

## 2026 年度 早稲田大学 スポーツ科学研究科

### 修士課程 2 年制 一般入試 [春期] (専門科目) 解答例

論述式問題につき、一義的な解答例は示せないため、解答のポイントを示す。

#### A. スポーツ文化研究領域

##### A-1 研究指導名：スポーツ史 (石井 昌幸)

スポーツの世界伝播には複数のルートがあった。クリケットやラグビーは、イギリス植民地を中心に、イギリス人の行政官や宣教師によってもたらされた例が多い。反対にサッカーは鉄道敷設や鉱山開発などの技術者などによりもたらされた例が多く、ヨーロッパ大陸や南米などを中心に伝播した。陸上競技などは、いったんオリンピック種目となり、オリンピックを媒介として広まった。バドミントンやポロのように、非ヨーロッパのスポーツがイギリスに逆輸入され組織化されて世界に広まった例もある。

上記のような具体例を挙げながら、伝播ルートの複数性を説明できているかがポイントである。

##### A-2 研究指導名：舞踊論 (杉山 千鶴)

舞踊の諸ジャンルは、固有の技法と様式を有する。それゆえ、それらをダンサー／演者の身体に刷り込むために固有のトレーニング (レッスンや稽古等々) が行われる。当該ジャンルの技法と様式について理解した上で、適切な用語、具体的な説明を用いながら、そのトレーニングの固有性と求めるところを論述していること。

##### A-3 研究指導名：体育科教育学 (吉永 武史)

課題解決的な学習を効果的に進めていくためには、適切な課題の把握ならびに課題の解決方法の選択が重要となる。球技の授業では、記録カードやタブレット端末等を用いてゲーム場面における個々のパフォーマンスや戦術に関するデータを収集し、そのデータに基づいてチームの課題の解決方法や作戦の修正について対話の機会を保障する必要がある。そして、チームの課題の解決に向けた練習に取り組んだり、修正した作戦をゲームで実行したりすることで、「知識及び技能」とともに「思考力、判断力、表現力等」が高められていく。これらの一連の学習のプロセスが、球技 (ゴール型、ネット型、ベースボール型のいずれでも可) の授業を例に、具体的に述べられているかが解答のポイントとしてあげられる。

#### A-4 研究指導名：スポーツ教授学（深見 英一郎）

探究的学習とはどのようなものかを明確に解説し、その上で指導者が一方的に教えるのではなく、課題や発問を設定したり、学習者に考えさせて試行錯誤を促したりする等が述べられていること。また、指導者は結果だけでなくプロセスを重視したフィードバックや振り返りを行う等が述べられていること。

#### A-5 研究指導名：スポーツ社会学（中澤 篤史）

- ・社会学の発展に大きく貢献する業績を残した社会学者の名前を正しく挙げていること。
- ・それがどんな業績だったのかを具体的に記述できていること。
- ・その業績の意義を、社会学の学説史を踏まえながら適切に説明できていること。
- ・日本語で論理的に筋の通った説得的でアカデミックな文章が書けていること。

#### A-6 研究指導名：スポーツ文化論（川島 浩平）

スポーツ界では、特定の国・地域が、特定の競技種目に優れたアスリートを多く輩出する場合がしばしばみられる。

この問題は、そのような国・地域および競技種目を一つ取り上げ、多くのすぐれたアスリートを輩出している理由・原因を、適切なデータや事例を用いて、論理的に、正確な日本語で、アカデミックライティングの基本技能（パラグラフ・ライティング、トピック・センテンス設定、全体の構成）を用いて、説明することを目的とする。

解答のポイントは、1. 適切な国・地域を選定しているか、2. 適切な競技種目を選定しているか、3. 理由・原因を適切なデータや事例を用いて論理的に説明しているか、4. 正確な日本語力とアカデミックライティングスキルがあるか、の4点である。

#### A-7 研究指導名：アジアのスポーツと身体文化（高嶋 航）

- ・スポーツが植民地主義と深く関わっていたことを理解しているか。
- ・アジアにおけるスポーツと植民地主義の多様性を理解しているか。
- ・スポーツと植民地主義を考察するうえで適切な事例を挙げ、比較説明できるか。

