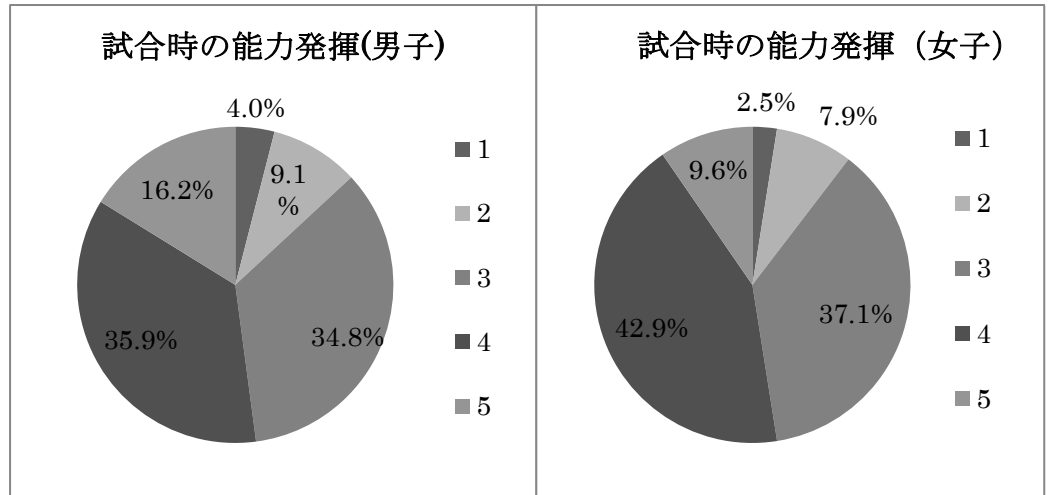
- (ア)スポーツ心理テスト等自己分析をしたことがある
- (イ)自分のやるべき事、やりたいことを確認しやる気を高めている
- (ウ)音楽を活用し気持ちの切り替えをしている
- (エ)常にプラス思考で物音を考えている
- (オ)周囲との調和をはかり、気持ちよく練習や試合に臨めるようにしている
- (カ)一日を通じて自分自身を調整し、常にベストコンディションを保つようにしている
- (キ)イメージトレーニングを大切にして、実践している



スポーツ心理テスト等による自己分析をしたことがある選手は少なかったものの、他の項目に関してはおおむね高い実施率となった。特に(イ)と(オ)の項目の実施率は高く、(イ)の項目の実施率の高さは前項目の「練習の時からいつも目標を意識している」選手が多いことにも通じるものだろう。また、(オ)の項目の実施率が高いことから、団体競技に限らずトップの選手は常に周囲との調和をはかって「チームとして」仲間と切磋琢磨していることがうかがえる。

(3) 試合時の自己能力発揮

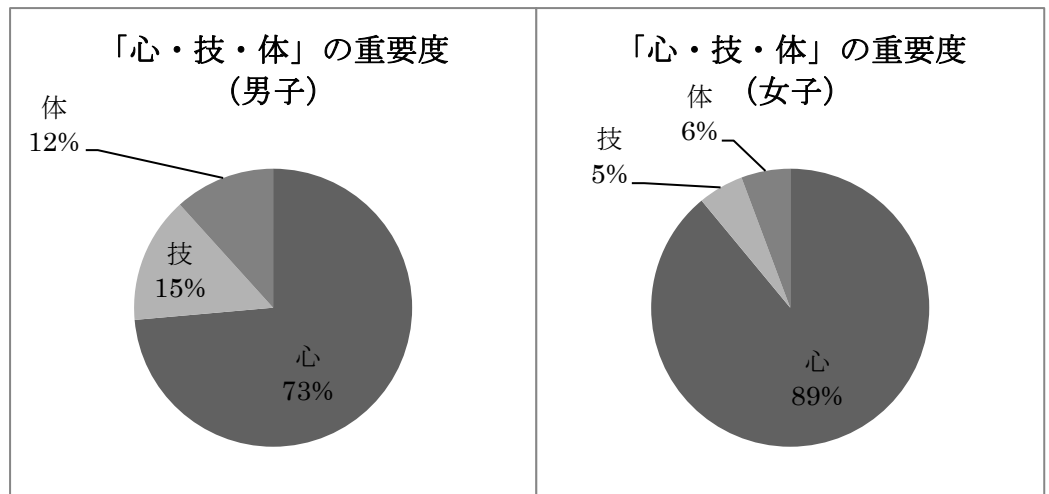
試合時にどのぐらい自分の能力をはっきりできるかという質問に対して「いつも出し切れる」を5点「出しきれない」を1点として自己評価してもらったところ、その分布は以下のグラフのようになった。平均は男女とも 3.5 点とな



った。男子の方が5点と回答した選手が女子と比較して6.6ポイント高かったことから、男子の方が強い自信を持って試合に臨んでいる選手が多い傾向にあるのだろう。

(4) 試合時における「心・技・体」の重要度

試合時において一番重要な要素は「心・技・体」のうちどれと考えるかという質問に対して、男女とも圧倒的に「心」と答えた選手が多かった。特に女子の場合は9割近い選手が「心」と答えており、メンタルトレーニングの重要性を示す結果となっている。



試合に至るまでには技術を高めたり、体力を増強させたりすることも重要であるが、最終的な試合の場で力を発揮するためには精神面の強さが最も重要だということであろう。

(5) 精神面の強化方法

「精神面での強化をはかるトレーニング方法を具体的に教えて下さい」という自由記述の質問項目に対しては300近い回答が得られた。「イメージトレーニング」「きつい練習で自分を追い込む」「ルーティーンをつくる」「常にポジティブ思考」「深呼吸」「掃除をする」「仲間と切磋琢磨する」「練習を本番のように考える」など、様々な方法があり、選手それぞれが自分なりのメンタルトレーニングを持っていることがわかった。

3. おわりに

最後に、本アンケート調査の集計にあたり、データ集計処理をし、基礎資料を作成して下さった早稲田大学グローバルエデュケーションセンター助教朝倉雅史氏に感謝したい。また、本アンケートの実施にあたり、東京都高体連事務局の方々に配布や回収など多大なるご協力をいただいたことにも感謝したい。

『健康と安全』に関するアンケート

全国総体出場選手対象

競技名 _____ 学校名 _____ 高校 _____ 平成 27 年度

* 該当項目に○印を付けて下さい

(学年); ①1年 ②2年 ③3年 (性別); ①男子 ②女子

【1】食生活について

(1) バランスをとる中でも重要と考える栄養素

①炭水化物 ②脂質 ③たんぱく質 ④ミネラル ⑤ビタミン ⑥その他 ()

(2) 特に意識している栄養補給

①カルシウム分 ②鉄分 ③ビタミンC ④コラーゲン ⑤食物繊維 ⑥その他 ()

(3) 朝食は

①しっかり食べる ②普通 ③少ししか食べない ④食べたり食べなかったり ⑤ほとんど食べない

(4) 栄養摂取の方法について ~

(a) サプリメントを使用することがある ①はい ②いいえ

*①の回答者のみ 具体的に ()

