

## 用語索引

### あ

アイスバック ……99,100,101  
 アイソキネティクス ……68,69  
 アイソトニクス ……68,69,70  
 アイソメトリクス ……68,69  
 アキレス腱断裂 ……84,86,87  
 足関節捻挫 ……84,85,86,87,137  
 アスリートの食事の基本形 ……111  
 アスレティシズム ……40  
 新しい公共 ……159,160,162,165  
 アマチュアリズム ……40,41,42,50  
 アマチュア規定 ……41  
 アミノ酸 ……105,106,107  
 アミノ酸スコア ……105,106  
 表すスポーツ ……43  
 安全確保 ……121,122,123,124,126  
 育成母集団 ……168  
 偉大なる者の劇場 ……39  
 一次救命処置 ……88,89,90,94,95  
 一貫指導 ……142,147,162,163  
 一貫指導システム ……163  
 インスリン抵抗性増大 ……74  
 インターバルトレーニング ……64,65,70  
 インダストリアル・エコノミー ……42  
 植え込み型除細動器 ……76,94  
 ウォーミングアップ ……23,62,63,87,119  
 ウォームダウン ……62,63  
 運動感覚 ……130,146  
 運動嫌い ……132,133  
 運動コントロール能力 ……133,134  
 運動施設の点検 ……122  
 運動衝動 ……143,144  
 運動好き ……132,133  
 運動性貧血 ……79  
 運動の多様性 ……133  
 運動文化 ……38  
 運動無力感 ……132,133  
 運動有能感 ……132,133  
 運動誘発性ぜん息 ……139  
 運動浪費 ……143,144  
 AED (自動体外式除細動器)  
 ……88,89,90,91,92,93,94,95,97  
 栄養アセスメント ……109,110  
 SSFレポート ……43  
 エチケット ……47,48,158,164  
 NPO法人 ……165,166  
 エネルギー系 ……54,55  
 エネルギー消費量 ……69,107,110  
 エネルギー必要量 ……107,110  
 MRI ……86,87  
 エリートスポーツ ……42  
 LBM ……108  
 塩化ナトリウム ……107  
 オートクライン ……26  
 オーバートレーニング ……55,79,80,81,82  
 オーバーロード ……59,64  
 オスグット (オスグッド) 病 ……86,87,138,139

### か

オリンピックの意義 ……41  
 回復体位 ……88,90,92,96  
 開放性骨折 ……102  
 開放性脱臼 ……102  
 カゼ症候群 ……139  
 課題志向的雰囲気 ……133  
 肩関節脱臼 ……84,86,87  
 カルシウム ……106,107,109,147  
 カルチュラル・エコノミー ……42  
 加齢現象 ……72  
 関節内遊離体 ……86  
 冠動脈奇形 ……76  
 企業スポーツ ……43  
 基礎代謝量 ……108,110,131  
 基礎的運動パターン ……143  
 基本的な食事 ……110  
 喫煙の影響 ……75  
 気づき ……26  
 機能 ……54,55,58,69,70,72,73,74,98,134,140  
 寄附文化 ……166  
 QOL (クオリティ・オブ・ライフ) ……37,75  
 救急蘇生法 ……88,89  
 QT延長症候群 ……76  
 救命の連鎖 ……88  
 協応能力 ……58  
 競技規則 ……48  
 競技者育成プログラム ……30  
 競技力開発システム ……42  
 胸骨圧迫 ……88,90,91,92,93,94,95  
 協調性 ……54,55,58  
 拒食症 ……147  
 筋持久力 ……59,61,65,69,70  
 筋持久力トレーニング ……70  
 筋収縮時間 ……130  
 禁止薬物等の使用 ……21  
 近代オリンピック ……40  
 近代スポーツ ……36,39,40,41,44  
 近代スポーツ思想 ……41  
 近代スポーツの祭典 ……44  
 筋力 ……54,55,56,59,61,65,66,67,68,69,74,  
 75,86,108,130,131,138,145,146  
 口対口人工呼吸 ……92  
 クーリングダウン ……62,87,124  
 グッド・ルーザー (goodloser) ……51  
 クラブハウス ……162  
 クラブマネジャー ……162,164  
 クラブライフ ……162,163  
 グリコーゲン貯蔵量 ……110  
 クルエル・スポーツ ……39  
 グローバル化 ……42  
 経過管理 ……24,25  
 頸髄損傷 ……84,86,87  
 形態 ……54,55,64,65,66,70,74,163  
 頸椎損傷 ……96  
 頸椎捻挫 ……86,87  
 月経随伴症状 ……147

