

R2年度学士課程主題別科目「運動と健康」における 授業方法の変更が学生の目標到達度評価および授業 評価に及ぼした影響

メタデータ	言語: ja 出版者: 公開日: 2022-02-01 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 佐橋, 由美, 小西, 智咲子, 倉益, 弥生, 田邊, 智, 田中, 励子, 坪内, 伸司 メールアドレス: 所属:
URL	https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4803

R2年度学士課程主題別科目「運動と健康」における授業方法の変更が学生の目標到達度評価および授業評価に及ぼした影響

児童教育学部 児童教育学科 佐橋 由美

本学非常勤講師 小西 智咲子 倉益 弥生 田邊 智 田中 励子 坪内 伸司

要旨：コロナ下、実習を中心としたこれまでの大学体育科目のあり方が問われることとなった。本研究は春学期全面隔授業を経て、秋学期、全面対面授業で実施した令和2年度の「運動と健康」授業を振り返り、従来から継続実施してきた「授業アンケート」のデータを分析することにより、異なった方法による授業展開を経験した学生たちの意識の変化、目標到達度評価、授業満足度、授業内容・方法に関する意見などについて検討し、今後の授業改善の方向性を探った。

キーワード：実習中心科目における遠隔授業、目標到達度評価、授業満足度、今後の体育系科目のあり方

はじめに

実習・実技を中心に据える大学健康・体育科目にとって、令和2(2020)年度の授業運営は、大変困難を伴うものとなった。

大学の学士課程(教養課程)における体育関連科目の意義づけは、従来からその存在意義について問われており議論されてきたが、今回、よりその意味について再考する必要性と、実際にどのように授業運営していくのかという実際のレベルまで、検討しなくてはならないことが、目の前に山積するという状態になった。

健康・体育系科目は、健康理論の学習と健康的な生活の実践、生涯スポーツへの基礎固めなどの狭義の授業目的をもつものであるが、その他にも、人間関係の構築と深化、ソーシャルスキルの習得、自己管理能力やメンタルタフネスなど意志的な側面の涵養などに寄与すべきとの役割も担っているとされている。

令和2年度からは、キャンパスで学友とともに「体育」するというあたりまえのことが、当たり前ではない状況が長期化し、ニューノーマルへとシフトしていかなければならなくなっている。

本報告はコロナ禍に見舞われた2020年に、大学授業の変化によって、学生はどのような影響を受けたのか、「体育」という限定的な面からではあるが、授業目標への到達度は十分なレベルであったのか、授業の質に対する学生の評価はどうであったのかなどについて、アンケートデータにより把握しようとするものである。

「運動と健康」の概要とR2年度実施状況

カリキュラム上の位置づけ

「運動と健康A・B」は、学士課程基幹教育科目の主題別科目(②心と体の健康を考える)の中に位置付けられており、一般の講義科目(A)とは異なり、「(D):講義、演習、実験、実習又は実技のうち二以上の方法の併用」で行われる。大学体育・健康科目は普通、実習中心で行われることが多いが、本学は講義・演習をも含む複合形式で行っており、理論学習と実習を関連付けながら展開していくという授業のイメージになる。免許資格取得等の要因に絡んで運用上、1年次配当となっているが、その縛りが無い場合には学士課程教育の理念に基づき、在学中はいつでも履修可能である。

一方で、本学の場合「運動と健康」は『教免法施行規則』が定める「教免法施行規則に定める科目及び単位数」として「体育」(2単位)に相当する科目とされており、教員免許取得を目指す学生にとっては資格必修となっている。さらに、化粧ファッション学科美容コースのように履修を強く推奨しているところもある。

「運動と健康」の概要

シラバス記載の「運動と健康A・B」共通の到達目標や概要を以下に示した。授業の到達目標は具体的に3つ(①~③)あり、例年、期末に実施している「授業アンケート」では、それらをさらに細分化した評価観点(20項目)で、学生は目標到達度の自己評価を行うなどしている。ただ、この授業アンケートもR2(2020)年

【授業の到達目標】

「健康」の達成のために運動・身体活動の重要性を理解するとともに、健康理論に基づく適切かつ効果的な運動・スポーツ実践を日常生活行動として習慣化していくための基礎を学ぶ。より具体的な目標として次の3点をあげる。