(b) 補食 (栄養価を考えた間食) を必ずとっている ①はい ②いいえ

(c) 栄養指導を受けたことがある ①はい ②いいえ

【2】現在の体調及び怪我について

(1) あなたの体調は ~ ①絶好調 ②好調 ③普通 ④やや疲労気味 ⑤疲労困憊

(2) 部活動中の怪我についてお聞きます。

長期間にわたる治療を必要とする怪我をしたことがありますか ~ ①はい ②いいえ

*①の回答者のみ 以下の設問へ

(a) いつ ; ①1年の時 ②2年の時 ③3年の時

(b) 場面 ; ①通常練習 ②練習試合 ③公式戦 ④その他

(c) 内容 ; (例) 右足首ねんざ < _____ >

(d) 現在 ; ①完治 ②ほぼ完治 ③だましましの状態で不安 ④怪我完治せずリハビリ中

(3) (2) の怪我の原因は ①自分に過失 ②相手に過失 ③やむを得ない事故であった ④その他

*①の回答者のみ その原因は ①自分の技量不足 ②疲労蓄積のため ③アップ不足のため ④その他

【3】『健康と安全』~その精神的側面について

(1) 以下の(a)~(f)の回答選択肢; ①常にそうである②たまにそうである③あまりない④全くない

(a) 練習の時から、いつも目標を意識している ~ ① ② ③ ④

(b) 自分は今の競技種目に向いていると思っている ~ ① ② ③ ④

(c) 将来もこの競技をずっと続けたいと思っている ~ ① ② ③ ④

(d) 一度目標を決めたら、必ず達成する自信がある ~ ① ② ③ ④

(e) 自分の力を信じている ~ ① ② ③ ④

(f) 将来、自分は必ず大物になると思っている ~ ① ② ③ ④

(2) 日々の生活・練習の中でどのような“メンタルトレーニング”を実施していますか

(a) スポーツ心理テスト等自己分析をしたことがある ①はい ②いいえ

(b) 自分のやるべき事、やりたいことを確認しやる気を高めている ①はい ②いいえ

(c) 音楽を活用し気持ちの切り替えをしている ①はい ②いいえ

(d) 常にプラス思考で物事を考えている ①はい ②いいえ

(e) 周囲との調和をはかり、気持ちよく練習や試合に臨めるようにしている ①はい ②いいえ

(f)一日を通じて自分自身を調整し、常にベストコンディションを保つようにしている ①はい ②いいえ

(g)イメージトレーニングを大切にして、実践している ①はい ②いいえ

(3) 試合でどのくらい自分の能力を出し切れますか (5段階で)

出し切れない 1 2 3 4 5 いつも出し切れる

(4) 『心・技・体』、試合時において一番重要な要素と考えるのは ～ ① 心 ② 技 ③ 体

(5) “精神面の強化”をはかる トレーニング方法 を具体的に教えてください。

ご協力有難うございました

「高校生が運営する競技会の可能性」

東京都高体連 研究部 第三分科会代表 少林寺拳法専門部 帝京高等学校 工藤 慶之

1. はじめに

(1) 本年度の取り組みの背景

昨年度の東京都研究大会において、少林寺拳法専門部の取り組みのいくつかを紹介させていただいた。その中でも、今年度は、中学1・2年生に活躍の場を与えるために始めた競技会を高校生が運営するという取り組みに焦点を当て、選手および実行委員生徒がどのような要因で参加したのか、また、どのようなことで参加生徒を増やすことができるのかについて検証することで、今後の競技会の可能性を考えてみた。

(2) 高校生が運営する競技会について

競技会を運営するにあたり、実行委員として参加する高校生(実行委員として参加する5校の代表生徒)が、平成27年12月22日と平成27年12月25日の2回に渡って集い、競技会の企画についての会議が行われた。



(3) 競技会に参加した選手・実行委員へのアンケート実施

今年度の競技会は平成27年12月26日(土)に東京武道館において、「演武評価会」と称し行われた。

そこに参加した選手34名と実行委員51名に対して、下記のような質問紙によるアンケートを実施した。



平成27年12月26日(土)

U-14実行委員生徒各位

東京都高体連少林寺拳法専門部 副委員長
東京都高体連研究部 第三分科会代表
帝京中・高等学校 工藤 慶之

U-14参加における意識調査

1. あなたの学校名と学年、性別を教えてください。

学校名[] 学年[中3・高1・高2・高3] 性別[男・女]

2. 今回、あなたの実行委員としての役割は何でしたか？(複数可)

3. 実行委員として、何回目の参加になりますか？

① 初めて ② 2回目 ③ 3回目

4. 今回、実行委員として参加したきっかけは何ですか？

① 先輩の姿を見て ② 先生からの勧め ③ 友人からの勧め ④ 自主的に ⑤ その他

5. 実行委員として参加した目的は何ですか？

① 自分の出場経験 ② 先輩の出場 ③ 大会運営への興味 ④ 勧められて決々 ⑤ その他

5. 実行委員として参加して、どのように感じましたか？【5段階評価】

参加してよかった 5・4・3・2・1 参加しなければよかった

6. 来年度も実行委員として参加したいと思いますか？

① 参加したい ② 参加したくない ③ 未定

7. 実行委員を経験して、苦労したことや得たこと、次回やってみたいことなどがあれば書いてください。

ご協力ありがとうございました

平成27年12月26日(土)

U-14参加生徒各位

東京都高体連少林寺拳法専門部 副委員長
東京都高体連研究部 第三分科会代表
帝京中・高等学校 工藤 慶之

U-14参加における意識調査

I. あなたの学校名と学年、性別を教えてください。

学校名[] 学年[中1・中2] 性別[男・女]

