

# コロナ2年目の大学体育の実施状況と振り返り： 2021年度「運動と健康A・B」の授業アンケートによる検討

メタデータ	言語: ja 出版者: 公開日: 2023-01-24 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	<a href="https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4881">https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4881</a>

## コロナ2年目の大学体育の実施状況と振り返り —2021年度「運動と健康A・B」の授業アンケートによる検討—

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：**2021年度もコロナ沈静化の兆しは見えてこなかった。春学期の大半と秋学期の終盤は、予定されていた授業形態での実施に大幅な制限がかかった。2020年度に引き続き、実習を中心としたこれまでの大学体育科目の実施の仕方や学生の授業満足度向上など考慮すべき点は多かった。本報告は他の多くの授業がオンキャンパス対面実施での制限がかかる中、1年を通じて全回オンキャンパス授業を実施できた「運動と健康A・B」について、「授業アンケート」に基づいて総括しようとするものである。学生の意識の変化、目標到達度評価、授業満足度評価、授業内容・方法に関する意見などについて検討し、授業改善の方向性を探った。

**キーワード：**コロナ下、急速に進行する運動不足・体力低下問題、コロナ下での通年完全対面授業、受講理由、目標到達度評価、授業満足度、大学体育授業の展望

### はじめに

2021年度はコロナ元年の混乱を経て、大学全体が適応への緩やかだが、着実な歩みを始めた年である。実習・実技を中心に据える大学体育・健康科目にとって、2020年度の授業運営は大変困難を伴うものであったが、その反省に基づいて、新年度に向けての対応の準備が何とか整ったところであった。

しかしいざ学期が始まってみると、春学期、第2週(連休明け)より7月まで、警戒レベルが引き上げられたことによって、許可された実習授業のみ、対面授業を実施することができるという緊急対応モードに逆行することになり、秋学期授業も年末から終盤にかけて対面授業が制限される事態になった。

大学の学士(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、コロナ禍で、より一層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の事項まで、検討しなくてはならないことが山積するという状態は依然続いているといえよう。

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。

ところがここ数年、キャンパスで学友とともに「スポーツや運動」をするという当たり前のことが、当たり前ではない状況が常態化し、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。

また、コロナ禍で運動不足による体力低下がどの年齢層においても劇的に進んでいること示す統計資料も揃いつつあり、運動不足や体力低下への対応も大学体育に求められる重要な授業内容となりつつある。

そこで、本研究では、2020年度の試行的な取り組みを経て、さらに大学体育のあるべき姿と新しい方向性を探っていく必要性を認識し、2021年度の授業アンケートを踏まえての検討を行うことを目的とする。

加えて、コロナ元年の2020年度データやそれ以前のデータとの比較も行っており、学生の意識変化について検討し、今後の大学体育の方向性を探る一助としたい。

### 「運動と健康」の概要と2021年度実施状況

「運動と健康A・B」は、学士課程基幹教育科目の主選別科目(②心と体の健康を考える)に位置付けられており、基本的には自由選択科目である。ただ、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。また、

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。このため、「運動と健康」を履修する学生は、少なからず資格免許等取得に必要な必修科目と認識していると思われる。

また、授業形態に関して「運動と健康」は一般の講義科目(A)と異なり、「(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、本学では講義・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。

コロナ下で、授業実施形態に様々な制限がかかったが、本学の方針では、実習(C)と複合科目(D)については、緊急事態宣言等の強力な規制がかからない限りオンキャンパス対面で行うことが可能となっている。

2021年度も前年に続き、オンキャンパス対面授業に規制がかかることも多かったが、「運動と健康」については、オンキャンパス対面授業を継続実施することができた。これも授業区分がDであったことによる。

### 「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(19項目)で、目標到達度の評価を行ってもらっている。

また、表1はシラバスに示された「運動と健康A」の授業計画の概略、表2は「B」の概略である。

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、実習と理論の関連付けを行っている。

#### 【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。

表1 2021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 2021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	
10	スポーツ実習② 発展	
11	スポーツ実習② 発展	
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】

