

所属・氏名（ 健康スポーツ学部 健康スポーツ学科 氏名：佐伯若夏 ）

著書、学術論文等の名称	単著 共著 の別	発行又は発表 の年月	発行所、発表雑誌 等又は発表学会等 の名称	概 要
1 (学術論文) ボディタップダンスが女子高 校生の骨密度と身体機能に 及ぼす影響	単著	2021年9月	日本教育大学協会 令和2年度(2020年 度)専攻学生修士論 文推薦論文2020, 広島大学大学院教 育学研究科 令和2 年度教育学研究科 修士論文抄 pp.233-234 全396頁	若年期の女性でも意欲的・効果的に骨量を獲得 していくための運動として、リズムに合わせて主要 な関節部位に刺激を与えるボディタップダンスを 開発した。本研究は、運動頻度が週1回以下の 女子高校生79名を対象に、ボディタップダンスが 骨密度と運動機能に及ぼす効果を検証した。結 果、3カ月間のボディタップダンスの実施により骨 密度への有意な増加が認められた。
2 (学術論文) 自然な動作を引き出す創作ダ ンス学習(中等教育)の実践提 案 「創作映像ーダンスコラボレ ーション」学習による授業づくり の可能性	共著	2019年2月	広島国際大学総合 教育センター紀要 (特別号:スポーツ・ 体育・健康) pp.50-59 全74頁	本研究は動作を含む映像を生徒自ら創作・撮影 し、スクリーンに等身大になるよう投影しつつ、その 投影映像にタイミングを合わせて表現する。結 果、身体表現は、映像と反動的に動こうとすること で自然な動作が引き出せ、羞恥心の軽減にも効 果があった。また、投影映像を有効に活用するこ とを目指す過程で、工夫が重ねられ、多様な表現 を引き出すことに結実した。 共著者:佐伯若夏 崎田嘉寛 服部宏治
3 (学術論文) 創作ダンス授業(中等教育)に 授業肯定感と鑑賞力が創作ダ ンスに与える影響	共著	2019年2月	広島国際大学総合 教育センター紀要 (特別号:スポーツ・ 体育・健康) pp.40-49 全74頁	本研究は高校2年生のダンス授業を対象として、 教材肯定感と羞恥心、教材鑑賞力と表現創出の 関係を検証した。結果、ダンス教材に対する肯定 感の高さは、ダンス授業の恥ずかしさを軽減・払 拭させることに影響を及ぼす要因の一つになるこ とが示唆された。また、教材鑑賞力を高めること は、表現創出に有効に働くことが示唆された。 共著者:佐伯若夏 服部宏治
4 (学会発表) Effect of the on-demand SMILE exercise on bone strength and salivary immunoglobulin A	共著	2021年11月	Journal of science and medicine in sport, 24,(1), S72	This study examined the effects of the on-demand SMILE exercise on bone strength and salivary immunoglobulin A (SIgA) and 6-m fast gait speed. The on-demand SMILE exercise significantly increased SOS, SIgA, after 4 months. 6-m fast gait speed at the end of the study was significantly higher in the experimental group than in the control group. It was suggested that on-demand SMILE exercise is useful as fitness exercise for safely improving physical function and immunity even when the infection spreads. Co-author : S.Kurosaka, K.Honda, M.Okada, Y.Ikura, Y.Ishihara, M.takaura, T.Ueda, T.Deguchi, Y.Wang, <u>W.Saeki</u> , T.Yanaoka
5 (学会発表) 女子高校生における体力及 び身体機能と骨密度の関係 性	単著	2019年12月	広島体育学会広島 体育学研究第46巻 令和元年度広島体 育学会 研究発表 例会 pp.22 全22頁	骨量獲得に重要である女子高校生の運動経験 を調査し、具体的にどの運動種目や身体指標が 骨密度の増加に寄与するかを調査した。文部科 学省新体力テストの結果、ハンドボール投げ(瞬 発力)、20mシャトルラン(持久力)において骨密 度との相関関係がみられた。また、運動習慣の ないグループに対しては筋肉量や筋瞬発力の増 加が骨密度の増加の手段となることが明らかとな った。

令和 5年 6月 16日 現在