II. 今回、あなたの参加種目は何でしたか？(複数可)

① 組演武 ② 単独演武

III. 何回目の参加ですか？

① 初めて ② 2回目

IV. 今回、参加したきっかけは何ですか？

① 先輩の姿を見て ② 先生からの勧め ③ 友人からの勧め ④ 自主的に ⑤ その他

V. 参加して、どのように感じましたか？【5段階評価】

参加してよかった 5・4・3・2・1 参加しなければよかった

VI. 来年度もU-14に参加したいと思いますか？(中学1年生のみ対象)

① 参加したい ② 参加したくない ③ 未定

VII. 中学3年になったときに、実行委員としてU-14に参加したいと思いますか？

① 参加したい ② 参加したくない ③ 未定

VIII. 中学3年生以上が運営するU-14に対して、どのように思いますか？自由に書いてください。

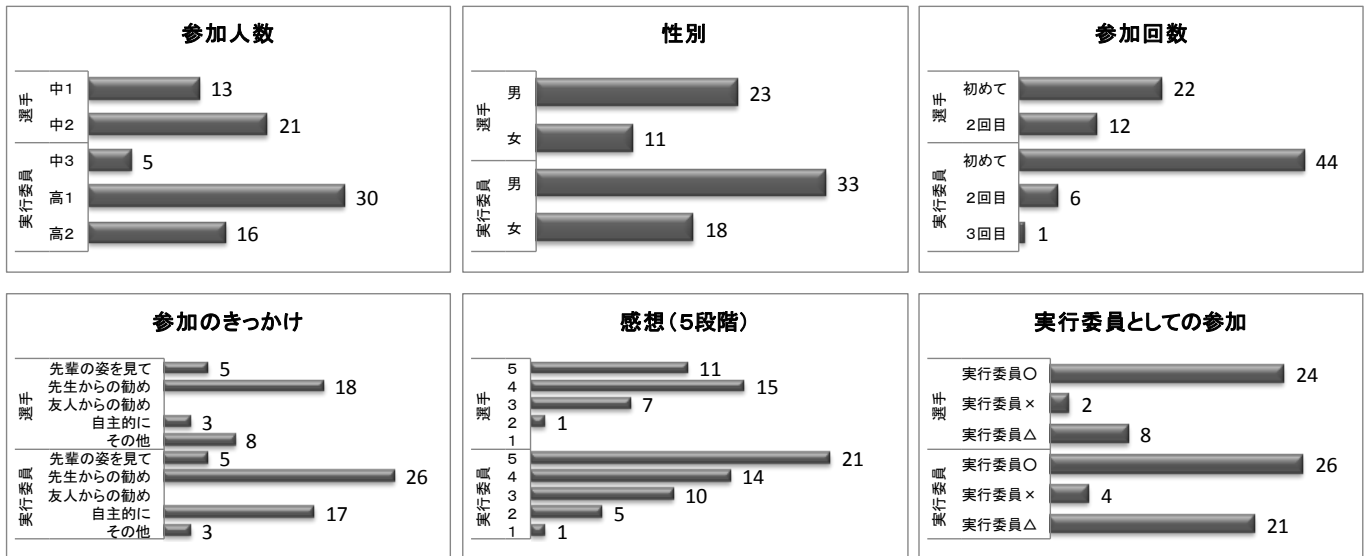
ご協力ありがとうございました

2. アンケート集計結果

以下、グラフ内の「○」は「参加したい」、「×」は「参加したくない」、「△」は「未定」を表す。

(1) 選手および実行委員における共通項目での集計結果

選手と実行委員に対しての共通質問の回答を集計したものが、以下のグラフである。



参加した選手と実行委員生徒の集計結果を項目ごとに見ると以下のことが挙げられる。

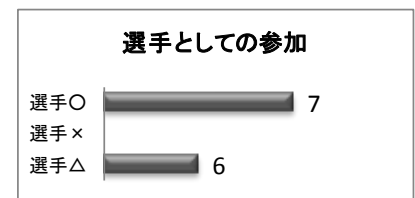
- ・参加人数では、実行委員としての参加した高校1年生が最も多い。
- ・性別は、選手および実行委員ともに「男子」が多い。
- ・参加回数は、選手および実行委員ともに「初めて」が多い。
- ・参加のきっかけは、選手および実行委員ともに「先生からの勧め」が多い。
- ・5段階での感想は、選手および実行委員ともに「参加してよかった（感想5・4）」が多い。
- ・来年度以降の実行委員に参加したいかは、選手および実行委員ともに「参加したい」が多い。

参加人数以外の全ての項目において、選手と実行委員で共通した結果が得られた。

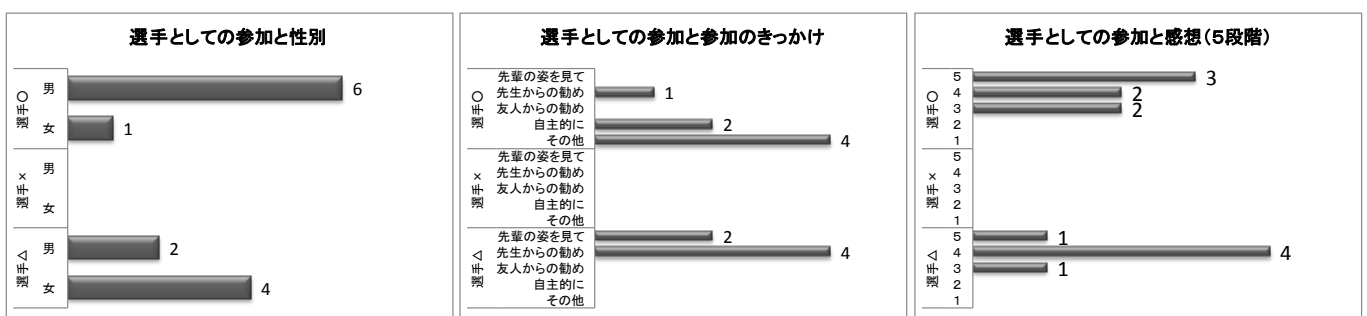
(2) 中学1年選手のみ対象の質問および実行委員生徒のみ対象の質問における集計結果

(i) 中学1年選手のみを対象にした質問についての集計結果

中学1年生に対して、「来年度も選手として参加したいか」という質問を行った。その結果は、右のグラフが示す通り「参加したくない」と答えた生徒は皆無であったことが分かる。



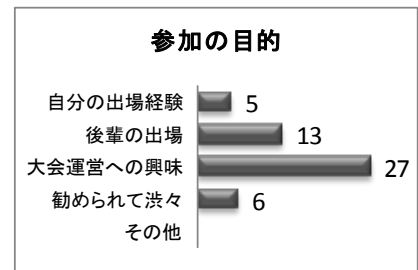
また、選手としての参加に対する回答と他の項目への回答の関係を表すと、以下のグラフのようになった。



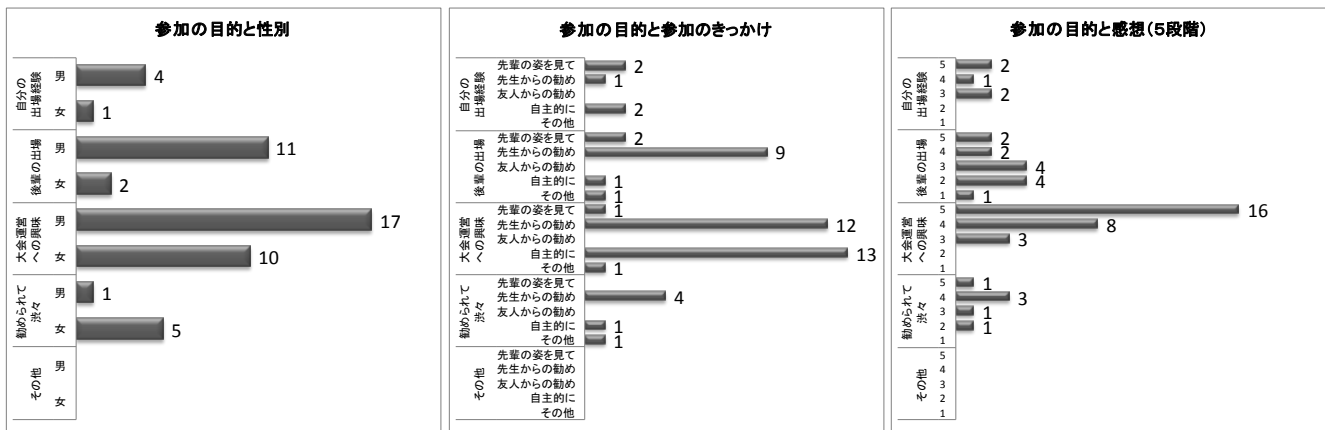
グラフから読み取れることは、男子6名（男子の75%）、女子1名（女子の20%）が「参加したい」と答えており、男子の方が参加したいという意思を高く示している。また、参加のきっかけでは、自主的に参加した生徒とその他（部の方針）のきっかけで参加した生徒は全員「参加したい」と答えている。さらに、感想についても競技会に対しての感想は全体的に高く、「1・2」を答えた生徒は皆無であった。このことは、競技会に対して、どのようなきっかけで参加したにせよ、良い感想を全員が持ったことを示しており、競技会自体は成功したとあってよいと思われる。