- ①運動・身体活動のレパートリーを増やし、深める必要性を理解し実行することができるようになる（スポーツなどの基本技術やルールの習得）。
- ②健康レベルを高めるのに適した、安全で合理的な運動の仕方を理解し実践できる。
- ③健康・からだ・体力等に関する基準データの意味や適正値を理解して、自身の健康・からだデータの動向をモニタリングすることを習慣化し、健康を促進する行動がとれるようになる。

【授業の概要】

授業は講義と実習からなるが、Aの講義ではまず、健康・体力の捉え方、現代社会における健康阻害の問題など基礎的なところを学習し、実習では①体力レベルの維持、②健康的な生活への動機づけの促進、③「生涯スポーツ」実践のための基礎的技術の習得をねらいとして、いくつかの運動・スポーツ種目を実習する。

Bの講義では、運動の生理的メカニズムと目的に合った運動プログラムの作り方、加齢に伴う体力変化、運動の習慣化・生活化などについて理解を深める。実習では、引き続きいくつかの運動・スポーツ種目を実習する。

度は、春期授業が全面遠隔授業となったため、いつも通りは実施できず、秋学期Bでのみ行うことができた。

また、表1は2020年度授業開始時点（4月）で公表されていた「運動と健康A」の授業計画の概略である。表2は4月時点で公表されていた「運動と健康B」の計

画に、対面授業で実際に行ったスポーツ種目（テニス、バドミントン）を入れ込んだものである。

表1、2のとおり、本授業は実習・演習・講義混合形式で進められる。健康・体力というテーマのもと、心理検査を用いた健康状態の把握、体データの測定と歩数計などを使った活動量モニタリング、体力テストによる自身の体力レベルの把握、有酸素運動とトレーニングの理論を実践的に理解するために運動強度測定実習などが行われる。

並行して学期の間、生涯スポーツ実践の基礎固めのために、2～3種類のスポーツに取り組むことになっている。さらに、体データや活動量のモニタリングをこれらスポーツ実習の際、毎回行うなど、実習と理論の関連づけを行っている。

R2（2020）年度「運動と健康」の実施状況

コロナの感染拡大を受けて、運動と健康Aは、初回から全期間遠隔授業となり、大学への入構も厳しく制限された。問題は受講者の大半が1年生であり、入学後一度も登校することができず、遠隔授業の準備が不十分な状態で授業がスタートしてしまったことである。授業のスタートは、5月の連休明けではあったが、学生側も教員側も準備不足であったことは否めない。

他大学では、体育・健康科目を半年間不開講としたところもあるようだが、多くは、本学のように全面遠隔授業で、理論学習や自身での運動実施の後、課題レポートを提出させるというオンデマンド型の授業が多かったようである（白川，2020）。

表1 2020年度「運動と健康A」（春）の授業計画

回数	授業内容	
1	ガイダンス、健康レベルの把握（諸検査）	【教室】
2	からだデータの測定方法とデータの見方、コンディショニング運動	
3	スポーツ実習① 基礎	
4	スポーツ実習① 基礎	
5	スポーツ実習① 発展	
6	スポーツ実習① 発展	
7	体力テスト解説、体力測定実習	
8	スポーツ実習② 基礎	
9	スポーツ実習② 基礎	
10	スポーツ実習② 発展	
11	スポーツ実習② 発展	
12	有酸素運動の理論、有酸素運動（エクササイズウォーキング）実習	
13	運動プログラム立案とトレーニング理論－運動強度測定実習	
14	体力の自己診断（体力テストデータ整理）	【教室】
15	まとめと小テスト	【教室】

表2 2020年度「運動と健康B」（秋）の授業計画

回数	授業内容	
1	ガイダンス、健康レベルの把握（諸検査）	【教室】
2	からだデータの測定方法とデータの見方、コンディショニング運動	
3	スポーツ実習① 基礎 テニス	
4	スポーツ実習① 基礎 テニス	
5	スポーツ実習① 発展 テニス	
6	スポーツ実習① 発展 テニス	
7	体力テスト解説、体力測定実習	
8	有酸素運動の理論、有酸素運動（エクササイズウォーキング）実習	
9	スポーツ実習② 基礎 バドミントン（2020年対応）	
10	スポーツ実習② 発展 バドミントン（2020年対応）	
11	スポーツ実習② 発展 バドミントン（2020年対応）	
12	運動プログラム立案とトレーニング理論－運動強度測定実習	
13	講義－加齢と健康・体力	【教室】
14	講義－身体活動の習慣化・生活化	【教室】
15	まとめと小テスト	【教室】