## 2021 年度「運動と健康」の実施状況

2021 年度は前年度の経験を踏まえ、春期授業の開始を遅らせる対応をとったものの、感染拡大により、早くも連休を前にして、ほとんどの授業科目は遠隔モードに入った。元の対面モードに戻ったのは、7月に入ってからのことであった。

これに対し、D 区分であった「運動と健康 A」は全 15 回をオンキャンパス対面授業で行うことができた。他の大半の授業は遠隔という状況にあって、「運動と健康」が数少ない対面授業であったことについて聞き取りをすると、「運動と健康」のためだけに登校するという学生も多く否定的な声もあがる半面、クラスメイトと一緒に運動やスポーツができて楽しかった、とのポジティブな意見もあった。

秋学期には、年末から 1 月末にかけて再び対面制限がかかり、残り 4 回程度を遠隔モードに移行したが、「運動と健康 B」については全 15 回、オンキャンパス対面授業で終えることができた。

従って、表 1、2 に示された授業計画は滞りなく実施されたといえるが、この間、対面授業の実施にあたっては、実習に伴うより厳格な感染対策、学生のワクチン接種による欠席、副反応等の体調不良への対処など、通常とは異なる対応が求められる面もあった。

感染対策としては、実習場所にアルコール消毒液を配置し、手指消毒の徹底を図った。またマスクは感染対策の要であり、夏季高温の時期でさえマスク着用を参加の必須条件としていた。種目選定にあたっては、距離の取れるネット型スポーツを選ぶなど対策に努めた。

### データ収集と分析方法

#### 「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。R2 (2020) 年度春学期は全面遠隔だったため実施できていないが、秋学期には対面授業が再開され、対面を継続できたため、「授業アンケート」は実施できている。

2021 年度は春秋期ともに、従来どおり「授業アンケート」を最終授業時に行っている。

#### 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 (19 項目)、授業に対する印象・満足度 (5 項目)、遠隔授業、対面授業が混在して展開されるなか、対面授業「運動と健康」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た。授業終了時の、目標到達度自己評価は、学生個人の学修成果の直接的な判断指標であるのはもちろんのこと、授業そのものの質や充実度の実相を間接的に反映するものと考えている。

#### 調査対象および調査手続き

検討するデータは 2021 年度に開講された「運動と健康 A・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 7 月、22 年 1 月) に行った。アンケート実施の際には、「みなさん自身の目標到達度を評価してもらうことによって、『運動と健康』授業全体の質や充実度がどうであったかを把握したいと思います。みなさんの生の声によって授業満足度向上や授業改善への示唆が得られればと思います」と説明した。アンケートは無記名であり、また回答は自由意志に基づくものであることを伝えた。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、ほぼ特定可能である。

今回、A については学芸学部 122 名、健康栄養 92 名、児童教育 73 名のデータを、B はそれぞれ 111 名、81 名、72 名のデータ (上記情報による) を分析する。

#### 分析の視点

今回、運動と健康 A・B 両方のデータを収集しており、それぞれの授業のより詳細な質評価、充実度評価が可能である。また、過年度データも蓄積されてきているので (佐橋他, 2019) (佐橋他, 2022)、コロナ前、後を比較するなどして、授業に生じた様々な変化や学生の意識面での変化などについて探っていきたい。

#### 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) での回答を求めた。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 3 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。なお、表 3 に示す因子解は、2021 年度秋学期「運動と健康 B」のデータに基づいたものである。また、2021 年度 B、2017 年度 B の結果も併載している。

受講の理由は、大きく 4 つの要素 (I. 健康理論習得、II. 実際の効果期待、III. 外的要因、IV. 必修拘束)

にまとめて見ていくことが可能と考えられる。

過年度より一貫して認められる傾向として、学生が受講理由として優先的に挙げるのは、「13. 気軽に取り組める」「14. 気分転換になる」「7. 運動やスポーツは楽しい」「4. 運動不足解消の良い機会」など、手軽に気分転換効果が得られるところである（Ⅱ因子）。いつであっても、この傾向は変わらないようである（2021A: 3.54 ⇒ 2021B: 3.63 ⇒ 2020B: 3.41 ⇒ 2017B: 3.60）。

