

新型コロナ禍における青山学院大学スポーツキャリアプログラム (AGU-SCP)

Aoyama Gakuin University Sports Career Program (AGU-SCP) under the COVID-19 Pandemic

<プロジェクト・メンバー>

佐藤 敏彦^{†1} 星川 精豪^{†2} 吉本 完明^{†3}

苅宿 俊文^{†1} 原 晋^{†4} 稲積 宏誠^{†1}

Satoh, Toshihiko^{†1} Hoshikawa, Seigo^{†2} Yoshimoto, Sadaaki^{†3}

Kariyado, Toshibumi^{†1} Hara, Susumu^{†4} Inazumi, Hiroshige^{†1}

^{†1} 青山学院大学 社会情報学部

School of Social Informatics, Aoyama Gakuin University

^{†2} 江戸川大学社会学部

College of Sociology, Edogawa University

^{†3} 青山学院大学 フィットネスセンター

Fitness center, Aoyama Gakuin University

^{†4} 青山学院大学 地球社会共生学部

School of Global Studies and Collaboration, Aoyama Gakuin University

キーワード：スポーツキャリアプログラム、プロジェクト演習、新型コロナ禍、オンライン授業、グループ学習

Keywords: Sports Career Program, Project-based Learning, COVID-19, Online Class, Group Work

1. はじめに

「アスリートの可能性を高め、未来に繋ぐ」、即ち、大学アスリートとしての競技成績の向上を支援するとともに、将来、社会に出たときのキャリアの選択肢を広げ、活躍できる能力を競技生活の経験を活かしながら身につけることを目的として、2015年度に青山学院大学スポーツキャリアプログラムは開講した。

プログラムでは、これからの少子高齢化社会あるいは高度情報化社会において求められる能力として「情報

分析能力」と「コミュニケーション能力」を取り上げ、スポーツとの関わりの中でこれら二つの能力を伸ばすことを目指している。科目は現在のところ9つの講義科目と6つの演習科目からなるが、各演習では講義で学んだ知識を元に、主にKJ法やホワイトボードを駆使したグループワークを用いて自ら課題解決の方法を考え、プレゼンテーションを行うことを主眼とし、プログラムの到達目標に対して一定の成果を挙げた。しかしながら今年度は新型コロナ禍の影響により、一部の演習科目を除き、オンラインでの実施を余儀なくされ対面でのグループワークが不可能になってしまった。本稿では、オンライン環境という限定さ

れた条件下で行った演習の概要を紹介し、その成果と課題を報告することを目的とする。

2. 2020年度の演習内容について

表1に今年度実施の演習をまとめた。科目としては6科目であるが、例年、男子バスケットボール部、女子バレーボール部、陸上競技部長距離部門については、原則全員参加により、別日程、別プログラムで実施している。陸上競技部長距離部門はこれまで夏休み期間中に実施していたが、今年度は前期日程が夏休みにずれ込んだため夏休み期間中の実施が困難となり、箱根駅伝終了後の実施となった。また、9月および12月の男子バスケットボール部特別演習を除く全ての演習はリアルタイムオンライン形式で実施することとなった。

表1. 2020年度実施演習の概要

科目名	日程	テーマ	実施方法	人数	その他
健康スポーツキャリア演習A	8月17,18,20日	新型コロナ禍における体調管理とトレーニングビデオ制作	リアルタイムオンライン形式	21	ビデオはYoutube等にアップ
男子バスケットボール部特別演習	9月3,4日、12月23,24日	個人及びチームのデータに基づいたパフォーマンス分析とそれに基づくトレーニング法の検討 画像解析アプリ「Splyza」を使用	対面	23	全体練習実施時のため感染予防に気を付けて対面での実施
スポーツビジネスキャリア演習A	9月7,8,10日	ビジネスの現状、キャリア選択、コーチング、ロジカルシンキング等について講義とグループワーク	リアルタイムオンライン形式	16	オンラインによりゲスト講師の参加が容易
生涯スポーツ演習	7月23,29,31日 8月18日、9月4,11,18日	青トレの動きを取り入れた青トレプロモーションビデオ企画案をグループで作成	リアルタイムオンライン形式	5	8/18のみ健康スポーツキャリア演習Aと合同で実施
健康スポーツキャリア演習B	11月14,21,28日	各所属部のスポーツ毎に必要な動きを抽出し、それに必要なトレーニングをグループで作成	リアルタイムオンライン形式	8	陸上長距離と女子バレー部を除く。Splyza使用
地域スポーツ演習	9月～1月毎月数回、2月1日～3日	アメフトチームのノジマ相模原ライズの活動支援を目的に応援サイトを立ち上げる	リアルタイムオンライン形式	5	インタビュー等の活動が制限
スポーツビジネスキャリア演習B	2月2,4,5日	スポーツデータ分析の現状を踏まえ、プロフットサルチームの選手データの分析ワーク	リアルタイムオンライン形式	12	
女子バレーボール部特別演習	2月3,4,5日	女子バレーボール部トレーニングに動画分析アプリをどのように活用できるかについてグループワーク	リアルタイムオンライン形式	15	Splyza使用
陸上競技部長距離ブロック特別演習	2月1,3,4,5日	駅伝トレーニングに動画分析アプリをどのように活用できるかについてグループワーク	リアルタイムオンライン形式	25	Splyza使用