表3は、春学期「運動と健康A」の当初の計画（表1）に代わり、遠隔授業を行ったその内容について示したものである。全13クラス、同一内容で行っている。

秋期になって、登校制限が緩和され、また、本授業形態が“D”であったこともあり、「運動と健康B」はオンキャンパス対面で行うことを許可された。

感染対策に細心の注意を払いながら、情勢次第では遠隔授業への逆戻りを心配しながらの授業であったが、全15回を無事対面授業で行うことができた。

感染症対策としては、授業・実習場所にアルコール消毒液を配置し手指消毒の徹底を心がけ、使用用具・器具などもアルコール消毒できるよう消毒液や拭き取りペーパーを準備した。マスク着用との徹底とともに、できるかぎり実習環境を屋外であるとか、ソーシャルディスタンスの取れるネット型対人スポーツ種目を選ぶなどして、感染対策に努めた。

データ収集と分析方法

本研究は、コロナ下において予定されていた対面授業による授業計画が遠隔授業に代わってしまったことで、受講学生の「運動と健康」授業についての印象やイメージ、学習の進み具合と成果にどのような影響があったのかを探るとともに、長期化するコロナ問題を見越して、これからの体育・健康科目授業をどのように展開していくべきかを考えるものである。

「授業アンケート」の実施状況

数年来、各期授業の最後に「授業アンケート」を行って、受講者の目標到達度評価や授業に対する満足度・質評価などについてのデータを収集してきているが、R2（2020）年度春学期は「授業アンケート」を実施することができなかった。

代わりに、前期授業の最終回に、最終の課題レポートに加え、前期授業の振り返りを行ってもらい、授業についてのコメント（自由記述）を提出させた。なお、自由記述についてのテキスト分析などは今回割愛する。

秋学期「運動と健康B」については、当初の授業計画を対面で全面实施することができ（表2）、「授業アンケート」も例年どおり期末に実施することができた。

調査内容：「授業アンケート」のアウトライン

授業アンケートは、受講理由（17項目）、目標到達度評価（20項目）、授業に対する印象・満足度（5項目）、遠隔授業と対面授業を経験しての授業方法に関する意見などを5件法で評定する部分と、授業内容、方法や進め方について自由にコメントする自由記述部分からなっている。授業を終えて、自己の目標到達度を評価したデータは、学修成果、受講者による授業の質評価や満足度を間接的に反映するものと考えている。これまで、目標到達度評価は授業の一環と位置づけており記名で行ってきたが、今回は無記名とした。

表3 「運動と健康A」遠隔授業実施内容（第1～13回）

回数	授業内容
1	脈拍測定、適正値の理解、脈拍と健康・運動との関係、2種類のエクササイズウォーキングの学習と実施
2	健康21が提唱する身体活動・運動指針、からだデータを知る：「基礎代謝量」、基礎代謝を上げる運動とその効果
3	1週間の運動実践の記録<運動の種類、時間、運動強度（METs）、運動量（METs・時/週）、消費カロリー>、〇×式10問小テスト（1、2回学習分）
4	「ストレッチなどのコンディショニング運動」と「インターバル速歩などの有酸素運動」の実施と1週間の運動記録記入、からだデータを知る：BMIと体脂肪率、小テスト（1～4回学習分）
5	運動と熱中症予防、健康度検査（通常初回授業）
6	ストレスと健康、ストレステストの実施（通常初回授業）、夏のマスク熱中症に注意（新聞記事）
7	〇×式小テスト（6回学習分）、暑さ対策のため「室内でできるコンディショニング運動」を中心に、軽い運動をこまめに行うことを意識して1週間の運動実施とその記録（ストレス解消の視点からのコメントを加える）、予備学習：バドミントンの基本打法（調べ学習）
8	バドミントン基本打法について的小テスト、予備学習：バドミントンのルール・ゲームの進め方（調べ学習）、1週間の運動実践とその報告（第3回形式）
9	小テスト（自動採点）：バドミントンのルール・進め方①、事前学習：テニスの基本打法（調べ学習）、1週間の運動実践とその記録（第3回形式）
10	小テスト（自動採点）：バドミントンのルール・進め方②、事前学習：テニスのルール・ゲームの進め方（調べ学習）、1週間の運動実践とその報告（第3回形式）
11	小テスト（自動採点）：テニスの基本ルール・ゲームの進め方①、ルール確認、1週間の運動実践とその報告（脈拍による運動強度の把握、主観的運動強度RPEの視点をプラス）
12	小テスト（自動採点）：テニスの基本ルール・ゲームの進め方②、健康度検査実施（2回目）、1回目と比較レポート提出
13	ストレステスト実施（2回目）、継続的に取り組んできた「日常の運動実践報告」についての確認クイズ（30問）、振り返りコメントシート提出