(ii) 実行委員生徒のみを対象にした質問についての集計結果

実行委員生徒のみを対象に「参加の目的」について質問を行った。その結果は、右のグラフが示す通り、「大会運営への興味」を挙げた生徒が27名（53%）と最も多かった。今回参加した高校生の多くは、選手として高体連の競技会に参加するだけでなく、大会を運営することに興味を持ち、その目的のために参加したことが伺える。



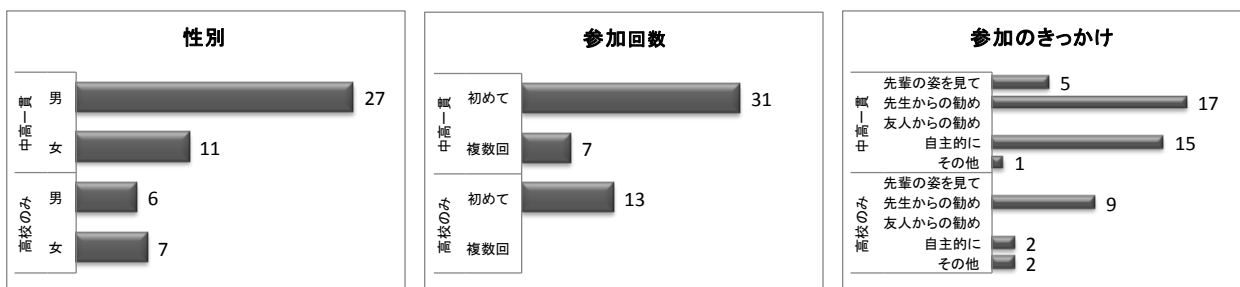
また、参加の目的に対する回答と他の項目への回答の関係を表すと、以下のグラフのようになった。

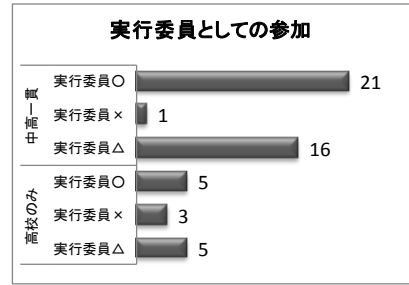
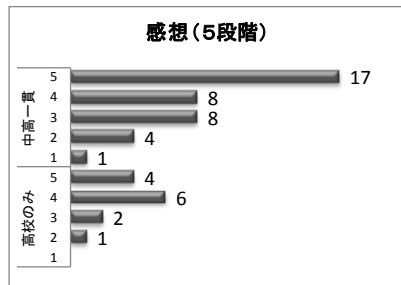
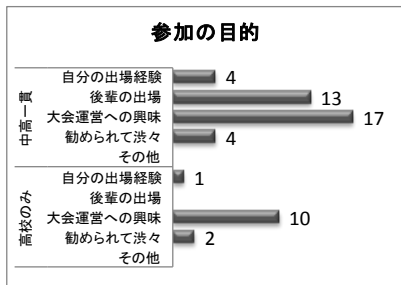


グラフから読み取れることは、「勧められて渋々」と答えた特に目的意識のない生徒6名は、男子1名（男子の3%）に対し、女子5名（女子の28%）と女子の方が多かった。また、「自主的に」参加した生徒17名の中で、「大会運営への興味」を目的と答えた生徒が13名（76%）と最も多かった。自主的に参加した生徒は、大会の運営そのものに興味を持って参加したといえる。

(iii) 実行委員を参加校別に分けた集計結果

今回の実行委員生徒には、4校の中高一貫の高校生（中高一貫生）と1校の中高一貫でない高校生（高校のみ生）が参加していた。そこで、今回のアンケートに対する回答で、「中高一貫」と「高校のみ」での違いを調べてみた結果が、以下に示す通りである。





中高一貫生 38 名と高校のみ生 13 名で比較すると、参加のきっかけにおいては、ともに「先生からの勧め」が中高一貫生 17 名（中高一貫生の 45%）、高校のみ生 9 名（高校のみ生の 69%）と最も多かった。

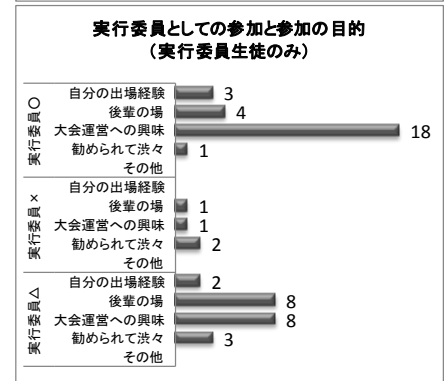
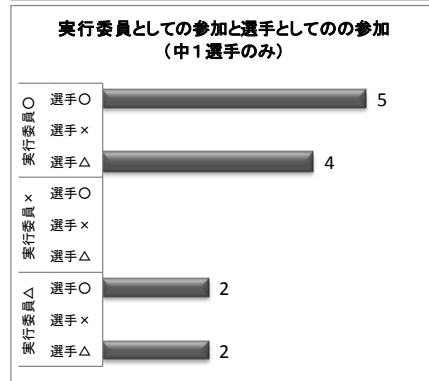
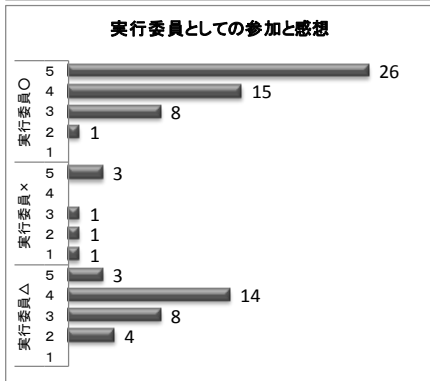
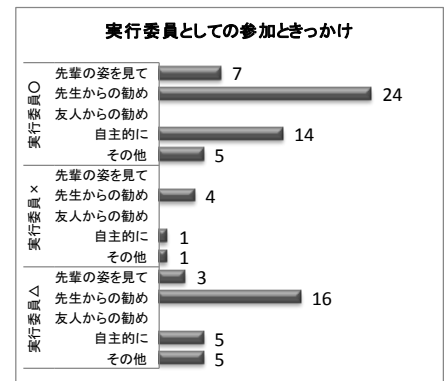
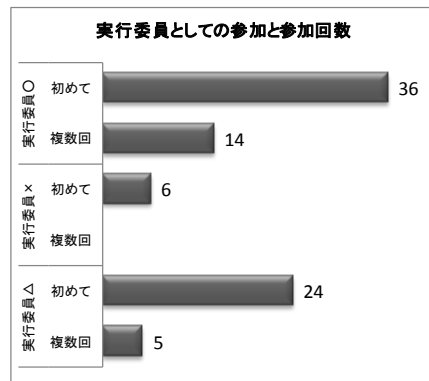
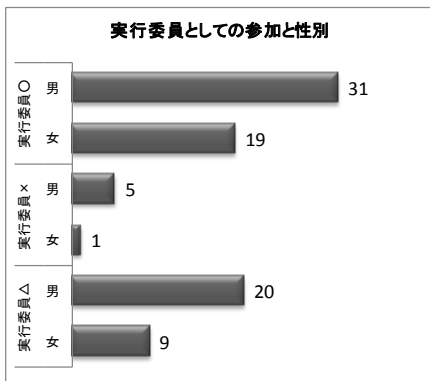
中高一貫の実行委員生徒の回答割合が高校のみの生徒の回答割合よりも高かったものは、「自主的に」を回答した割合（中高一貫生の 39%、高校のみ生の 15%）と、実行委員会として「参加したい」と回答した割合（中高一貫生の 55%、高校のみ生の 38%）である。

