

日本福祉大学大学院

スポーツ科学研究科 スポーツ科学専攻 修士課程

2026年度 第2期入学試験問題

【英語（一般入試）】

問1

【出題の意図】

本問題は、大学院において、スポーツ科学の人文・社会科学領域の研究を遂行する上で基礎となる英文読解力および基礎的知識の理解状況を評価することを目的としている。具体的には英語圏の大学で使用されるテキストの序論を素材とすることで、専門的内容を含む英文を正確に読み取り、その主旨や基本的概念を適切に把握する能力を確認することを意図している。

【解答例】

ここ数十年の間に、スポーツは社会的重要性と注目度の両面において急速に拡大してきた。経済的には、「スポーツ産業」は著しく成長しており、特に主要なプロスポーツリーグや競技大会が、自らのイベントのテレビ放映権をますます巨額の金額で販売していることがその背景に挙げられる。政治的には、有力なスポーツ関係者が力を持った政治関係者と交流する機会が増加している一方で、都市や国はスポーツチームやイベントの開催を通じて自らを売り込み、ブランド化しようとしている。文化的には、スポーツはますますメディアの急速な拡大、特に国内および国境を越えて提供される有料テレビサービスの発展を牽引する重要な要因となってきた。さらに社会的には、スポーツは日常的な公共の言説の多くを占めるとともに、私たちの社会的アイデンティティの多くを支える基盤ともなっている。

問2

【出題の意図】

大学院でスポーツ科学に関する研究を遂行するにあたり、トレーニングを構成する3つの要素（ウォームアップ、運動、クールダウン）についての基本的な理解度を確認することを意図している。

【解答例】

すべてのトレーニングセッションは、(1) ウォームアップ、(2) 運動（ワークアウト）、(3) クールダウンという3つの構成要素から成り立っている。トレーニング前にウォームアップを行うことは、主に2つの目的がある。第1に、ウォームアップ運動はトレーニング中の心拍出量と骨格筋血流量を増加させる。第2に、ウォームアップ活動は筋温を上昇させ、酵素活性を高める。ウォームアップの長さは、環境条件やトレーニング活動の性質にもよるが、一般的には10～20分間である。限られたデータしか存在しないが、最近のレビュー（総説）では、適切なウォームアップは、筋の過剰な伸展や緊張による損傷の可能性を減らし、身体能力を改善する可能性がある結論付けている。しかしながら、ウォームアップが運動誘発性の損傷を防げるかどうかを明確に証明するには、さらなる研究が必要である。