調査対象および調査手続き

検討するデータはR2（2020）年度に開講された「運動と健康B」の受講者によるものである。

調査は最終15回目の授業時（2021年1月）に無記名で行われた。授業は概ね学科ごとに13コマ開講されているため、所属学部・学科などの情報は特定可能である。今回、学芸学部113名、児童教育学部118名、健康栄養学部76名、計307名のデータを分析する。

分析の視点

「運動と健康」は、春学期全期間、遠隔で進められた後、対面授業が再開され、秋学期には当初の授業計画のとおり、全期間、ほぼ完全な形で対面実施という経過をたどった。そのような授業運営における突発的で厳しい制約が学生の取り組み姿勢や達成に何か影響がなかったのか検討したいわけであるが、縦断的データを収集できていなかった。そこで、過年度データ（佐橋他、2018）と比較するなどして、授業に生じた様々な変更・変化、トラブルの影響を推察していくこととする。中でも、目標到達度評価は、授業への取り組み姿勢や学修

の成果がよく反映される指標のため、特に注目していきたい。

さらに、遠隔と対面授業の両方を経験した後での授業方法に関するアンケートは、今後の授業運営について、実際の観点からの示唆が期待できると考えている。

結果の概要

1. 受講理由

様々な観点から受講の理由を文章化した17項目に対し5段階（5：非常によくあてはまる～1：全くあてはまらない）での評定を求めた。この回答データに因子分析を行って、いくつかの下位要素にまとめた上で、基本統計量を算出した結果を表4に示した。解釈のしやすさを重視して4つの下位要素を抽出した。

受講の理由として、強く同意が示された項目は「I：実際の効果期待」要素に属するものが多いことが分かった。「7. 運動やスポーツは楽しいから」（3.69）は17項目中最も得点が高く、続いて「14. 気分転換になると思ったから」（3.63）、「4. 運動不足になりがちな大学生活の中で、運動・スポーツの機会が得られると思ったか

表4 受講理由についての因子分析（主因子法、プロマックス回転）の結果と基本統計量

項目 No	質問内容	因子				M	SD
		I	II	III	IV		
I : 実際の効果期待 ($\alpha = .926$)						3.34	0.98
4	運動不足になりがちな大学生活の中で、運動・スポーツの機会が得られると思ったから	.94	-.08	-.11	-.03	3.57	1.15
7	運動やスポーツは楽しいから	.87	-.13	.00	.01	3.69	1.24
6	いろいろな学生とコミュニケーションがとれるようになってしまったから	.77	.12	-.05	.08	3.30	1.23
14	気分転換になると思ったから	.77	-.08	.07	-.15	3.63	1.27
5	運動やスポーツの習慣が身につくと思ったから	.77	.16	-.07	.05	3.26	1.20
13	他の講義系科目とは違って、気軽に取り組み始めたから	.73	-.06	.11	-.12	3.39	1.30
3	シラバス（授業内容）を見て、受講したいと思ったから	.65	.00	.09	-.05	3.04	1.30
10	減量・ダイエット・きれいに痩せることに関心があったから	.48	.19	.09	.00	3.31	1.25
8	生涯スポーツの考え方や基本スキルが学べると思ったから	.48	.40	.01	.17	2.90	1.22
II : 健康理論習得 ($\alpha = .888$)						2.97	1.09
11	体力テストなどを通して、自身の体力レベルを知ったり、改善策を学んだりできるから	.02	.90	-.03	-.06	3.05	1.24
12	体データを測り、適正な数値について知ることができるから	.05	.82	.00	-.07	2.85	1.22
9	健康や体力アップに関する基礎理論を学べるから	.48	.45	-.02	.14	2.99	1.18
III : 外的要因 ($\alpha = .739$)						2.04	1.01
16	友達が受講するので、一緒に授業をとろうと思ったから	.01	.00	.80	.03	2.16	1.31
17	人（先生・先輩・友人）に勧められて	.02	-.13	.75	.17	1.70	1.10
15	時間割で、他にその時間に魅力的な授業がなかったから	.01	.23	.53	-.22	2.25	1.32
IV : 必修拘束 ($\alpha = .680$)						3.66	1.41
2	必修科目だから	-.06	-.01	.10	.72	3.67	1.62
1	資格・免許取得のために必要だったから	.01	-.04	.01	.69	3.64	1.61
因子相関行列							
	I	—	.73	.42	-.17	46.5	
	II		—	.41	.12	57.1	
	III			—	-.07	66.4	
	IV				—	71.2	