逆に、参加の目的の「大会運営への興味」を回答した割合（中高一貫生の 45%、高校のみ生の 77%）と、感想において「5・4」の高評価を回答した割合（中高一貫生の 66%、高校のみ生の 77%）については、高校のみの生徒の回答割合の方が、中高一貫の実行委員生徒の回答割合よりも高かった。

中高一貫の生徒は、後輩も出場しており、自主的に参加しやすかった部分もあると思うが、その中で来年度も実行委員として参加したいと答えた生徒が多くいた。それに対し、高校のみの生徒は大会運営への興味から参加し、高い感想を答えながらも来年度は実行委員として参加したくないと答えた生徒が多くいたことが分かる。

(3) 選手や実行委員としての来年度の参加についての集計結果

これまでは、選手と実行委員ごとに各項目を集計したが、来年度の参加に対する回答と他の項目の回答との関係について調べ、どのような生徒が「参加したい」、「参加したくない」と回答しているかを探った。



実行委員として「参加したい」と回答したのは、男子 31 名（男子の 55%）、女子 19 名（女子の 66%）、初めて参加 36 名（初めて参加の 55%）、複数回参加 14 名（複数回参加の 74%）、「先輩の姿を見て」7 名（先輩

の姿を見て参加の 70%)、「先生からの勧め」 24 名 (先生からの勧めで参加の 55%)、「自主的に」 14 名 (自主的に参加の 70%)、「その他」 5 名 (その他の理由で参加の 45%)、「5・4」 41 名 (感想で 5 または 4 を付けた生徒の 67%)、「2・1」 1 名 (感想で 2 または 1 を付けた生徒の 14%) であった。

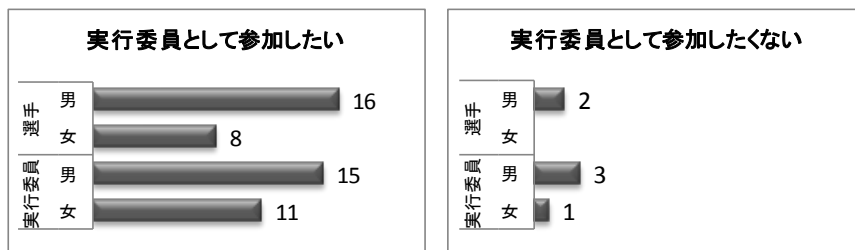
逆に、実行委員として「参加したくない」と回答したのは、男子 5 名 (男子の 9%)、女子 1 名 (女子の 3%)、初めて参加 6 名 (初めて参加の 9%)、「先生からの勧め」 4 名 (先生からの勧めで参加の 9%)、「自主的に」 1 名 (自主的に参加の 5%)、「その他」 5 名 (その他の理由で参加の 45%)、「5・4」 3 名 (感想で 5 または 4 を付けた生徒の 5%)、「2・1」 2 名 (感想で 2 または 1 を付けた生徒の 29%) であった。

実行委員として「参加したい」と回答した生徒と「参加したくない」と回答した生徒を比較すると、参加回数からは、複数回参加した生徒が全員参加したいと答えていることははっきりと分かるが、女子にも自主的に参加した生徒にも「参加したくない」と回答した生徒がおり、感想においても、高い感想 (感想 5・4) を回答したにもかかわらず参加したくないと答えた生徒や、低い感想 (感想 2・1) を回答したにもかかわらず「参加したい」と答えている生徒がいた。

(4) 実行委員として参加「したい」・「したくない」に分類した他の項目の回答との関係

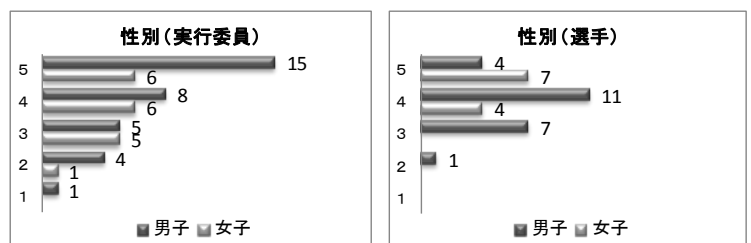
上で述べた要因が何かを調べるために、「実行委員としての参加」の回答ごとに分類し、「性別」「参加回数」「参加のきっかけ」「感想」のそれぞれを選手・実行委員に分け、グラフで比較してみることにした。

(i) 性別

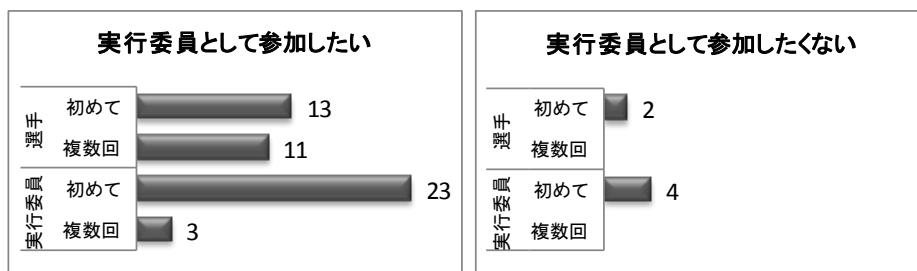


性別では、「実行委員として参加したい」と答えた生徒は選手、実行委員のどちらにおいても女子の方が多いたことが分かる。女子の方が参加した生徒では、実行委員として来年度も競技会に参加したいと考えているということが考えられる。

このことは、右の性別ごとの感想からも分かる通り、男子よりも女子の方が今回の競技会に対する感想が高いことが要因であると思われる。

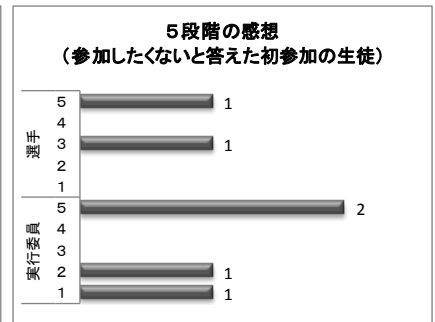
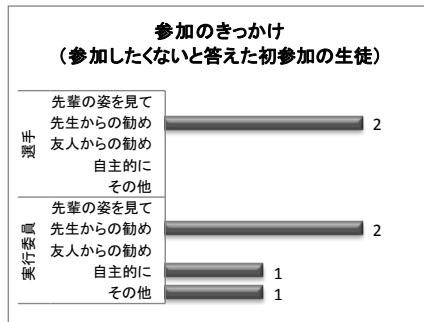


(ii) 参加回数



参加回数では、『2. アンケート集計 (3)』で前述した通り、選手および実行委員とも初めて参加した生徒のみ「実行委員として参加したくない」と回答している。

右のグラフに示されるように、参加したくないと回答した初参加の生徒の参加のきっかけや感想は、選手では「先生からの勧め」で参加し、感想は「3・5」と高いにもかかわらず、参加したくないと回答している。