### さ

健康の定義 ……72  
 高温順化 ……141  
 広義の体力概念 ……54  
 構築物の点検 ……124  
 行動体力 ……54,55,75  
 公認スポーツ指導者総合保険制度 ……126  
 高齢社会 ……73,176  
 コーチング ……24,25,26,27  
 ゴールデンエイジ ……143,144  
 ゴールデンプラン ……37  
 国際オリンピック委員会 (IOC) ……29,52  
 国際競技 ……40,41  
 国際体育・スポーツ評議会 ……46  
 五大栄養素 ……104  
 古代オリンピック ……38  
 骨粗鬆症 ……55,84  
 骨端線 ……84,135,138,139  
 骨密度 ……75  
 コマーシャリズム ……42  
 コミュニケーションスキル ……16  
 コミュニティの核 ……160,162,163,165  
 コントロール系 ……58,130  
 サークットトレーニング ……65,70  
 最大酸素摂取量 ……70,73,131  
 鎖骨骨折 ……85,86,87,137  
 支えるスポーツ ……43  
 参加資格規定 ……48  
 CCU ……97  
 持久力 ……54,55,56,58,59,61,72,145,146  
 時期を得た専門化 ……145  
 市区町村スポーツ少年団 ……168  
 止血 ……96  
 自己概念 ……132  
 仕事量 ……55,56  
 脂質 ……57,74,104,105,107,109  
 脂質の摂取目安量 ……109  
 思春期 ……94,128,129,131,134  
 思春期発育スパート期 ……128  
 死戦期呼吸 ……91,95  
 持続性トレーニング ……65,70  
 湿球黒球温度 (WBGT) ……78  
 失神発作 ……76  
 指定管理事業 ……165  
 児童期 ……132,133,134  
 指導者の位置 ……126  
 指導プログラム ……117,118  
 脂肪酸 ……105  
 若年発症性冠動脈疾患 ……76  
 ジャンパー膝 ……86,87  
 週間計画 ……118,119  
 重傷外傷 ……84  
 柔軟性 ……54,55,58,87  
 瞬発力 ……130,131  
 生涯スポーツ論 ……37  
 生涯発達 ……134  
 初期対応 ……88,89,97

商業化	50
脂溶性ビタミン	105,106,107,109
小児用電極パット	92,95
食物繊維	104,111
除細動	88,92,93
除脂肪体重	55,107,108,129
心筋炎	76,139
人工呼吸	88,90,91,92,95
心室細動	76,77,92,93
シンスプリント	87,139
心臓(性)突然死	76,92
身体活動レベル	107,108
身体組成	55,107,110
靭帯損傷	83,84,86,87,136,138,140
身体的要素	54,74
身体文化	38,46
伸張 短縮サイクル	69
心停止	88,89,90,91,92,93,94
心肺蘇生法	95
心拍数	61,64,65,73,82,140
人類共通の文化	15
推定エネルギー必要量	107,110
随伴動作	143
水分摂取	111,112
水分補給	78,79,112,121,124,141
水溶性ビタミン	106,107,109
スウェーデン体操	40
頭蓋内血腫	84,86,87
スキヤモンの発育曲線	129
ステレオタイプ化	147
スパート期	60
スピードトレーニング	61,66
スピード持続	65
スポーツ・テクノロジー	41
スポーツ安全保険	83,126
スポーツを楽しむ権利	15
スポーツ改革	40
スポーツ活動の習慣化	55,163
スポーツ観	37,40,47,50
スポーツ規範	47,48,49
スポーツ基本計画	150,153,154,155,157,158,160
スポーツ基本法	43,150,151,152,153,154,155,156,157,159
スポーツ行政	150,151,157,158,165
スポーツ指導計画	114,115
スポーツ手段論	47
スポーツ需要	41
スポーツ振興基本計画	31,150,156,158,160
スポーツ振興法	150,153,158,159
スポーツ宣言	36,37
スポーツの経済化	41,42
スポーツの政治化	41
スポーツの大衆化	41,42
スポーツの多様化	37,42
スポーツの地理的・社会的拡大	36
スポーツのメディア化	42
スポーツ貧血	79,80
スポーツ物的事象	47,49
スポーツ分類論	42,43

スポーツマンシップ	40,42,43,44,45,46,47,48,49,50,51
スポーツ目的論	47
スポーツライフ	103,159,162
スポーツライフの構築	18
スポーツ立国戦略	43,150,153,159
スポーツ立国の実現	16
精神的要素	54,74
成績志向的雰囲気	133
制度責任	52
性ホルモン	105
世界ドーピング防止機構 (WorldAnti-DopingAgency:WADA)	52
世界共通文化	40
セクシュアルハラスメント	21
積極的休息(アクティブ・リカバリー)	62
積極的傾聴	27
設備の点検	125
全国高等学校体育連盟	152
前十字靭帯	87
舟状骨	86,87,137
全身持久力	58,64,65,90
全身持久カトレーニング	70
ぜん息	139
総合型地域スポーツクラブ	149,155,158, 159,160,161,162,163,165,166,167,168
総合的温熱指数	78
僧帽弁逸脱症	76
即座の習得	144,145
速筋線維	130,131