ただ、「Ⅱ. 実際的な効果期待」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」などは、その他の項目に比べると相対的に評価の低い項目であり、授業内容そのものへの関心はそれほど高くはない。淋しいことではある。

一方、注目すべきは「Ⅰ. 健康理論習得」に対する認識の低さである。21年度Aでは「8. 生涯スポーツの考え方や基本スキルが学べる」などの期待度が2.87と低いこと、2020年度にいたっては「12. からだデータを測り、適正値を知ることができる（2.85）」や、「9. 健康や体力アップに関する基礎理論を学べる（2.99）」、「8. 生涯スポーツの考え方や基本スキルが学べる（2.90）」など学ぶ系の項目で3点を下回る結果となっていた。体育

において“学ぶ”ことが重要な要素であるという認識が定着していないことを知らされる結果であった。

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”は、受講動機としてあまり強く意識されることはないようである。

「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、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（3項参照）。

## 2. 目標到達度評価

表4は授業の到達目標（①～③）をさらに細分化して作成した19項目の評価基準に基づいて、各自に到達度評価をしてもらった結果である。因子分析（主因子法、プロマックス回転）により19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「運動と健康B」、2020年度Bデータを併載した（佐橋他，2022）。

表3 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、N=264）の結果と基本統計量

項目 No	質問内容	因子				'21年 A (N=287)		'21年 B (N=264)		'20年 B	'17年 B		
		I	II	III	IV	M	SD	M	SD	M	M		
Ⅰ：健康理論習得（ $\alpha = .891 / .900$ ）							3.10	0.99	3.21	0.91	3.02	3.10	
11	体力テストなどを通して体力レベルを知ったり、改善策を学んだりできる	.90	-.07	-.01	-.06	3.15	1.19	3.14	1.04	3.05	3.08		
12	からだデータを測り、適正な数値を知ることができる	.87	-.07	.05	-.02	3.10	1.21	3.17	1.05	2.85	2.99		
9	健康や体力アップに関する基礎理論を学べる	.82	.03	-.05	-.04	3.03	1.12	3.24	1.10	2.99	3.14		
8	生涯スポーツの考え方や基本スキルが学べる	.74	.11	.01	.03	2.87	1.12	3.08	1.09	2.90	2.95		
10	減量・ダイエット・きれいに痩せることに関心があった	.59	.09	.11	.15	3.36	1.25	3.40	1.11	3.31	3.33		
Ⅱ：実際的な効果期待（ $\alpha = .908 / .898$ ）							3.54	0.93	3.63	0.86	3.41	3.60	
13	他の講義系科目とは違って、気軽に取り組める	-.11	.84	.10	-.02	3.60	1.12	3.72	1.07	3.39	3.66		
14	気分転換になる	-.12	.81	.13	.04	3.67	1.15	3.83	1.08	3.63	3.82		
7	運動やスポーツは楽しい	.09	.74	-.08	.08	3.70	1.22	3.70	1.15	3.69	3.78		
4	運動不足になりがちな大学生活の中、運動・スポーツの機会が得られる	.20	.72	-.14	-.15	3.69	1.11	3.81	1.03	3.57	3.81		
3	シラバス（授業内容）を見て、受講したいと思った	.05	.65	-.06	-.07	3.19	1.22	3.37	1.15	3.04	3.27		
5	運動やスポーツの習慣が身につく	.45	.49	-.05	.05	3.43	1.12	3.46	1.05	3.26	3.45		
6	運動やスポーツを通して、コミュニケーションがとれるようになる	.30	.43	.09	.04	3.48	1.16	3.50	1.09	3.30	3.44		
Ⅲ：外的要因（ $\alpha = .722 / .725$ ）							2.39	1.06	2.45	1.06	2.04	2.42	
16	友達が受講するので、一緒に授業をとろうと思った	-.06	.10	.77	.01	2.68	1.44	2.78	1.42	2.16	2.73		
17	人（先生・先輩・友人）に勧められて	.23	-.22	.66	-.07	2.13	1.33	2.14	1.32	1.70	2.11		
15	時間割で、他に魅力的な授業がなかった	-.08	.13	.59	-.02	2.35	1.19	2.44	1.21	2.25	2.43		
Ⅳ：必修拘束（ $\alpha = .700 / .701$ ）							3.36	1.47	3.28	1.48	3.66	3.51	
1	資格・免許取得のために必要	-.10	.06	-.03	.77	3.28	1.73	3.13	1.76	3.67	3.33		
2	必修科目だから	.15	-.13	-.04	.68	3.44	1.63	3.42	1.62	3.64	3.70		
因子相関行列					I	II	III	IV	説明された分散				
					I	-	.63	.19	.19	38.0			
					II		-	.30	-.04	48.9 ※'20年 B (N=307) '17年 B (N=354)			
					III			-	-.26	55.1			
					IV				-	59.5			