この生徒の自由記述を見ると、

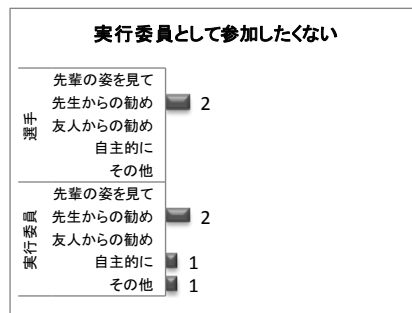
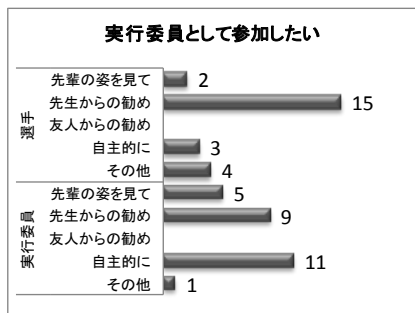
「賞状の付箋はちゃんと書いてほしいです。漢字の間違ひはやめてほしいです。」

「賞状は付箋ではなく、手書きにしてほしい。」

と書かれており、入賞することが出来たから競技会の感想は高いが、実行委員に対しての不満からか、実行委員としては参加したくないと答えたのではないかと考えられる。

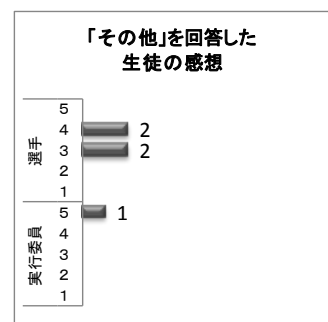
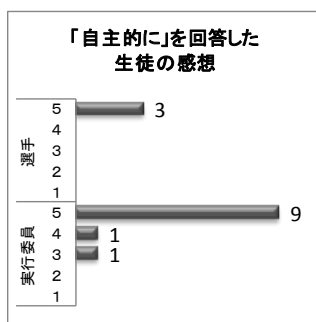
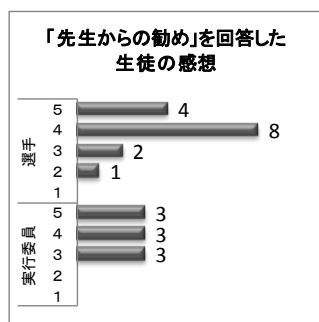
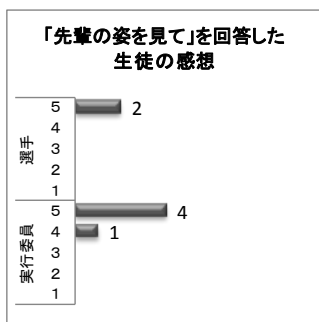
実行委員生徒では「自主的に」参加した生徒や感想で「5」を回答したにもかかわらず、参加したくないと回答している。内訳は、中学3年生1人、高校2年生3人であったが、中学3年生の生徒は、「先生からの勧め」で参加し、感想は「1」。自由記述には「手伝いに来たのに仕事をもらえなかった。一部の人だけでなく、全員が参加できるようにしてほしい。」とあり、役割を与えられなかったことへの不満が要因であったと思われる。高校2年生3人については、自由記述には何も書かれていなかったが、学年的なこともあり来年度の参加はしないと回答したのではないかと考えられる。

(iii) 参加のきっかけ



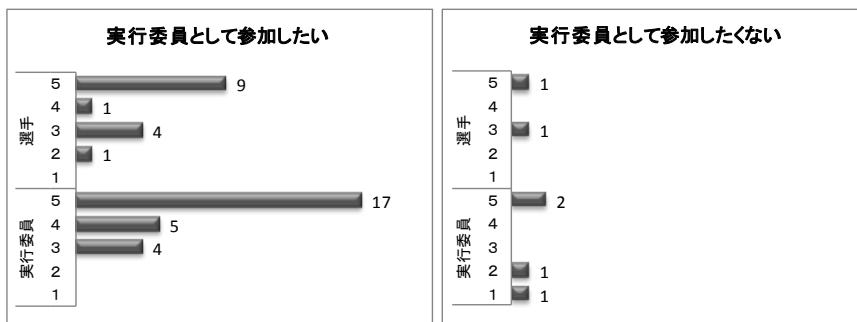
参加のきっかけでは、どのきっかけにおいても多くの選手、実行委員の生徒が実行委員として参加したいと回答している。「先生からの勧め」で参加した選手も実行委員も多くの生徒が参加したいと回答している。

また、参加したいと回答した生徒について、きっかけごとの感想を調べると、以下のようになった。



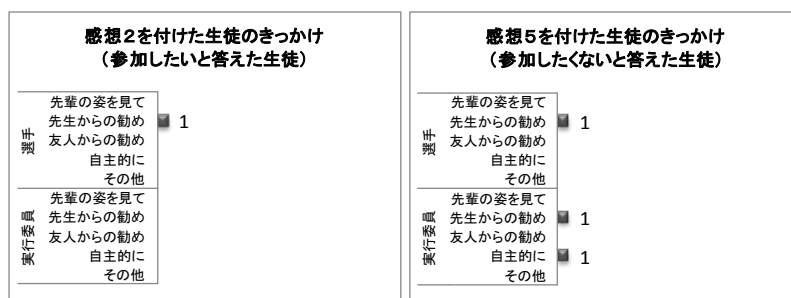
上のグラフが示す通り、「参加したい」と回答した生徒は、いずれのきっかけを見ても良い感想を回答している。

(iv) 感想



『2. アンケート集計 (3)』で前述したように、「参加したい」と回答した選手で、感想「2」を回答している生徒や「参加したくない」と回答した実行委員生徒で、感想「5」を回答している生徒がいる。

右のグラフから示されるように、(ii) 参加回数で既に記述したが、実行委員としての不満や学年的なことが要因であると考えられる。



3. アンケートを集計して

今回参加した選手および実行委員に対してのアンケートを集計した結果から見てくることをまとめると、以下の3点になる。

- ・選手としての参加割合は男子に多いが、実行委員としての参加割合は女子に多い。
- ・複数回参加している生徒は、来年度も参加したいという意思を持っている。
- ・参加したきっかけがどのようなものであっても、競技会自体に満足すれば、来年度も参加したいと考えている。

このことから、競技会への参加の仕方として、選手としての参加のみでなく、今回のような生徒が運営する競技会に実行委員として参加することによって、女子生徒の競技会への参加率増加の可能性、またきっかけにかかわらず、複数回参加することによる様々な相乗効果の可能性について推察できる。もちろん、相乗効果を得るためには、競技会自体を満足できる場とするための工夫も必要不可欠である。

今回、競技会を高校生が運営するにあたり、企画会議の中で、下に示すような教員が運営する競技会と内容を変更した部分もある。

内容	教員が運営する競技会	高校生が運営する競技会
時間規定	時間規定あり 超過・不足の場合は減点	時間規定なし
採点方法	技術面 60 点 表現面 40 点	技術面 48 点 表現面 52 点
審判数	5 人	7 人
審判役割	主審 1 名・副審 4 名	主審なしの 5 人審判 他審判 2 人が 1 人 (アドバイザー) 係
表彰数	6 位までの入賞	6 位までの入賞 気合賞・中 1 頑張った賞

それに対しての賛否両論の意見が、下に示すように選手からも実行委員生徒からも数多く出されており、それらの意見を今後競技会を運営していく側の高校生がどのように生かしていくかが問われていると思われる。