オンラインでの実施にあたり、これまで行ってきたテーマ、内容で作成したシラバスは大幅に変更せざるを得なくなったが、各演習の到達目標はできるだけ変えることのないよう工夫した。「健康スポーツキャリア演習A、B」では、これまで体力測定データや健康診断データトレーニングや健康づくりに活かすため、実際の測定を行うことなどしながらグループワークを実施してきたが、今回は実際に体力測定を実施することが困難になったため、新型コロナ禍ならではの健康づくりやトレーニングのための動画作成とい

うソリューション（解決法）の企画に力点を置いた。また、「生涯スポーツ演習」、「地域スポーツ演習」では、本来ならば、地域の子供たちや中高年齢層の方々のスポーツ教室や健康づくり教室の企画・運営を実践形式で学ぶことを考えていたが、地域のイベントが軒並み中止になる中で予定どおり実施することは不可能になった。そのため、「生涯スポーツ演習」では、本学フィットネスセンターで実施している「青トレコンディショニング」を広く知らしめるためのプロモーションビデオ企画をテーマにした。また、現在進行中の「地域スポーツ演習」では、相模原市のホームタウンチームの一つであるアメリカンフットボールチームのノジマ相模原ライズの活動支援を目的として運営の課題を抽出した上で、いずれもオンラインで打ち合わせをしながらTwitterや応援ホームページの作成を開始している。

一方、「スポーツビジネスキャリア演習A、B」は、ほぼ昨年のテーマ内容のまま実施したが、オンラインという制約の中でどの程度再現できるかが課題となった。例年はグループ毎にホワイトボードやポストイットを用意し、議論を活発化させることを試みたり、データ分析のワークでは作業が進まないときには講師が指導して回って軌道修正することもできたが、オンラインではそれらが可能かどうか等の懸念が生じた。

男子バスケットボール部、女子バレーボール部、陸上競技部長距離部門に対する別日程の「特別演習」では、各部の課題を抽出した上で、傷害予防や、能力向上にデータ分析がどのように役立っているかを主なテーマとし、特に画像分析アプリのSplyza Teams[®]の使用法を学び、その活用法についてグループワークを行った（女子バレーボール部、陸上競技部長距離部門についてはリアルタイムオンラインで実施予定）。

リアルタイムオンラインでの演習の実施には多くの懸念があったが、何とかそれぞれの演習の当初の目的は達成できたと思われる。次項では「健康スポーツキャリア演習A」について、より詳細に紹介する。

3. 健康スポーツキャリア演習 A の実施概要

表 2 に夏期休暇中の 3 日間全日で実施した「健康スポーツキャリア演習 A」の実施概要を示す。参加者全 21 名の部活動別の内訳は、硬式野球部 8 名、サッカー部 3 名、残りはラグビー、アイスホッケー、スキー、チア、馬術、フィギュアスケート各 1 名、残りは未所属だった。目的は、新型コロナ禍の生活環境において不調を来しやすい部位を挙げ、その原因を考察すること、そして、それらを改善するためのトレーニングを考案し、オンラインで使用可能な動画をグループ毎（一グループ 4 名）に作成することとした。

2020 年度「健康スポーツキャリア演習 A」概要

【日時】2020 年 8 月 17 日（月）、18 日（火）、20 日（木） 全日

【場所】リアルタイムオンライン方式

【講師】佐藤敬彦、星川精豪、渡辺利信

【目的】

COVID-19 の感染拡大により、スポーツに関わる人々のみならず全ての国民の活動に大きな影響を及ぼしている。本実習では、現在の社会活動が制限された状況下において、アスリートあるいは一般国民の健康と運動能力や体力を如何にして維持していけばよいかを考案、「トレーニングコンテンツ」を企画開発する。

