

東海大学にて研修!!

A I 新聞

第3号
2012/3/21

浜松大学
A Tゼミ(5・6期)
A Tサークル

部活動見学・体験実習

三月一九日(月)・二十日(火)に浜松大学のA T(アスレティックトレーニング実践研究)ゼミ生とトレーナーサークル生の計十二名が東海大学に学外研修に行ってきました。

野球部

本学野球部で活動する松野君は、西村典子にたくさん質問させて頂き、「至る所に『基本』という言葉がでてきて、基本をしっかりされているのだと実感しました。基本より应用到目が行きがちですが、何事も基本の土台作りを大切にしていきたい」とコメントしてくれました。

柔道部

柔道部では、下田吉紀の活動を見学させていただきました。練習前に選手のコンディショニングを把握して、それに応じた処置の仕方を実際に見ることが出来ました。またテーピングなどの備品管理など、柔道部でのトレーナー用品の管理や運営についても伺わせていただきました。緊張感のある練習風景を見ることが出来たことも収穫でした。

アメリカンフットボール部

二日間、アメリカンフットボール部の練習を見学・体験実習させて頂きました。アメリカンフットボールの激しいコンタクトプレーやグラウンドに響く大きな声を実際に肌で感じて、すごく迫力が有りました。またチームスタッフも専属の檜森郁美さんと、学生が六名と学生スタッフ(ストレンジス&コンディショニングコーチ)が一名いらつしやり、「環境が充実しているな」と思いました。各ポジションでウォームアップが始まり、実践練習やポジションごとの練習、キックの練習など短時間でキビキビと行っており、引き締まった練習をしていました。給水の体験をさせて頂きましたが、初めての体験ですごく楽しく業務のやりがいを感じました。選手の方からも少し声を掛けてもらえ嬉しかったです。



トレーニングの実習も行いました!

その他にも...

小山孟志... 東海大学の男子バスケットボール部や日本バスケットボール協会の...として活躍の小山...に、「どんな測定をしているのか」「学生トレーナーとして選手に信頼されるにはどうしたら良いか」「資格について」など、限られた時間ではありましたが、貴重なお話を頂きました。現場に出たての頃は、体育館に立っているだけの日々が続いたりしたがそれは悪い事ではなく、選手の中に「存在していること」が大事であるというお話や、現場に出ると勉強しなければいけないことが分かるというお話が印象に残っています。

宮川千秋先生... 日本国内に留まらず、海外のスプリンターのご指導でも活躍の宮川先生ですが、コーチング、コーチとトレーナーの関わり方、陸上競技において日本人と外国人の走り方の違いなど、様々なお話を聞かさせていただきました。「ケガをすることによって選手は強くなっていく」、「競技成績は道具によって決まるのではなく根本は体力や指導力であること」など、普段なかなか聞くことが出来ないトップ選手を育てるコーチのお話を堪能させていただきました。

編集後記

二日間、貴重なお話を聞いたり、体験したりすることが出来ました。ありがとうございました。

五期生 鈴木宏肇



東海大学研修の感想



新四年生

山田優美：選手一人ひとりのコンディショニングの考え方にもアスリートとして自分自身をコントロールしていると思う部分がたくさんあり、また選手教育がされていて当たり前な事を当たり前に行う事の難しさを改めて感じました。

松野宏哉：わずかな時間でしたが普段見られない競技を見ることが出来た事や、プロのトレーナーの方に直に質問出来た事が研修での大きな収穫になりました。

鈴木宏肇：「選手の意識を向上させる為にはどうしたら良いのか？」など、お話を聞いて感じるものが多かったです。浜松大学もまずは東海大学と同じレベルまでトレーナーシステムを構築出来る様、今後頑張っていきたいと思いました。

新三年生

齋藤春奈：トレーニングの指導一つにしても、注意点やどの筋肉を意識するのか、なぜトレーニングするのかなどを伝えながら行う事、選手の健康管理が徹底されている事、トレーナー一人ひとりが自分の仕事を理解しこなしている事などを学び、これから始まる実習に活かしていきたいと思いました。

澤山莉奈：東海大学の学生さんの知識の豊富さ、言葉遣い、競技に対する理解、動作の機敏さに圧倒された研修でした。学生さんたちが今まで積み上げてきた2年間又は3年間の努力に自分との差を感じ、これからの実習が不安になりました。

山本麻樹：今回アメフトを主としたトレーナー活動を見て、自分の考えとの差が分かり無力さを感じました。団体競技を見られたことはとても新鮮であり、トレーナー個々の感じ方や選手への気遣い、メニューの組み方などが聞けてとても参考になりました。これから始まる実習で活用できるようにしたいと思いました。

渡邊俊比古：実際に現場での活動をさせて頂いて、改めて選手とトレーナーの信頼関係の大事さを知りました。その中で、選手の信頼を勝ち取る難しさというのを知ることが出来ました。選手とトレーナーの関係に限らず、人と信頼関係を築くのは簡単なことではないと思います。これからはどうしたら人と良い信頼関係が築けるかを考えながら生活をしていきたいです。

原田卓弥：トレーニングの伝え方や選手とのコミュニケーションの取り方など、見習う点がたくさんありました。選手の食生活や生活態度にまで気を配っていて部活に対する真剣さがとても伝わりました。トレーニングの目的や効果を意識する事の説明などが素晴らしかったです。

新二年生

竹内依望：今回見学させてもらったアメフト部では、選手一人ひとりモチベーションが高く、学年の上下は関係なく選手がトレーナーのことを信頼していて、「選手とトレーナー」という関係がしっかり出来ているなと思いました。知識や技術だけあればいいのではなく、挨拶や礼儀など当たり前な事が出来て初めて選手に信頼されるトレーナーになれるのかなと思いました。

繁田直弥：2日間という短い期間でしたが、東海大学の皆さんや先生方、先輩方のおかげでトレーナーという仕事の重要性や厳しさを肌で感じる事が出来ました。

海野好希：研修を初めて体験してみて実際に思っていた以上にトレーナーの難しさや大変さが分かりました。また、自分が知識不足に気付かされました。ただこれからの生活でいくらでも変われると思うので、これから頑張っていきたいです。

土井一輝：初めて研修に参加させていただき、トレーナーとしての選手との関わり方や指導の仕方など分からない事ばかりでしたが、少しは理解することが出来、アメフト部で体験実習も出来たのでとても良い経験になりました。