まず、全体的に見て注目したいところは、要素によって到達度評価に顕著なレベル差が見られることである。2017年、2020年データも含め表4に示したすべてのデータにおいて、要素の平均得点が一貫してI>II、III>IIというパターンになっていた。一方、IとIIIの関係については規則性が認められなかった。すなわちIIの要素の評価だけが目立って低かった。

各要素を構成する項目内容を細かく見ていくと、最も評価が低かった「II. 動機づけ向上と自己管理能力の獲得」には、要素の全体評価を強力に押し下げる2つの項目〔「6. クラブやサークルに入って、運動やスポーツを楽しみたいという意欲が高まった」(2.87/ 2.87/ 2.79/ 2.94)、「7. ジムにいたり、ウォーキングなどの運動を積極的にしようと思うようになった」(2.92/ 3.00/ 3.00/ 3.00)〕が含まれていた。人にとって、動機づけを喚起し、意欲を保って、行動(変容)に繋げるまでのプロセスは簡単なものではないし、短期間で行動変容を起こすことは大変難しい。

従って、この行動的側面の評価が低いことを殊更に問題視するのではなく、例えば、IIIの要素に含まれる「爽快感を感じる事ができた」「スポーツの良さを実感した」等、感情面の達成の後に時間差で結果が現れて

くるものとゆったり構えるのが正しい対応であろう。

一方、「I. 健康理論の理解と実践的知識の活用」については、7項目すべてで3.5ポイントを超える評価がつけられていた。

健康理論の理解と健康に関する実践的な知識の活用は、「運動と健康」の授業目標の重要な柱の一つである。その意味で、「15. 運動を習慣化することの大切さを学んだ」(3.86/ 3.92/ 4.04/ 3.81)や「19. 自身の日常生活全般を自律的に管理していく大切さを学んだ」(3.89/ 3.99/ 4.00/ 3.73)、「16. からだデータの測定方法とデータの見方について理解した」(3.88/ 3.81/ 3.69/ 3.60)、「18. 健康度検査やストレステストなどで健康状態を客観的・数値的に把握することができた」(3.82/ 3.90/ 3.95/ 3.69)などが高評価であったことは、重点目標が達成された証しとして、喜ばしいことといえる。

過年度データを含め全データを時系列で見えていくと、2017年コロナ前の達成水準がどの要素についても最も低く(ボトム)、むしろコロナ以降2020年に目立って上昇、それからは若干の浮沈はありつつも一定の水準を維持しているという傾向が読み取れる。コロナ下で図らずも到達度評価が上昇し、それ以降高水準を維持しているという状況をどう考えればよいだろうか。2020年度