ら」(3.57) などである。

一方、「実際の効果期待」の中でも、「3. シラバス (授業内容) を見て、受講したいと思ったから」(3.04)などは、相対的に見て、受講の理由としては重視されていないようであった。また、同要素の中の「8. 生涯スポーツの考え方と基本スキルが学べると思ったから」(2.90)なども重要度は低く見積もられていた。

注目されるのは「Ⅱ. 健康理論習得」側面の認識度の低さである。項目 11 (3.05)、12 (2.85)、9 (2.99) の得点はかなり低く、授業で学ぶ内容として、学生はほとんど期待をしていないことが明らかになった。過年度データ [(2017 年度 (A・B) (佐橋他, 2018))] でもこの授業内容に対する期待度は低いことが示されており、2020 年度においても、体力テストをしたり、体データを測ったりしながら、健康・体力理論を学ぶという授業内容についての興味・関心度は低いという傾向が再確認されたといえる。

概して、学生にとっての体育授業は、スポーツや運動を気軽に、友人と一緒にワイワイと楽しむ時間、気分転換や発散ができる息抜きの時間、といったようにステレオタイプ的に捉えられており、授業目標の一つにも挙げられている“学習的な側面”が意識されることはほとんどないのが実情である。

「Ⅳ：必修拘束」については、下位要素の中で最も独立的であるといえ (因子間相関が低い)、この観点を分析視点とすることで、目標到達度評価や授業評価の違いについて検討できる可能性が見えてくる。

2. 授業方法についての意見

表5には、「運動と健康」をどのように進めてほしいか、遠隔授業だとしたらどうしてほしいかを聞いた結果を集計したものである。

最も強い要望としては「2. この授業はこれまでどおり、オンキャンパス・実習中心でやっていくべきだと感じる」(3.93)であった。また「1. オール遠隔だった(A)では、大学の施設で運動したりスポーツをできなくて不満だと感じた」(3.44)という意見も強かった。

「受講理由」のところでも明らかになったように、学生は体育授業に、運動・スポーツをグループで気軽に楽しく、大学施設を活用して行う、という意義を見い出しており、その点が満たされなかった遠隔授業への不満が強く表明されていた。

一方、部分的にはあるが「運動と健康」を遠隔授業で行うことの意味を見い出している。「3. 遠隔授業では、健康づくりの理論を落ち着いて学ぶことができよかった」(3.25)と理論学習を遠隔で行ったことを比較的肯定的に評価している。

このように、学生は新しい授業スタイルへの示唆も提供してくれている。すなわち、実技・スポーツ実習をオンキャンパスで行い、理論的な学習はゆっくりとオンデマンド型で行うという「ハイブリッド型」の提案である(「5. 講義(座学)部分は遠隔授業、実習部分はオンキャンパス実習の組み合わせがベストと感じた」(3.55))。ハイブリッド型授業を巡っては、他の授業との関連で、オンキャンパス、オフキャンパスという物理的な切り替えが難しいことが指摘されているが、それについての懸念は示されていない(項目6)。

「体育」授業において遠隔授業がメインの実施方法となった場合、学生たちはどのような遠隔授業のスタイルを望んでいるのか、集計結果を見てみる。まず、第一に双方向、リアルタイム授業のニーズである。「7. 遠隔授業の場合、manabaを中心としたオンデマンド型のツールだけでは不十分だ」(2.87)、「9. 遠隔授業の場合、双方向のツール (Zoom、Teams など) の活用が必要だ」

表5 授業方法に関するアンケート結果 (通年対Bのみ)