## B. スポーツビジネス研究領域

### B-1 研究指導名：スポーツ経営学（木村 和彦）

「スポーツ経営の視点から」がポイントとなる。スポーツ経営の視点は、社会、経済、文化、国際などのマクロ環境を前提条件として、スポーツ推進に関わる「支える側」としての経営組織、経営資源、スポーツ事業、「支えられる側」としてのアスリートといった要因から考察することが求められる。

### B-2 研究指導名：健康スポーツ論（中村 好男）

- ・ OTC (Over The Counter) の意味を理解していること。
- ・ OTC (Over The Counter) 類似薬の保険適用見直しは、財政面で議論されることが多いが、治療療養の観点も重要であり、単なる医療利用の問題だけではなく、健康づくり・ヘルスプロモーションの観点でも大きな意義をもつこと。
- ・ OTC については、国民の主体的な健康管理を促す政策として、慎重な設計と段階的な運用が求められること。

### B-3 研究指導名：トップスポーツビジネス論（平田 竹男）

B リーグが入れ替え戦のないプレミアリーグになったということは、リーグ構造が欧州型からアメリカ型に変化したということである。従って欧州型とアメリカ型の違いを端的に述べるのが大切である。

### B-4 研究指導名：スポーツ組織論（作野 誠一）

- ・ スポーツ競技団体におけるガバナンス（統治）不全による具体的な問題について取り上げて説明することができる。
- ・ 国によるガバナンス・コードの策定をはじめとする対策や各団体内部における対応について説明することができる。
- ・ 以上の内容について、論理的かつ適切に表現することができる。

### B-5 研究指導名：スポーツビジネスマーケティング（松岡 宏高）

(1) 基本的な消費者の特性（購買意思決定に関連する心理的及び行動的特性）について説明できていること。

(2) さらに、消費者としてのスポーツ観戦者やスポーツ参加者の特異な心理や行動への対応の難しさ、さらに重要性などについて論理的に説明できていること。

#### **B-6 研究指導名：スポーツビジネス法（松本 泰介）**

スポーツビジネスの展開には、法制度が大きく影響する。多くの選手が海外で活躍する時代になった現代のプロスポーツで、制度の違いがどのように影響しているのかを問う。

#### **B-7 研究指導名：スポーツ&エンターテインメントマネジメント（佐藤 晋太郎）**

スポーツ観戦とウェルビーイングは、一般的なベースライン関係性であることを明示し、これに自由に考えた仲介変数や調整変数を定義づけながら丁寧に紹介することが求められる。その上でどのような測定をしていくか検討できていればさらに良い。

#### **B-8 研究指導名：スポーツプロモーション論（高橋 義雄）**

少子化がスポーツ活動に及ぼす影響を具体的に示し、その対策となるスポーツ政策を具体的に論述することを求めた。例えば、少子化によりジュニアの集団スポーツへの参加者が減少することで、集団スポーツを楽しむことができなくなる。特に中学校では運動部の減少につながる。その対策として、複数学校による合同部活動、地域展開による学校を超えた連携協働を促進するスポーツ政策について論じるなどが解答として考えられる。

#### **B-9 研究指導名：スポーツ経営戦略（大井 義洋）**

競技団体、プロリーグ、クラブ、アスリート等から一つもしくはいくつかをえらび、その持続的成功要因を具体的な事例をもとに、経営戦略理論を使って説明する。

例：グローバル化、テクノロジー進展、社会的価値、ファンエンゲージメント等の取り組んでいる事例を基に、理論的には何が言えるかを論じる。

## C. スポーツ医科学研究領域

### C-1 研究指導名：運動免疫学（赤間 高雄）

アスリートの免疫機能は対象者から試料を採取して測定評価することが一般的である。採取する試料の代表的なものとしては、血液と唾液がある。血液を試料とする方法では、白血球の種類別の個数や細胞機能の測定、抗体量の測定などが行われる。唾液を試料とする方法では、分泌型免疫グロブリン A などが測定される。

血液を試料とする方法の長所は白血球の種類別とくにリンパ球の種類別に個数や機能が測定評価できることであり、短所としては、採血者には医師や看護師などの資格が必要であり、また、繰り返しの採血では対象者の侵襲が増えることである。

唾液を試料とする方法の長所は、唾液の採取に資格は必要なく、侵襲がほとんどないことである。短所は、飲食、視覚刺激、心理変化などで唾液の分泌速度が変化しやすいため、採取条件の統制が必要なことである。