表4 目標到達度評価に関する因子分析(N=287)の結果と基本統計量

項目 No	質 問 内 容	因 子			'21年 A (N=287)		'21年 B (N=264)		'20年 B	'17年 B
		I	II	III	M	SD	M	SD	M	M
I. 健康理論の理解と実践的知識の活用 ( $\alpha = .914 / .913$ )					3.77	0.76	3.78	0.76	3.85	3.64
18	健康度検査やストレステストなどで健康状態を客観的・数値的に把握することができた	.93	-.12	-.03	3.82	0.90	3.90	0.92	3.95	3.69
19	健康達成のため、日常生活全般を自律的に管理していく大切さを学んだ	.86	-.18	.13	3.89	0.92	3.99	0.92	4.00	3.73
16	からだデータの測定方法とデータの見方について理解した	.85	-.07	-.03	3.88	0.91	3.81	0.91	3.69	3.60
13	自身の体力について、問題点とその改善策を考えることができるようになった	.69	.15	.00	3.64	0.98	3.57	0.99	3.80	3.56
12	自身の体力レベルがどの程度なのか、全国平均などと比較して理解した	.69	.07	.01	3.78	0.97	3.59	0.98	3.81	3.55
15	運動を習慣化することの大切さを学んだ	.65	.07	.09	3.86	0.94	3.92	0.92	4.04	3.81
17	歩数計などを使うことにより、運動量や消費カロリーなどについての知識が深まった	.56	.13	.09	3.53	0.97	3.69	0.94	3.68	3.53
II. 動機づけ向上と自己管理能力の獲得 ( $\alpha = .874 / .859$ )					3.20	0.87	3.26	0.82	3.21	3.18
6	クラブやサークルに入って、運動やスポーツを楽しみたいという意欲が高まった	-.29	.88	.08	2.87	1.21	2.87	1.20	2.79	2.94
7	ジムにいたり、ウォーキングなどの運動を積極的にしようと思うようになった	-.02	.77	-.07	2.92	1.19	3.00	1.21	3.00	3.00
14	トレーニング理論を理解し、安全で自分に合った運動プログラムを作れるようになった	.34	.63	-.15	3.13	1.05	3.20	1.03	3.15	3.06
11	生涯スポーツを楽しむために、レパトリーを増やし、深める必要性を理解した	.31	.55	.07	3.42	1.03	3.48	0.96	3.46	3.33
10	生涯にわたる運動・スポーツ実践に必要な基礎的スキルを習得することができた	.29	.55	.05	3.41	1.01	3.46	0.94	3.49	3.34
8	授業を通して、コミュニケーション能力が高まった	.09	.50	.05	3.45	1.13	3.56	1.08	3.38	3.38
III. スポーツスキルの習得と良いイメージ形成 ( $\alpha = .892 / .873$ )					3.82	0.79	3.77	0.78	3.82	3.72
5	運動・スポーツのよさを実感できた	.04	.04	.83	3.92	0.95	3.96	0.92	3.97	3.88
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	.09	-.14	.78	3.97	0.87	3.88	0.91	4.03	3.77
4	運動・スポーツの爽快感を感じる事ができた	-.03	.18	.77	3.90	0.97	3.81	1.02	3.92	3.81
2	いくつかの運動・スポーツ種目のルールやゲームの進め方などについて理解した	.05	-.04	.76	3.98	0.80	3.94	0.83	3.98	3.82
3	テレビ等でゲームを見て楽しむスポーツ愛好姿勢が身についた	-.03	.37	.47	3.34	1.12	3.25	1.08	3.21	3.30
尺度全体 ( $\alpha = .945 / .942$ )					3.59	0.72	3.61	0.70	3.63	3.51
因子相関行列										
					I	-	.69	.66	説明された分散	
※ 9「受講者間の人間関係が良好になった」は除外					II		-	.71	50.8	
					III			-	57.3 ※※ '20年 B (N=307) '17年 B (N=354)	
									61.5	

の場合、全面遠隔授業を経て、期待と熱意をもって対面授業に取り組んだ結果、大きな学習成果を認知したということだろうか。2021年度に入っても、行動制限や遠隔授業モードが長期化し、運動不足やコミュニケーション不足が常態化する中で、週1回の運動・スポーツ機会の価値は高止まりを見せている。

### 3. 受講理由と目標到達度評価の関係

受講理由をアンケート項目としたのは、理由を尋ねることによって個人の授業に対する効果期待を把握することができ、またその効果期待は個人の到達度評価の鍵要因になっているのではと考えたからである。