項目内容	全体		通年受講		Bのみ受講			
	M	S D	N = 270	N = 270	N = 34, 35	N = 34, 35	N = 34, 35	
1 オール遠隔授業だった(A)では、大学の施設で運動したりスポーツをできなくて不満だと感じた	3.44	1.23	3.50	1.20	2.97	1.31		n.s.
2 この授業はこれまでどおり、オンキャンパス・実習中心でやっていくべきだと感じる	3.93	1.09	3.92	1.10	4.00	1.06		**
3 遠隔授業では、健康づくりの理論を落ち着いて学ぶことができよかった	3.25	1.07	3.24	1.06	3.35	1.18		***
4 運動のできない理由がある人もいるので、理論中心の遠隔授業特別クラスを設けることが必要だ	2.85	1.07	2.81	1.06	3.15	1.08		*
5 講義(座学)部分は遠隔授業、実習部分はオンキャンパス実習の組み合わせがベストと感じた	3.55	1.18	3.53	1.20	3.71	1.00		n.s.
6 遠隔とオンキャンパス対面授業のハイブリットは切り替えが難しいので良くないと感じる	2.76	1.20	2.74	1.20	2.97	1.24		*
7 遠隔授業の場合、manabaを中心としたオンデマンド型のツールだけでは不十分だ。	2.87	1.30	2.82	1.30	3.24	1.26		*
8 遠隔授業が大半を占めるなら、担当教員による運動・スポーツの動画配信が必要だと感じた	2.76	1.16	2.70	1.16	3.24	1.10		**
9 遠隔授業の場合、双方向のツール(Zoom、Teamsなど)の活用が必要だ	2.19	1.17	2.12	1.15	2.76	1.18		***
10 遠隔であったとしても、担当教員とのコミュニケーションをもっと密にとれるようにしてほしい	2.90	1.24	2.87	1.23	3.11	1.32		***
11 扱うスポーツ実習種目や健康理論について (=シラバス)、見直してほしいところがある	1.99	1.06	1.97	1.06	2.18	1.09		*

*** p < .000 ** p < .01 * p < .05

(2.19) などの意見は強くはなく、むしろ双方向、リアルタイム授業への負担回避傾向を感じさせる結果であった。

3. 目標到達度評価

表6は授業の到達目標(①~③)をさらに細分化して作成した20項目の評価基準に基づいて、各自に到達度評価をさせた結果である。因子分析(主因子法、プロマックス回転)により20項目をいくつかの要素にまとめた上で要素ごと、項目ごとに傾向を見ていく。

また、比較データとして2017年度データ「運動と健康B」を併載した(佐橋他,2018)。

まず、注目したいところは、3つの要素間で到達度評価に顕著な違いが見られることである。2020データでも2017データでも、要素平均得点はⅢ→Ⅰ→Ⅱの順になっており、Ⅰ・ⅢとⅡの間の差が大きくなっている。要素ごとに項目内容を見ていくと、「Ⅲ:スポーツスキルの習得と良いイメージ形成」には「1. いくつかの運動・スポーツ種目を楽しんでできるくらいに上達した」(4.03)、「2. ルールやゲームの進め方などについて理解した」(3.98)、「5. 運動・スポーツのよさを実感できた」(3.97)、「4. 爽快感を感じる事ができた」(3.92)など

の項目がある。これらは、対面授業の中でスポーツや運動をメインの活動として、集中的に取り組んできた結果が端的に反映されたものと評価できる。

次に評価の高い「Ⅰ:健康理論の理解と実践的知識の活用」では、「16. 運動を習慣化することの大切さを学んだ」(4.04)や「20. 自身の日常生活全般を自律的に管理していくことの大切さを学んだ」(4.00)などで、4点を超える高評価がつけられている。

一方、「Ⅱ. 動機づけ向上と自己管理能力の獲得」は、到達度評価の低い2項目〔「6. クラブやサークルに入ったりして、もっと運動やスポーツを楽しみたいという動機づけが高まった」(2.79)、「7. ジムにいったり、ジョギング、ストレッチなどの運動を積極的にしようと思うようになった」(3.00)〕を始めとして、学生にとって、短期に成長や変化を実感しにくいところであるのだろう。健康的な生活に向けた動機づけの喚起や行動変容など、日常生活への波及効果を目標として期待しても、これらのことは、それほど短期間のうちに、そして容易に成し遂げられるものではないことは明らかである。要素間で認められる評価点の差異は、長期的に見ていかなければならない観点と、成果や結果が短期的に表れるものの違いと見たらよいであろうか。