【内容】

1. COVID-19 パンデミックにより人々の生活がどのように変わったかを考える
2. 生活変化が人々の健康にどのような影響を及ぼしたかを考える
3. それらの影響がどのようなメカニズムで生じたかを考える
4. 影響を回復、あるいは影響を軽減するために、どのようなトレーニングをすればよいかを考える
5. COVID-19 についての情報を収集し、どのようにすれば感染リスクを減らすことができるかを考える
6. 上記より「感染リスク」を減らした上で実施可能なトレーニング方法を考える
7. 実施対象者を想定した上で、グループ毎に実際にトレーニングコンテンツを開発する。
8. それらをオンライン上で発表する。

【方法】オンライン上で「グループワーク」を実施する（ZOOM を利用）。1 グループは各 5 名とする。最終的なゴールは上記のとおり、「トレーニングメニュー」の開発である。「青トレ」等、既に開発されている様々なトレーニングメニューを参考にしながら作成し、Youtube に動画をアップする。

参考：「【青学陸上部トレーナーが教える】10 分で出来る！青トレコンディショニング！！」
<https://youtu.be/OXgLOWC5fGA>

図 1. 2020 年度「健康スポーツキャリア演習 A」概要

どのようなトレーニングビデオを作成すればよいかを検討、考案するまではオンライン上でも比較的問題なく実施できるものの、実際の動画作成をグループで作成するのは困難であることが予想されたが、硬式野球部部員はキャンパス内の寮において参加していることもあり、感染予防に留意し互いに助けながら動画撮影を実施できた（図 2a）。また、グループ内で動画撮影、ナレーション、キャプション等を分担することにより動画を完成させたグループもあった（図 2b）。



図 2a. 作成トレーニング動画（硬式野球部部員はキャンパス内から参加）

動画としての完成度やトレーニング内容の質にばらつきはあったものの、「ほぼ」オンライン環境という制限下において、すべてのグループが動画を完成させたということは期待を大きく上回る結果であり、教員側の予想以上に学生が動画アプリ等によるコミュニケーションに習熟していることを改めて知る機会となった。



図 2b. 作成トレーニング動画（自宅で自撮り、ナレーション、キャプションはそれぞれ別の学生が担当）

図 3 に今回の演習のアンケート結果を示した。設問内容は毎年同様としており、設問 3 の「今回の演習は現在のクラブ活動に役に立つと思うか」は、今回の演習の趣旨とは異なるところもあるため「あまりそう思わない」との回答が 3 名いた。また、設問 5 の「他の人に受講を進めるか」の「あまりそう思わない」の 1 名は、その理由として「トレーニングメニューを作るのが非常に大変だった」ことを挙げていた。アンケート全体としては昨年の演習後のアンケートとほぼ同様

の結果であり、リアルタイムオンラインでの実施においても受講者の満足度は比較的高かった。また自由記載欄では、ほとんどの学生が「動画作成」について触れており、「もっと時間があればより良いものが作れたのに」、「できないと思っていたが力を合わせ完成させられてよかった」、「よい経験だった」等の意見で占められた。

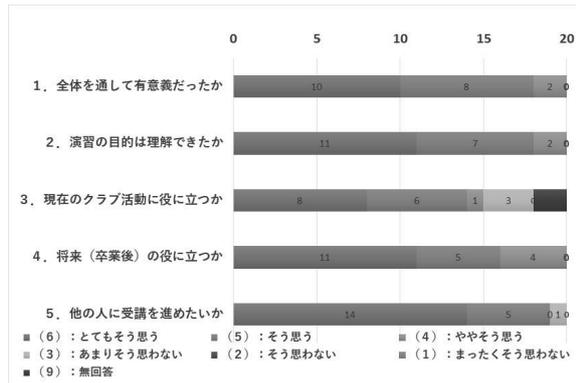


図3. 健康スポーツキャリア演習 A アンケート結果 (n=20)

4. まとめと今後の課題

新型コロナ禍により、ほとんどの演習がオンラインで実施せざるを得なくなったが、内容を一部変更することにより、受講者の満足度は例年と比較しても低下することはない。演習本来の目的を達することができたが、オンラインによる制約により、対面型のグループワークと比較すると自由闊達なグループディスカッションが制限された点は否めない。現在は在宅ワークやオンライン授業の拡がりにより、様々なオンライン上でのディスカッションを支援するための「オンラインホワイトボード」等のツールも開発され、利用できるようになっている。今後オンライン上でのグループワークをより実施しやすくする環境がさらに整えられることが予想されるため、それらを活用しながらオンラインにおいてもできるだけ対面での演習に近いものができるようにしていきたい。