### C-2 研究指導名：健康行動科学（岡 浩一朗）

・日本の高齢者を対象に行われた調査データに基づき、高齢者の歩数が減り続けていることや、運動習慣者が十分ではないこと、さらには座位時間が長い高齢者が多いことへ言及があると良い

・高齢者における身体活動不足や座りすぎが、認知機能の低下や認知症の発症リスクを高めていることについて、観察研究（前向きコホート研究など）の結果を踏まえて解説できていることが望ましい

・身体活動不足・座りすぎ解消のための介入研究（ランダム化比較試験など）の成果の紹介があっても良い

・観察研究や介入研究のまとめ（システマティックレビューやメタアナリシス、アンブレラレビュー）による成果に言及できていれば、なお望ましい

### C-3 研究指導名：スポーツ整形外科学（金岡 恒治）

屈曲動作の繰り返しによって発生する腰部障害としては腰椎椎間板障害や筋筋膜性腰痛が挙げられる。これらの発生を予防するためには骨盤が前傾した状態での運動が行えるように、体幹筋群の適切な活動やハムストリングスの柔軟性維持が求められる。

### C-4 研究指導名：予防医学（鈴木 克彦）

運動誘発性筋損傷はスポーツの現場でよく経験される。

特徴としては、不慣れな運動の数日後に遅れて生じる筋肉痛に代表される症状で、機序としては炎症の関与が有力視されている。対策についても、炎症を軽減する対処法を挙げて機序を説明できれば科学的論述となる。

#### C-5 研究指導名：アスレティックトレーニング（広瀬 統一）

アスレティックトレーニング学の基礎および応用的知識をもとに、設問に対して論理的に回答できていること。

#### C-6 研究指導名：筋生物学（秋本 崇之）

運動によるヘルスベネフィットおよびその分子メカニズムを正しく理解し、適切な用語を用いて論述していること。

#### C-7 研究指導名：運動代謝学（宮下 政司）

運動や食事が代謝性疾患の予防や改善に及ぼす影響を理論的に説明できていることに加え、運動の種類、頻度、強度、時間や食事の質やタイミング等について、考慮しながら記述できていることが望ましい。

#### C-8 研究指導名：運動器スポーツ機能解剖学（熊井 司）

- ・運動器に発生する代表的なスポーツ障害に関する設問に対し、設問内容を正しく理解し、適切な用語を用いて論理的に説明（解答）がなされているかについて評価を行う。
- ・運動器機能解剖学的な視点から、オーバークース障害の一つである腱・靭帯付着部症についての病態、治療、予防法について、その根拠とともに具体的に述べられているかについて評価を行う。

#### C-9 研究指導名：健康教育学（石井 香織）

子どもの健康問題の現状をどの程度理解しているか、また健康教育学分野における理論を示し、その理論について適切に説明し、応用し記述しているかが解答のポイントである。

#### C-10 研究指導名：スポーツ神経精神医学（西多 昌規）

##### 1. メラトニン分泌・深部体温の概日変動と測定方法

ヒトの概日リズムは視交叉上核を中枢とする内因性リズムであり、メラトニンは夜間に分泌が増加し入眠促進の指標となる。一方、深部体温は夜間に最低値、夕方に最高値を示し、覚醒水準と密接に関連する。測定法として、メラトニンは唾液・血中・尿中測定があり、位相評価に有用だが侵襲性や環境制御が課題である。深部体温は直腸温、鼓膜温、推定体温などが用いられ、連続測定が可能だが測定精度や被験者負担に限界がある。

##### 2. 生体リズムと運動パフォーマンス・応用

運動パフォーマンスは概日リズムの影響を受け、筋力・瞬発力・反応時間は深部体温が高い夕方に最大となることが多く報告されている。これには神経筋興奮性や代謝効率の変動が関与する。アスリートでは個人のクロノタイプや競技時刻を考慮し、トレーニング時間を最

適化することが重要である。また、時差や夜間試合への対応として、光曝露調整や睡眠・仮眠戦略を組み合わせたリズム調整が、競技力維持に有効であると考えられる。

#### **C-11 研究指導名：スポーツ疫学（澤田 亨）**

以下の点を評価のポイントとする。

1. 「システマティックレビュー」について理解していること。
2. 「メタアナリシス」について理解していること。
3. 「システマティックレビュー」と「メタアナリシス」の関係を理解していること。

