

## Y.E 早稲田大学大学院 スポーツ科学研究科 コーチング科学研究領域 ボールゲーム戦術戦略論研究指導

### 早稲田大学

#### スポーツ科学部 スポーツ科学科卒

大学生活を振り返って、充実した毎日を送ることができた4年間でした。

高校卒業後、幼少期からバスケットボールに夢中に取り組み、プロの道に進む選択肢もありましたが、大学に進学することを選びました。私が早稲田大学進学を希望した理由としては、競技人生は短いもので、その後のセカンドキャリアのことも考えたためでした。大学として高いレベルにある早稲田大学で多様な知識を得、今後の人生に何か活かせること、役立つことはないかと思い、文武両道で励みたいと考えたからでした。実際に大学生活を通して、学業の面ではスポーツ科学部に所属し、スポーツについて科学的に幅広い観点で考え、知識を深めることができました。具体的には、2学年次からコースを選択するため、私はトレーナーコースに所属し、トレーナーについて深く学びました。その中で学んだことを自分自身の競技に活かすため、コンディショニング、バイオメカニクス、生理学、解剖学、スポーツ医学等の知識を深める学習に励みました。早稲田大学には著名な教授が多数在籍されていますが、演習では腰椎脊椎について専門のドクターでもある教授のゼミに所属しました。自分自身が受傷した経験のある外傷について専門的な知識を得、ケガの予防法やメカニズムについて知識を深めることができました。また、その知識を現場で実践できているため、貴重な時間を過ごすことができたと感じています。

資格に関しては、教員免許の取得のために教職課程科目の学習にも励みました。教育実習では、母校で実習をさせていただき、教育や組織、先生・生徒両間での関わりなど、どのように良い学習環境を整え、円滑に行うかということ学びました。3週間という短い期間でしたが、毎日濃い時間を過ごし、貴重な経験となりました。

競技の面では、バスケットボール部に所属し、1学年次からほとんどフル出場し、最終学年ではキャプテンを務め、様々なことを学び経験することができました。4学年次はケガでプレーをすることはできませんでしたが、リーダーシップを発揮し、持っている知識と経験をもとにチームのサポートに努め、人間力とIQを高めることにつながったと考えます。バスケットボールを普段とは違う角度から見て今まで気づけなかったことに気づき、新たに学ぶ良い機会ともなりました。リハビリやトレーニング、練習でも、家族をはじめ、素晴らしいサポートスタッフの方々と環境に恵まれた中で毎日自分と向き合いながら取り組むことができました。また、5x5、3x3 共に日本代表として活動し、様々な国に遠征や試合に行き、世界の国々と競技を通して、国際交流を楽しむことができました。その中で、様々な国の文化や価値観の違いについても学ぶことができ、バスケットボールの本質に触れて洞察力を磨く良い経験と機会になりました。

大学卒業後は、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科に進学し、コーチング科学について学んでいます。海外での活動も視野に入れているため、英語の学習にも取り組んでいます。今後は、文武両道で取り組みながら、グローバルに競技、出会い、成長を楽しみ続けたいと考えています。