【主だった選手の意見（自由記述）】

- ・アドバイス用紙をもらって、ダメなところやいいところを知れるからいいと思いました。スムーズに行動できるので、やりやすかったです。
- ・先生とはまた違った見方をしてくれたのでよかったです。
- ・周りを見て行動する先輩を見て、「自分も先輩みたいになりたい」と思いました。
- ・中学生のみが参加する大会だからこそ、技の上手さや構成をもっとみるべきではないだろうか。これは学生特有の派手さを重視した演武、いわば本来の演武とはかけ離れた演武が増えることにつながると思う。元気、気合などを評価するより、技術度の高い生徒を評価し育てることが東京都、学生の少林寺拳法の発展につながるのではないか。

【主だった実行委員の意見（自由記述）】

- ・私は指示を出すよりもついていく方だったのですが、せっかくの機会だったのでチーフをやってみようと思いました。初めてでいろいろ詰まってしまったのですが、みんな協力してくれて助かりました。
- ・中学生の演武を見るのは初めてだったので、良い経験になりました。
- ・人数が多すぎたため、人手が足りすぎて少し邪魔になったところがあった。
- ・採点方式に疑問を感じた。いくら声が出ていたからといっても、基本動作ができていないのに、点が高いのは少し気に食わなかった。自分の学校の生徒は採点しない方がいいと思った。

しかしながら、今回の選手および実行委員の生徒に対するアンケート調査によって、『選手として高体連の競技会に参加するだけでなく、運営する側として競技会に参加する』という、高校生に対しての新たな活躍の場として、高校生が運営する競技会が多くの可能性を秘めていると言える。

4. おわりに

高校生が運営する競技会の今後の可能性については、継続調査を行い、選手や実行委員の双方へのメリットをはっきりした形で示すことによって、高校生の新たな活躍の場を提供し、選手として参加する生徒だけでなく、実行委員として参加する生徒の活性化につなげ、さらには部活動の活性化そのものにつなげていくことができる可能性がある。

今回の研究が、今後の高校生にとって新たな競技会への参加の方法として、もしくは新たな入部のきっかけとして、多くの専門部の一つの活性化へのヒントとなることができれば幸いである。

東京都高等学校体育連盟「研究部」規約

第一章 名称及び事務局

- 第1条 本研究部（以下「本部」という）は、東京都高等学校体育連盟研究部と称する。
第2条 本部の事務局は、会長指定の高等学校におく。

第二章 目的

- 第3条 本部は、東京都高等学校体育連盟が教育活動の一環として実施する体育・スポーツ活動に関する調査並びに研究を行い、その発展に寄与することを目的とする。

第三章 事業

- 第4条 本部は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。
1) 競技力向上、普及振興、安全対策に関する調査研究
2) 研究会並びに講習会の開催
3) その他本部の目的達成に必要な事項

第四章 組織及び委員

- 第5条 本部は、各競技専門部及び定通制部から選出された委員を以て組織する。
委員の任期は、2カ年とし、再任は妨げない。

第五章 役員

- 第6条 本部に下記の役員をおく。
1) 部長 1名
2) 副部長 2名（1名は委員長及び本連盟の常任理事を兼ねる）
3) 常任委員 10名
4) 監事 2名

- 第7条 役員は、委員会において選出する。

第8条 役員の仕事

- 1) 部長 部長は、本部を代表し、会務を統括する。
2) 副部長 副部長は、部長を補佐し、部長事故ある時はその職務を代行する。
委員長を兼ねる副部長は、会務を執行する。
3) 常任委員 常任委員は、会務の企画、運営にあたる。
4) 監事 監事は、本部の会計を監査する。

- 第9条 役員の仕事は、2カ年とし、再任は妨げない。補充によって就任した場合は、前任者の残任期間とする。

第六章 会議

- 第10条 委員会は、委員を以て構成し、必要事項を審議決定する。
第11条 常任委員会は、役員を以て構成する。常任委員会は、部長が招集し、必要事項を審議する。なお、緊急事項が生じた場合は、常任委員会で審議決定し執行する。
執行内容については、委員会に報告しなければならない。

第七章 会計

- 第12条 本部の経費は、本連盟の一般会計・研究部費、その他を以てこれにあてる。
第13条 本部の会計は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わる。

第八章 附則

- 第14条 本規約は、本連盟常任理事会の議決を得て変更することができる。
第15条 本規約は、平成13年11月16日より施行する。

- (経過) 1. 平成19年4月26日 第一次改定
2. 平成21年4月18日 第二次改定
3. 平成25年4月23日 第三次改定

役員を選出する細則

- 1) 部長は、都内高等学校長より選出する。
2) 副部長2名（1名は委員長及び常任理事を兼ねる）は、委員の互選により選出する。
3) 常任委員は、委員の互選により10名を選出する。
（各分科会代表3名、団体種目系3名、個人種目系2名、武道系2名）
4) 委員は、各専門部・定通制部の互選とする。（各専門部より若干名、定通制部より1名）
5) 監事は、委員の互選とする。

東京都高等学校体育連盟

<研究部>

組織と名簿

2015年

役職名	氏名	専門部	属系	勤務校	〒	所在地	電話	FAX	研究部役職	
部長	野口敏朗			都立東	136-0074	江東区東砂7-19-24	03-3644-7176	03-3615-7463	都高体連副会長	
副部長 (委員長)	塩田伸隆	空手道	武連	都立松原	156-0045	世田谷区桜上水4-3-5	03-3303-5381	03-3304-3062	都高体連常任理事	理科(化学)
副部長 (副委員長)	中塚義実	サッカー	団体	筑波大学附属	112-0012	文京区大塚1-9-1	03-3941-7176	03-3943-0848		保健体育
常任委員	奥正克	ハンドボール	団体	都立小金井北	184-0003	小金井市緑町4-1-1	042-385-2611	042-382-9522	第1分科会チーフ	地歴
"	武田右子	フェンシング	武連	青山学院高等部	150-8366	渋谷区渋谷4-4-25	03-3409-3880	03-3409-5784	第2分科会チーフ	理科(生物)
"	工藤慶之	少林寺拳法	武連	帝京	173-8555	板橋区稲荷台27-1	03-3963-4711	03-3963-6415	第3分科会チーフ	数学
"	田中康之	サッカー	団体	都立立川	190-0022	立川市錦町2-13-5	042-524-8195	042-527-9906		保健体育
"(会計)	新井理仁	ソフトボール	団体	都立東大和	207-0015	東大和市中央3-945	042-563-1741	042-565-0781		英語
"	鞠子智秋	サッカー	団体	都立清瀬	204-0022	清瀬市松山3-1-56	042-492-3500	042-491-9491		保健体育
"	田中玄太	卓球男子	個人	日本大学豊山	112-0012	文京区大塚5-40-10	03-3943-2161	03-3943-1991		情報
"	堤矢範子	陸上競技男子	個人	筑波大学附属	112-0012	文京区大塚1-9-1	03-3941-7176	03-3943-0848		保健体育
"	秋月隼	弓道	武連	都立江戸川	132-0031	江戸川区松島2-38-1	03-3651-0297	03-3674-0970		理科(化学)
"	児玉朋隼	相撲	武連	明治大学付属中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	03-3368-3113		英語
監事	尾崎あゆみ	卓球女子	個人	都立南平	191-0041	日野市南平8-2-3	042-593-5121	042-593-1442		国語
"	稲垣哲人	軟式野球	団体	都立立川ろう	190-0003	立川市栄町1-15-7	042-523-1358	042-523-6421		技術