#### **C-12 研究指導名：アスレティックパフォーマンス（平山 邦明）**

ストレングス&コンディショニングとその基礎学問であるバイオメカニクスや運動生理学等の知識に基づき、設定された課題に解答できているか。

#### **C-13 研究指導名：環境運動生理学（細川 由梨）**

酷暑環境下における人の体温調節メカニズムについて理解した上で、「暑さ指数（WBGT）＝31」相当の環境負荷が人体に及ぼす影響とその解釈について、生理学的観点のみならず、社会的背景も踏まえ具体的に論述されていること。

#### **C-14 研究指導名：スポーツ生化学・遺伝学（谷澤 薫平）**

持久性トレーニングに伴う筋細胞内の環境変化を起点として、細胞内シグナルの活性化、転写調節を経てミトコンドリア生合成に至るまでの一連の機構を、AMPK や PGC-1 $\alpha$  などの主要な分子を適宜紹介しながら説明していること。

#### **C-15 研究指導名：スポーツ生理学（前田 清司）**

漸増運動負荷による心拍数、1回拍出量、心拍出量の動態について、適切に論述されていること。

#### **C-16 研究指導名：応用生理学（宮地 元彦）**

「BMI が 28 程度の肥満の方が、5kg 程度の減量（体重の減少）に取り組む際に注意すべき点について、身体活動と食事の両面から述べなさい。」との設問に対し、5kg の体重減少のために約 35,000kcal の負のエネルギー出納が必要であること、それを身体活動の増加によるエネルギー消費量の増加と、食事制限によるエネルギー摂取量の減少とで、どのように按分するかについて述べる必要がある。

身体活動によるエネルギー消費を、メッツの概念などを活用して、正確に算出されていること、どの運動の種類がより多くのエネルギーを消費できるかなどについて記述されることが望ましい。また、食事制限に関しても、どのような食品のエネルギー密度が高いのか、量

に置き換えるとどの程度か、肥満者に多く見られる脂質異常や高血糖などの予防・改善が期待できるか、などを考慮して記述されることが望ましい。

**C-17 研究指導名：ハイパフォーマンス科学（宮本 直和）**

筋内膜、筋周膜、筋外膜の違いを、適切な用語を用いて正確に説明できていること。また、それらが力発揮特性や外傷などどのように関連しているのかについて具体例（例：RFD、肉離れ）を挙げながら論述できていること。

## D. 身体運動科学研究領域

### D-1 研究指導名：生体ダイナミクス（川上 泰雄）

骨格筋の形態的な特性と、筋力・筋パワー発揮を中心とした機能特性との間の関連性について、解剖学的な背景や、筋収縮が関節運動に至るプロセスが記述されていることが求められる。また、骨格筋の形態的・機能的特性と両者の連関の可塑性に関して、プラスの側面（トレーニング効果）とマイナスの側面（不活動の影響）についての知見を正確にまとめていることが求められる。

### D-2 研究指導名：スポーツ心理学（正木 宏明）

運動学習の神経基盤が学習課題によって異なることについて過去の研究知見に基づき、学習課題を適宜例示しながら説明していること。多くの運動学習が問題文中の脳部位と関わりを持つ一方で、例えば、系列学習であれば大脳基底核の関与がより大きいこと、適応学習であれば小脳の関与がより大きいこと、これらの関与は学習の初期と後期で異なること、予測誤差との関係であれば前部帯状回が関与すること、等への言及が想定される。

### D-3 研究指導名：統合運動神経生理学（宝田 雄大）

#### A. 潜在筋力（「火事場の馬鹿力」）

本設問では、極限状況で通常以上の筋力が発揮される背景について論じることを求めています。答案作成にあたり、以下の2点を押さえるとよいでしょう。

- ・中枢からの出力が高まること  
極限状況では、情動や覚醒の変化により、脳から筋への指令が通常より強まると考えられる。
- ・神経系全体の働きが一時的に高まること  
危機的状況では、神経系の活動水準が急激に上昇し、筋力発揮が増大しやすくなると考えられる。

#### B. 追加的な運動単位の動員を引き起こすトレーニング法（加圧以外）

本設問では、より多くの運動単位を働かせるためのトレーニング方法について論じることを求めています。答案作成にあたり、以下の3点を押さえるとよいでしょう。

- ・大きな力を必要とする条件をつくる  
力の要求が高まる状況では、より多くの運動単位が働く。
- ・高い速度や出力を求める条件をつくる  
短時間で大きな力を必要とする状況では、より高い能力をもつ運動単位が働く。
- ・疲労を利用して動員を促す  
反復により疲労が蓄積すると、通常は働かない運動単位が追加的に働く。