図1は、受講理由（表3）の4側面の得点（因子得点）をもとに、クラスター分析を行って4つの特徴的なグループを抽出したものである。4側面の得点が形成する形状（特徴）を手がかりに、命名作業を行った。

clu 1は、資格・コース必修などによる拘束度は低いが、「友達が受講するから」や「時間割で他に魅力的な授業がない」などの消極的理由をあげているグループであったので、消極的選択群と名付けた。clu 2は、必修拘束に対する認識度はそれほど高くはなく、本筋でない理由（外的理由）も挙げている。しかし、一方では「健康理論習得」と「実際の効果期待」など授業内容そのものに対する期待も高い特徴があったので、高取り組み群とした。clu 3は、必修拘束に関する点が際立って認知されているグループで、必修群と名付けた。clu 4は、授業内容への期待が著しく低く、必修拘束がやや強かった点が特徴で、必修-低関心群とした。

図2は、受講理由について特徴を最大化するグルー

ピングを経て、各グループ間で到達度評価を比較したものである。得点比較については、一要因分散分析を行って統計的検証を行っており、唯一一点（Ⅲ：clu 1 - clu 4間）を除きⅠ・健康理論、Ⅱ・動機づけ向上、Ⅲ・スキル習得のすべての観点においてclu 2 > clu 3 > clu 1 > clu 4の水準差が統計的に確認されている。

到達度評価は、シラバスで設定された目標が授業全体を通じてどの程度達成されたか、個人の取り組みのあり方を示すものである。授業の質の検討や授業効果の検証の手段ともなり、授業者にとっては重要な情報であるが、一方では個の意欲のレベルでの影響も内包していることは知っておく必要がある。

### 4. 授業方法についての意見

表5は、遠隔授業という授業形態が出現してから、新たな視点での授業展開を模索するために、「「運動と健康」をどのように進めてほしいか」という質問を行い、授業方法に関する意見としてまとめたものである。2020年と2021年では質問の形式が異なるため、双方を掲載している。また、データを見るための背景情報として、2020年度は春学期（A）が全面遠隔、秋学期（B）は基本対面（正確には実習部分対面、講義部分遠隔のハイブリット）であったことを付け加えておく。

2020年データは先の報告（佐橋他, 2022）の再掲になるが、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）があり、その要望に反する結果だったゆえの「1. オール遠隔だった（A）では、大学の施設で運動・スポーツをできなくて不満だと感じた」（3.44）