**た**

体温調節	54,78,110,111
体内水分	111
体力の3次元展開図	56
脱水症	112,141
WPW症候群	76
多様性練習効果	133
タレント性	147
タレント発掘	29,30,31
単位スポーツ少年団	167,168,169
短縮性筋収縮	68
炭水化物	104
弾性エネルギー	67
たんぱく質	80,104,105,106,107,108,109,129
たんぱく質同化作用	129
たんぱく質の摂取目安量	107
地域スポーツクラブ	164
遅筋線維	130,131
致死性不整脈	92
窒息のサイン	94
中性脂肪	74,105
超回復	81
長期計画	117,119
椎間板ヘルニア	138
突き指	84,86,137
ツルネン	40
低血糖	141
鉄	107,109
鉄欠乏性貧血	80,140
テニス肘	86

デポルターレ	36
デンマーク体操	40
動作開始時間	130
糖質	73,104,108,109,111
等尺性筋収縮	68
等速性筋収縮	68
等張力性筋収縮	68
頭部後屈あご先拳法	91,92
ドーピング	21,42,48,49,51,52
ドーピング防止	52,156,157
トーマス・アーノルド	39
突然死	76,77,89
toto(スポーツ振興くじ)	43
都道府県スポーツ少年団	167,168
都道府県体育協会	168
トレーニング期	109,118
トレーニング機器	116
トレーニング機器の点検	121
トレーニング処方	61,62
トレーニングの原則	60
トレーニングの原理	59

**な**

内科的急性障害	76,77
内科的スポーツ障害	76
内科的慢性障害	79
内側側副靭帯	86
内発的動機づけ	132,134
ナトリウム	107
肉離れ	83,86
二次救命処置	88
日間メニュー	119
日本アンチ・ドーピング機構 (JapanAnti-DopingAgency:JADA)	52
日本オリンピック委員会(JOC)	31,52
日本障害者スポーツ協会	52
日本人の食事摂取基準	107,109
日本スポーツ少年団	167,168
日本スポーツ仲裁機構 (JapanSportsArbitrationAgency:JSAA)	52
日本体育協会	52,78,167
日本プロスポーツ協会	52
認定NPO法人	166
熱けいれん	78,79
熱失神(heatsyncope)	78,79,112
熱射病(heatstroke)	77,78,79,112
熱中症	76,77,78,79,97,112
熱疲労(heatexhaustion)	78,79,112
年間最大目標	114,117
脳震盪	86
脳貧血	140
望ましいスポーツ指導者像	14

**は**

バーナー症候群	86
バーンアウト	140,163
バイスタンダー	88
ハイ・パワー	57
バイタルサイン	140
背部叩打法	94
馬上槍試合	39

発達の複合性	134
パフォーマンス	28,47,51,54,55,58,60,62,81,104,109,112,114,147
パブリックスクール	39
パラストラ	38
ハラスメント	20
パワー	55,56,57,58,61,67,68,143
パワートレーニング	61,67
半月板損傷	87
ハンディキャップ	48
反動動作	67,68
PHV年齢	72,128,129,131
ピークフロメーター	140
膝靭帯半月損傷	84
膝前十字靭帯	87
肥大型心筋症	76
ビタミン	104,106,107,109,111
ビタミンA	109
ビタミンB1	109
ビタミンB2	109
ビタミンC	80,109
ビタミンE	109
必須アミノ酸	105
疲労骨折	87,138,139,147
貧血	62,79,80,81,110,140
敏捷性	58,75
フェアネス	47,49,50,51,52
フェアプレー	37,40,45,46,47,48,49,50,51
吹き込み時間	92
福祉政策	41
腹部突き上げ法（ハイムリック法）	94
不整脈原性右室心筋症	76
フットボラーズアングル	86,87
プライオメトリクス	68
ブレ・ゴールデンエイジ	143,144,145
プレーヤーの観察	123,124
プロフェッショナル	50
プロ化	42,50
平衡性	55,59
ペーシング	27
防衛体力	54,55,74
POMS (profileofmoodstatus)	81

## ま

マーケティング戦略	42
マナー	47,48,164
Marfan症候群	76,77
三菱化学BCL	52
ミドル・パワー	57
ミネラル	104,107,108,109,111
見るスポーツ	43
無酸素運動	61
無脈性心室頻拍	92,93
燃え尽き症候群	140,163
モブ・フットボール	39

## や

野球肩	86
野球肘	86,138
遊戯の性格	36
有酸素運動	61,70

有酸素的運動能力	64
有酸素的エネルギー	131
ユネスコ	46
用具の点検	124,125
溶血性貧血	80
幼児期	130,131,132,133,134,157
腰椎椎間板ヘルニア	86,138
腰椎分離症	86,138
ヨーロッパ・みんなのスポーツ憲章	37

## ら

RICE	87,96
ライフスタイル・スポーツ論	37
ライフステージ・スポーツ論	37
リーダー	34,44,116,168,169
リベラリズム	40
倫理的問題	20
ルール	24,40,44,47,48
レセプター	27
レベティショントレーニング	64,65,66
レベティションランニング	66
練習手段	114,117,118,119,120
練習の要素	118
練習メニュー	87,117,119,123
老化	72,73,134
老化期	72
ロー・パワー	57

## わ

我が国のスポーツ組織体制	151
--------------	-----