**D-4 研究指導名：バイオメカニクス（矢内 利政）**

関節で連結された多数の部位から構成される身体が、どのように連携して機能するかを正しく理解し、その特徴を力学的に説明していること。

**D-5 研究指導名：スポーツ栄養学（田口 素子）**

具体的な方策について正しく理解し、適切な語句を用いて記述していること。

**D-6 研究指導名：運動生理学（林 直亨）**

心拍出量の調節について、心拍数および心拍出量の調節メカニズムを中心として論述すること。その後、運動時の心拍出量増加を酸素摂取量増加に応じるための応答として論述すること。フィックの原理の理解が分かるように記述することが望まれる。

## E. コーチング科学研究領域

### E-1 研究指導名：走運動・コーチング科学（磯 繁雄）

対象選手の走能力を基準に期間内のトレーニング視点及び具体的な計画等を含めて述べていること。

### E-2 研究指導名：トップスポーツコーチング（奥野 景介）

ハイパフォーマンスのコーチ育成・養成のパスウェイを具体例を挙げて説明すること。

### E-3 研究指導名：スポーツコーチング学（土屋 純）

発育発達の段階ごとに運動技能と体力の特徴が正しく記述され、合わせてそれぞれの段階においてふさわしいコーチングのあり方を、望ましい働きかけをもとに記述していること。

### E-4 研究指導名：コーチングとこころの科学（堀野 博幸）

コーチングに携わる際に、コーチの「コーチング哲学」は非常に重要となる。なぜなら、コーチングでは、プレーヤーとコーチやスタッフ、他のアントラージュの間で多様な事象が生起する。その際に場当たりの対応に陥らず、自身のコーチング哲学に基づきを判断し行動していくことが求められる。

### E-5 研究指導名：トレーニング科学（岡田 純一）

現場での実践を科学的に説明するあるいは、科学的知見を実践場面でどのように活用していくのかなど、トレーニングに関する科学的基礎知識の応用力を求めている。

### E-6 研究指導名：チームスポーツコーチング論（松井 泰二）

チームスポーツと個人スポーツにおいての本質を理解していること。

さらには、チームスポーツの特徴は、個人スポーツと異なり、個人スキルばかりでなく、チームあるいはグループなどの多くのシステムを構築しなければならない。そのシステムをきめ細かくかつ多く構築することが重要である。そしてそのシステムを実践できるかがチームパフォーマンスを左右する。その点について具体例を挙げながら説明できること。

### E-7 研究指導名：武道のコーチング学（射手矢 岬）

<出題意図>

- 1) 事故防止の重要性：柔道では頭部外傷や頸部損傷などの重大事故（死亡・高度障害）のリスクがある。
- 2) 受け身の役割：特に頭部を守るためには、「受け」が効果的に受け身をとることが重要である。

3) 指導者の責務：上記を防ぐため、指導者（コーチ）を目指す者は効果的な受け身の指導法を理解していなければならない。

<解答のポイントあるいは評価のポイント>

1) 基本動作の理解

頭部外傷を防ぐための受け身（特に後方への受け身）のメカニズムと動作を説明できているか。

2) 段階的な指導法（3～5段階）技能レベルに合わせ、以下のステップ等を用いて指導法を構成できているか。

1.単独動作：一人で行う基本の受け身

2.対人動作：想定内の技で投げられる時の受け身

3.応用場面：連絡技で投げられた時の対応など

4.実戦場面（乱取や試合）：技を返された時の対応など

**E-8 研究指導名：冬季スポーツコーチング学（藤田 善也）**

冬季スポーツに関する先行研究が正しく概説できていること。また、研究で得られる知見をコーチング場面に応用するには、指導者が学習者に対して直接その知見を述べるだけでなく、学習者のレベルに合わせた指導が必要となる。これらを踏まえたコーチングへの示唆が述べられていること。

※お問い合わせいただいた内容は本学において確認いたしますが、個別の回答は行っておりませんので、ご了承ください。解答や得点に影響があると判断した場合は、入学センターWebサイトに掲載いたします。

以上

お問い合わせ先：早稲田大学入学センター

[nyusi@list.waseda.jp](mailto:nyusi@list.waseda.jp)