氏名	専門部	属系	勤務校	〒	所在地	電話	FAX	研究部役職	教科
征矢範子	陸上競技男子	個人	筑波大学附属	112-0012	文京区大塚1-9-1	03-3941-7176	03-3943-0848	常任委員	保健体育
黒木義郎	陸上競技男子	個人	巣鴨	170-0012	豊島区上池袋1-21-1	03-3918-5311	03-3918-5305		保健体育
黒須崇仁	陸上競技女子	個人	江戸川女子	133-8552	江戸川区東小岩5-22-1	03-3659-1241	03-3659-4994		保健体育
笹川浩司	陸上競技女子	個人	都立板橋	173-0035	板橋区大谷口1-54-1	03-3973-3150	03-3959-6591		保健体育
松永航平	バスケットボール女子	団体	東京電機大学	184-8555	小金井市梶野町4-8-1	0422-37-6441	0422-37-6821		国語
沢辺治史	サッカー	団体	都立片倉	192-0914	八王子市片倉町1643	042-635-3621	042-635-0682		保健体育
佐藤弘樹	バレーボール女子	団体	都立小山台	142-0062	品川区小山3-3-32	03-3714-8155	03-3714-8163		保健体育
阿部一臣	バドミントン	個人	都立東村山	189-0011	東村山市恩多町4-26-1	042-392-1235	042-392-7275		英語
中島弘貴	テニス	個人	富士見	176-0023	練馬区中村北4-8-26	03-3999-2136	03-3999-2129		社会科
古志野潤哉	体操男子	個人	成城	162-8670	新宿区原町3-87	03-3341-6141	03-3341-3165		保健体育
新井理仁	ソフトボール	団体	都立東大和	207-0015	東大和市中央3-945	042-563-1741	042-565-0781	常任委員(会計)	英語
奥正克	ハンドボール	団体	都立小金井北	184-0003	小金井市緑町4-1-1	042-385-2611	042-382-9522	チーフ	地歴
井口成明	水泳	個人	東大教育学部附属中等教育学校	164-8654	中野区南台1-15-1	03-5351-9050	03-3377-3415		保健体育
田中康之	サッカー	団体	都立立川	190-0022	立川市錦町2-13-5	042-524-8195	042-527-9906	常任委員	保健体育
稲垣哲人	軟式野球	団体	都立立川ろう	190-0003	立川市栄町1-15-7	042-523-1358	042-523-6421	監事	技術
久根下和利	ウエイトリフティング	個人	東亜学園	164-0002	中野区上高田5-44-3	03-3387-6331	03-3387-6335		保健体育
石川善司	ラグビー	団体	都立八王子拓真	193-0931	八王子市台町3-25-1	042-622-7563	042-622-7564		英語
杉浦翔太	ボクシング	武連	都立荒川工業	116-0003	荒川区南千住6-42-1	03-3802-1178	03-3802-8218		工業(電気)

氏名	専門部	属系	勤務校	〒	所在地	電話	FAX	研究部役職	教科
諏訪幹人	アーチェリー	武連	東海大学付属高輪台	108-8587	港区高輪2-2-16	03-3448-4011	03-3448-4020		数学
滝田裕幸	スキー	個人	麻布	106-0046	港区元麻布2-3-29	03-3446-6541	03-3444-2337		英語
佐島健	自転車競技	個人	佼成学園	166-0012	杉並区和田2-6-29	03-3381-7227	03-3380-5656		地歴
田中玄太	卓球男子	個人	日本大学豊山	112-0012	文京区大塚5-40-10	03-3943-2161	03-3943-1991	常任委員	情報
尾崎あゆみ	卓球女子	個人	都立南平	191-0041	日野市南平8-2-3	042-593-5121	042-593-1442	監事	国語
高田文裕	レスリング	武連	日本工業大学駒場	153-8508	目黒区駒場1-35-32	03-3467-2130	03-3467-2165		保健体育
武田右子	フェンシング	武連	青山学院高等部	150-8366	渋谷区渋谷4-4-25	03-3409-3880	03-3409-5784	チーフ	理科(生物)
湯川泉	空手道	武連	都立大崎	142-0042	品川区豊町2-1-7	03-3786-3355	03-3782-4059		保健体育
塩田伸隆	空手道	武連	都立松原	156-0045	世田谷区桜上水4-3-5	03-3303-5381	03-3304-3062	委員長	理科(化学)
六車健吉	ライフル射撃	武連	明治大学付属中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	03-3368-3113		芸術(美術)

氏名	専門部	属系	勤務校	〒	所在地	電話	FAX	研究部役職	教科
太田宏美	体操女子	個人	共立女子	101-8433	千代田区一ツ橋2-2-1	03-3237-2744	03-3237-2782		保健体育
大三宗康	バスケットボール男子	団体	都立足立工業	123-0841	足立区西新井4-30-1	03-3899-1196	03-3899-0195		工業(電気)
芦田浩敏	ソフトテニス男子	個人	都立高島	175-0082	板橋区高島平3-7-1	03-3938-3125	03-3938-4057		数学
鈴木浩之	ソフトテニス女子	個人	豊島学院	170-0011	豊島区池袋本町2-10-1	03-3988-5511	03-3983-2704		工業(電気)
徳田泰宜	バレーボール男子	団体	日本大学鶴ヶ丘	168-0063	杉並区和泉2-26-12	03-3322-7521	03-3325-0203		保健体育
秋山大輔	スケート	個人	明治大学付属中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	03-3368-3113		理科
鞠子智秋	サッカー	団体	都立清瀬	204-0022	清瀬市松山3-1-56	042-492-3500	042-491-9491	常任委員	保健体育
中塚義実	サッカー	団体	筑波大学附属	112-0012	文京区大塚1-9-1	03-3941-7176	03-3943-0848	副委員長	保健体育
秋月隼	弓道	武連	都立江戸川	132-0031	江戸川区松島2-38-1	03-3651-0297	03-3674-0970	常任委員	理科(化学)
中村豪介	アメリカンフットボール	団体	麻布	106-0046	港区元麻布2-3-29	03-3446-6541	03-3444-2337		保健体育
君塚善宏	柔道	武連	巣鴨	170-0012	豊島区上池袋1-21-1	03-3918-5311	03-3918-5305		保健体育
児玉勝	剣道	武連	都立武蔵丘	165-0031	中野区上鷺宮2-14-1	03-3999-9308	03-3926-9012		
児玉朋隼	相撲	武連	明治大学付属中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	03-3368-3113	常任委員	英語
佐藤智尚	なぎなた	武連	文化学園大学杉並	166-0004	杉並区阿佐谷南3-48-16	03-3392-6636	03-3391-8272		地歴公民
鎌田瑠里	ボート	団体	都立日本橋	131-0041	墨田区八広1-28-21	03-3617-1811	03-3612-5396		保健体育
加藤政夫	ホッケー	団体	学習院高等科	171-0002	豊島区目白1-5-1	03-3986-0221	03-5992-1016		世界史
松本至巨	登山	団体	東京学芸大学附属	154-0003	世田谷区下馬4-1-5	03-3421-5151	03-3421-5152		地歴
工藤慶之	少林寺拳法	武連	帝京	173-8555	板橋区稲荷台27-1	03-3963-4711	03-3963-6415	チーフ	数学
白石恵	テアリーディング	団体	都立新宿	160-0014	新宿区内藤町11-4	03-3354-7411	03-3225-4402		保健体育