

2020 年度スポーツ健康教育研究会報告

「コロナ禍における大学体育－甲南大学の取り組みについて－」

2020 年度の研究会では、「コロナ禍における大学体育」をテーマに本学での取り組みについて、新型コロナウイルス感染症拡大に配慮し、YouTube を使用したオンデマンド研究会（2 部構成）を実施しました。学内外の 69 名から申し込みがあり、視聴後に頂いたコメントを兼任研究員で共有し、2021 年度の保健体育科目の授業改善に役立てました。

配信期間

【第 1 部】2021 年 1 月 13 日（水）～1 月 19 日（火）

【第 2 部】2021 年 1 月 20 日（水）～1 月 26 日（火）

第 1 部

テーマ 1 本学の体育授業に関する対応

吉本 忠弘 准教授（共通教育センター准教授/ スポーツ・健康科学教育研究センター兼任教員）

新型コロナウイルス感染症に関する社会動向の中、本学における対応および、保健体育科目を実施する上での対応について時系列で報告が行われた。本学が開学した 1919 年は、奇しくも「スペイン風邪」のパンデミックの最中であった。創設者平生 鈞三郎の言葉「常ニ備ヘヨ」に示されるように、本研究会は、再び予測不可能な事態に直面した際の備えとしての機能が期待される。

テーマ 2 コロナ禍における大学体育－甲南大学の取り組みについて－

桂 豊 教授（共通教育センター教授/ スポーツ・健康科学教育研究センター兼任教員）

今年度は新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、体育においてもオンライン形式の授業形態を取り入れ、試行錯誤しながら授業を実施してきた。ここでは、1 年次必修科目である「基礎体育学演習」の授業についての発表がされた。この科目は、履修者約 2,000 名を 53 クラスに分け、教員 20 名によるチームティーチングにより実施されている。

対面授業ができなくなる中、授業構成を一部変え講義を前半に実施し様子を見たが、結果的に前期全ての授業が Web を活用した授業となった。実技については、授業としての学びを確保するために、テーマを設定して動画コンテンツを作成・配信し、そのテーマに沿った測定をプレ・ポストで実施し、運動の実施状況と自己の体力について分析するという課題に取り組むことにした。また、様々な学生がいることに配慮し、運動強度を選択できるようにした。こうした授業を実施するための実技動画を撮影・編集等の教員側の準備、また、学生達の Web を活用した授業へ適応するための苦労など、様々な問題をクリアしながら実施した内容が報告された。2021 年度の授業内容は、研究会での検討を反映して実施されている。

テーマ3 外出自粛期間中における新入生の身体活動量及び心理的ストレス反応について

曾我部 晋哉 教授（共通教育センター教授/ スポーツ・健康科学教育研究センター兼任教員）

2020年度の外出自粛期間中の身体活動量、並びに生活習慣と心理的ストレスの状況を把握することによって、今後も継続するであろうwithコロナの状況下での学生の身体的、精神的、社会的健康を増進するための、身体活動の意義を検討することを目的として、1年次必修科目である「基礎体育学演習」において国際標準化身体活動調査(IPAQ-short)及び心理的ストレス反応尺度(SRS-18)を実施し、その結果・考察が発表された。

COVID-19による外出自粛期間により、新入生の中高強度の身体活動量は0日が最も多かったが、歩行のような軽運動の実施については3日以上継続する者が多かった。一方で、座位や臥位で過ごす時間も長く、夜型の生活へ移行する傾向がみられた。また、心理的にも負の影響がもたらされた結果であった。

大学においては、次世代の社会を担う若者を輩出するために、健康を損なわず、可能性に満ちたそれぞれの人生を歩んでもらうべく、知識と実践の場を提供することが重要な使命であり、学生に対する身体活動量の確保の方策を考える必要が示された。