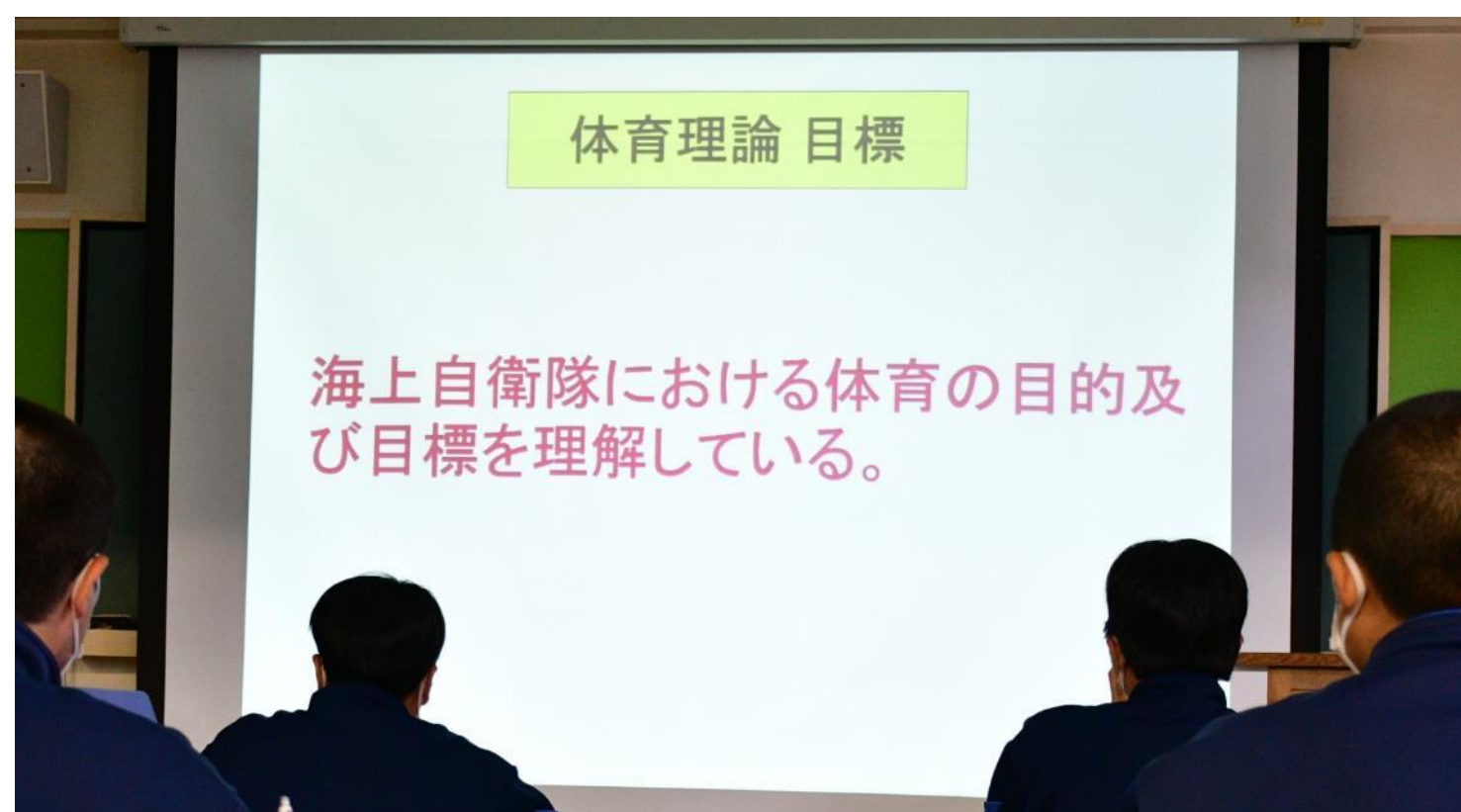
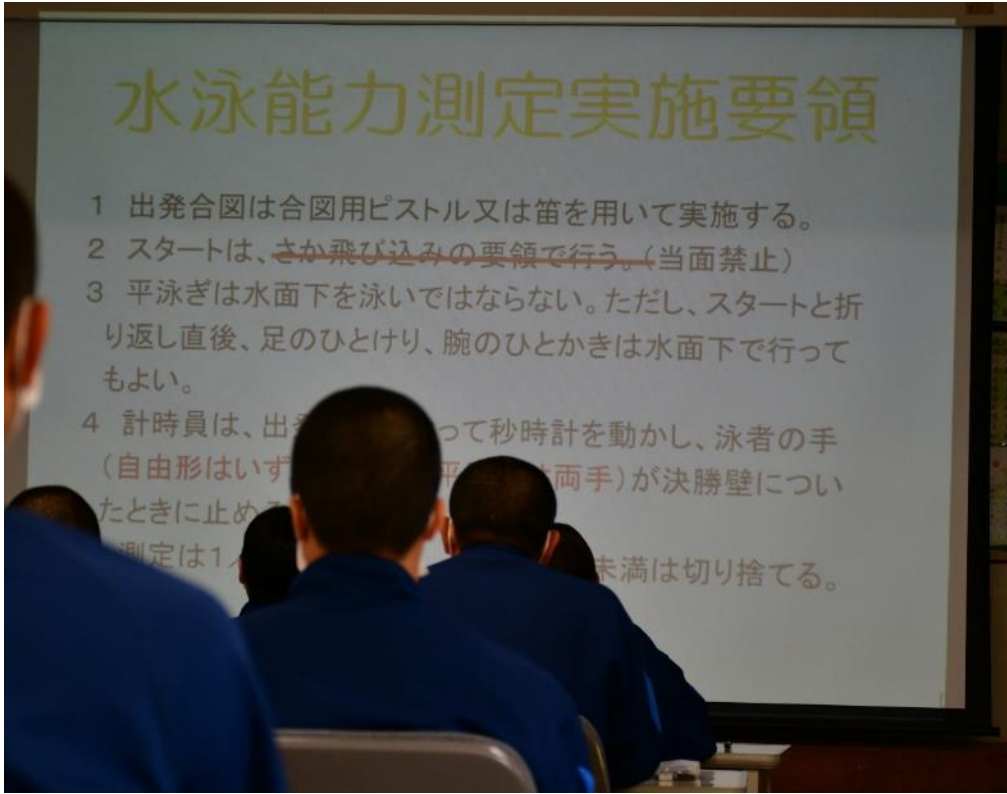
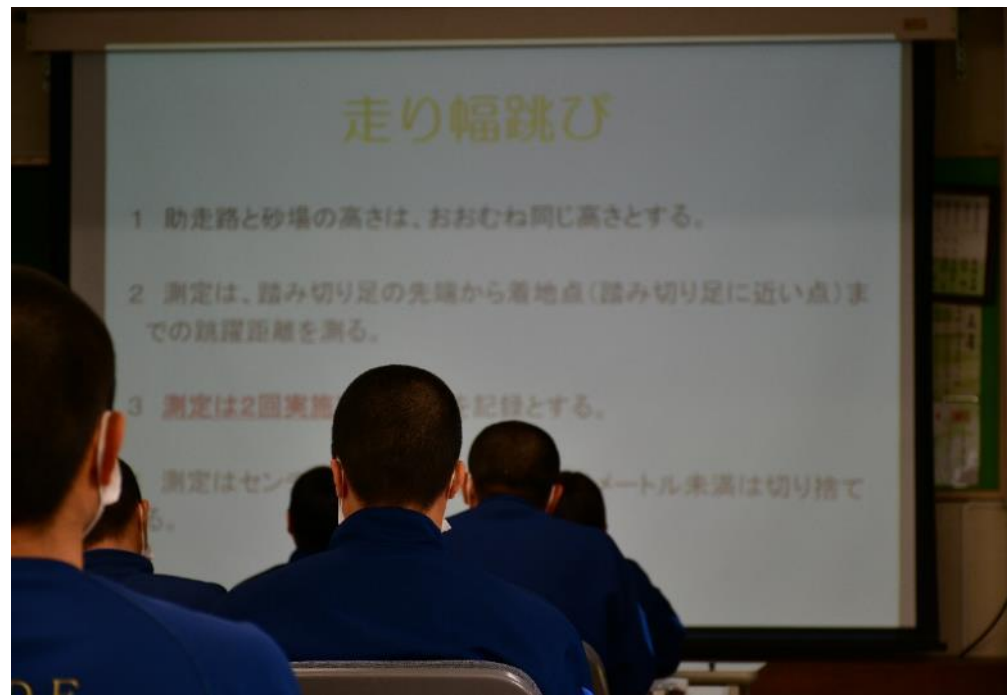




自衛官は、体力がないと務まらないなんてことは、言うまでもないことですが、自衛官として（我々、海上自衛官が）求められる体力について実はきちんとした基準があり、それに基づき職務として体育を実施しています。基準があるということは、当然ながらそれをクリアしなければならず、体力測定等も実施されます。

教育隊では学生達に、体力とは何か？ということから、海上自衛官として何故、どのような体力が必要なのか、そして満たすべき基準やトレーニングの原理に至るまで、一から教育していきます。





座学では海上自衛隊における体育の概要、体育施設利用上のルール、後日実施される体力測定の実施要領等の教育を受けました。

体力測定には運動能力測定と水泳能力測定があり、体育の必修種目に水泳があるのは海上自衛隊ならではのところとところです。命に直結することなので、泳げない学生に対しては一定の泳力が身につくまで体育教官が熱心に特別指導してくれます。(通称：赤帽訓練)





座学の後には、運動能力測定の実施要領をそれぞれ展示し、学生も実際にやってみて、やり方を確認しました。



使い終わったらお掃除です。みんなで使う体育施設なので大事に使いましょう。