表6 目標到達度評価に関する因子分析の結果と基本統計量

質問番号	因子		2020年度 N=307		2017年度 N=354					
	I	II	III	M	SD	M	SD			
I. 健康理論の理解と実践的知識の活用 ($\alpha = .920 / .912$)				3.84	0.79	3.60	0.77			
19	.98	-.19	.00	3.95	0.91	3.69	0.99			
17	.86	-.08	-.02	3.69	1.01	3.60	0.99			
20	.79	-.02	.05	4.00	0.92	3.73	0.96			
18	.76	.10	-.07	3.68	1.05	3.53	0.97			
16	.65	.04	.12	4.04	0.94	3.81	0.95			
15	.63	.14	.04	3.71	1.04	3.31	1.05			
12	.53	.20	.07	3.81	1.00	3.55	0.98			
13	.52	.26	.05	3.80	0.99	3.56	0.95			
II. 動機づけ向上と自己管理能力の獲得 ($\alpha = .885 / .891$)				3.30	0.86	3.26	0.81			
10	.00	.89	-.08	3.49	1.06	3.34	0.98			
11	.07	.80	.01	3.46	1.04	3.33	1.00			
6	-.15	.74	.07	2.79	1.34	2.94	1.26			
8	-.04	.72	.07	3.38	1.20	3.38	1.03			
14	.25	.59	-.06	3.15	1.11	3.06	1.07			
7	.27	.48	-.12	3.00	1.25	3.00	1.18			
3	-.05	.42	.32	3.21	1.19	3.30	1.10			
9	.12	.37	.21	3.90	0.99	3.75	0.98			
III. スポーツスキルの習得と良いイメージ形成 ($\alpha = .885 / .899$)				3.97	0.80	3.82	0.81			
1	-.02	-.09	.94	4.03	0.89	3.77	0.88			
2	.12	-.09	.74	3.98	0.86	3.82	0.84			
4	-.01	.24	.66	3.92	1.01	3.81	0.98			
5	-.01	.29	.60	3.97	0.96	3.88	0.99			
尺度全体 ($\alpha = .946 / .948$)			因子相関行列	I	II	III	3.65	0.74	3.51	0.72
				I	-	.69	.60	説明された分散		
					II	-	.73	50.8		
						III	-	59.6		
								65.0		

過年度データとの比較では、項目6と3を除き、18項目で2020年度データの方が上回っていた。そして要素Iにおいてその差は顕著であった。これをどう解釈するかであるが、一つに、全面遠隔授業を経て、大変な期待と熱意をもって対面授業に取り組んだ結果、例年よりは過大に学習成果を認知したということだろうか。あまり満足のいかなかった遠隔授業を経て、対面授業に期待するものが大きければ、対面授業で取り組んだ内容に焦点が当たるのは当然かもしれない。

最も授業の成果が数字になって表れたのは、「I：健康理論の理解と実践的知識の活用」であった。要素全体として3.84/3.60のように大きな開きがあり、「15：ウォーキングなど有酸素運動の理論が理解できた」などの項目では、0.4ポイントもの開きがあった。また「20.生活全般を自律的に管理していくことの大切さを学んだ」(Δ 0.27)なども、差が大きい項目であった。コロナによる行動制限や遠隔授業が長期化し、運動不足が常態化する中で、週1回の対面授業で運動やスポーツをするその体験の評価は一層高まったと思われる。

4. 授業に対する総合評価

表7は、授業に対する印象や質の評価に関する結果である。“楽しかった”“有意義だった”などシンプルなワンワードの質問である。このようなシンプルな問いには現実がよく反映されるものである。驚くべきことに4項目がすべて4点超えの高得点であった。

総合評価項目の得点が総じて高いのは2017データにおいても見られる現象であるが、2020年度は、目標到達度評価と同様に、どの項目においても2017データを上回るものであった。「4. 有意義であった」の差(Δ 0.19)は最も大きく、この観点での授業評価が過年度に比べ高かったのは、対面授業Bの質、進め方が良かったことへの評価と思うと、喜ばしいことである。

表7 授業に対する総合評価

質問内容	2020年度	2017年度
	M (SD)	M (SD)
1 楽しかったですか？	4.46 (0.74)	4.31 (0.79)
2 どの程度、面白かったですか？	4.28 (0.76)	4.17 (0.82)
3 どの程度満足でしたか？	4.28 (0.75)	4.11 (0.84)
4 有意義でしたか？	4.27 (0.80)	4.09 (0.87)
5 もし、2年生以降にも“スポーツ実習”という授業があったとしたら、受講したいですか？	3.73 (1.19)	3.61 (1.18)

まとめ

R2(2020)年度の学士体育科目「運動と健康」は、コロナの影響を受けて、半期全面遠隔授業となり、実技・実習を中心とする体育授業の意味やあり方を問いつつ、教育成果を促進し質保証の条件を満たす授業内容や方法について苦心を重ねる日々であった。秋学期になり対面授業が一部再開されると、遠隔授業が依然多くを占める状況の中で、学生たちは対面「体育」授業に「画面越しにではなく、人と一緒にスポーツや運動をキャンパスで楽しみたい」という強い期待を寄せていることがわかった。「授業アンケート」によると、“体育は対面で行ってこそ体育だ”という考えを多くの学生が共有していることが明らかになった。

「体育」授業の遠隔なんてナンセンスと思われる中で、遠隔授業の全面否定ではなく、遠隔授業をめぐる建設的な意見も見られた。健康・体力に関する理論学習などは、遠隔で好きな時間に落ち着いて取り組む方がよいとか、ルールやゲームの進め方などについては、動画やWeb資料を活用し自習しておけば効率がよくなると回答している。イメージ学習や準備学習、調べ学習を前もって遠隔で行うことによって、スポーツ実習場面でのスキルアップに相乗効果をもたらされる。学生はこのような「ハイブリッド式」体育授業の可能性を認めている。これからの授業改善のための貴重なヒントである。

一方、「運動と健康」授業のもう一つの柱である健康・体力理論などの学習とその応用についてである。ややもすると学生は人とワイワイ、気軽にスポーツを楽しむことを期待して、理論学習は等閑にされがちである。遠隔授業を機に、体データを測り自身の健康を気遣うこと、健康的で合理的な運動の仕方を学び、実践することへの導きの方法を再検討する機会を得た。

また、遠隔授業の間、学生たちの対人関係欲求や発散欲求は高まっており、対面授業という場をいかに待ち望んでいたかがアンケートから伝わってきた。目標到達度評価、授業の総合評価など、いつになく跳びぬけて高評価であった。対面授業を貴重な機会ととらえ、高い意欲と熱心さをもって授業に取り組んだ結果が、このような高評価に繋がったと考えられる。

引用・参考文献

梶田和弘, 木内敦詞, 長谷川悦示, 朴京眞, 川戸湧也, 中川昭(2018) わが国の大学における教養体育の開講状況に関する悉皆調査研究, 体育学研究, 63: 885-902.
北徹朗, 小林勝法, 難波秀行(2020) 新型コロナウイルス

ルス感染症対策：緊急事態宣言下の学生の健康とスポーツに関する調査. 大学体育, 47 (2) : 9-13.

北村勝朗 (2021) コロナ禍におけるオンライン授業を通して大学体育は何をなし得たのか? : 説明的文章完成法を用いた大学生の大学体育観の質的分析. 大学体育スポーツ学研究, 18: 35-48.

中須賀巧, 木内敦詞, 西田順一, 橋本公雄 (2020) 大学体育授業における動機づけ雰囲気と主観的恩恵評価の関係：受講種目と性別の違いに着目して. 大学スポーツ学研究, 17: 12-22.

難波秀行他 (2021) 授業者からみたコロナ禍に行われた遠隔による大学体育実技の教育効果の検証. 大学体育スポーツ学研究, 18: 21-34.

西田順一他 (2021) 新型コロナウイルス第1波の流行直後における大学体育授業の学習成果：遠隔授業による主観的恩恵と身体活動に焦点をあてた検証. 大学体育スポーツ学研究, 18: 2-20.

西田順一, 橋本公雄, 木内敦詞, 谷本英彰 (2016) 体

育授業における大学生の主観的恩恵評価およびその大学適応感に及ぼす影響性. 体育学研究, 61: 537-554.

小倉圭, 道上静香, 榎本雅之 (2021) 日常生活のセルフモニタリングおよび運動課題を中心としたオンライン体育授業の実践とその効果の検討. 大学体育スポーツ学研究, 18: 97-111.

佐橋由美, 小西智咲子, 倉益弥生, 村上陽一郎, 田中励子, 坪内伸司 (2019) 学士課程基幹教育科目「運動と健康」の履修状況と学生の到達度評価からみた授業の評価. 大阪樟蔭女子大学研究紀要, 9: 127-134.

白川哉子 (2020) 新型コロナウイルス感染症対策：全国の大学体育実技授業の実施状況. 大学体育, 47 (2) : 6-8.

鈴木久雄他 (2021) コロナ禍における「岡大プログラム」の有効性. 大学体育スポーツ学研究, 18: 56-64.