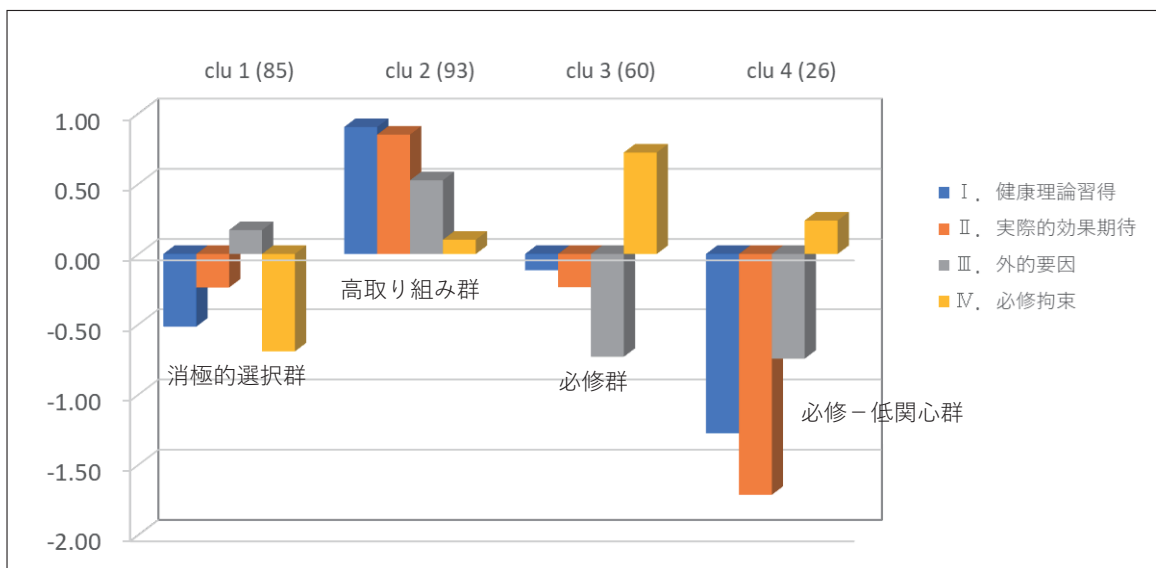


図1 受講理由にもとづくグルーピング

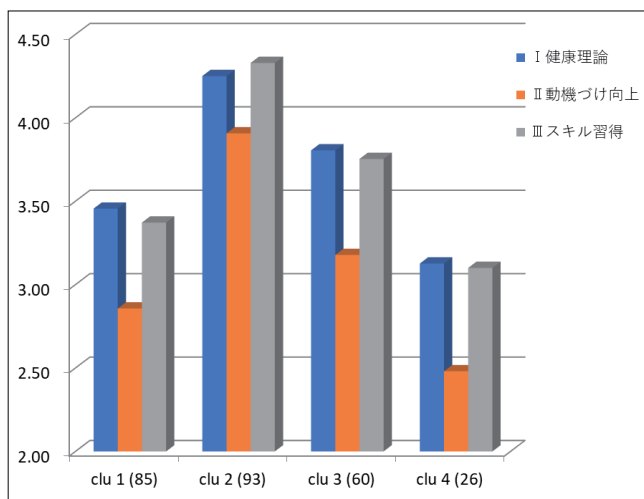


図2 受講理由により分類されたグループにおける到達度評価

とのネガティブ意見だった。「受講理由」の項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、という意義を見出しており、この時はその期待が満たされなかったということであろう。

一方2021年になると、「運動と健康」などの授業はオンキャンパス・対面で行うべきとの認識は広く共有されることになり、2020年と比べると要望としてのトーンは若干下がり気味になった (A: 3.71/ B: 3.63)。

ICT ツールの活用については、活用法をめぐって活

発な検討が行われた結果、2021年にはほとんどの授業で必須ツールとして使用されるまでに定着した。体育授業においても、初期には体育独自の活用法を模索しようと試みてもいたが、学生側の期待も、教員側の意欲も薄れてきたというのが現状である (2021 項目 6, 7)。

最後に、本質的事項とまではいえないが、「座学はオンデマンド遠隔で、実習はオンキャンパス対面で」という意見も少なからずあった。学生の自分都合の要望なのか、真に教育効果が高いのか、検討の余地はある。

## 5. 授業に対する総合評価

表6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、2017年Aの時期を除き、4項目がすべて4点超えの高得点であった。特に、“満足”“有意義”と授業の意義や価値を評価されたというのは喜ばしかった。なお、到達度評価でも見られた現象であるが、多くの項目において、コロナ以前よりもむしろコロナ後の方が授業に対する印象評価が良いことにも注目したい。

一方、次学期の授業に対する期待度で今期授業の評価を類推するのであるが、この項目だけは1~4に比べ若干低い数値が出ていた。感情的な充足感、認知的な

表5 授業方法に関する意見 (上段: 2020年度 下段: 2021年度)

項目No	質問内容	2020年 B (N=304)			
		M	SD		
1	オール遠隔授業だった (A) では、大学の施設で体を動かしたりスポーツをできなくて不満だと感じた	3.44	1.23		
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	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た	3.25	1.07		
4	スポーツや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		
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		
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		
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		
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		
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		
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		
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		
項目No	質問内容	2021 A (N=283)		2021 B (N=264)	
		M	SD	M	SD
1	時間割が遠隔授業と混ざっていたりすると、移動のことなど考えてしっかり取り組めない	2.77	1.20	2.85	1.25
2	【運動と健康】などの授業はオンキャンパス・対面で行ってほしい、遠隔は避けるべき	3.71	1.26	3.63	1.24
3	スポーツや運動のできない人もいるので、理論中心の遠隔授業特別クラスを設ける必要がある	2.05	0.89	2.22	0.87
4	講義 (座学) 部分は遠隔、実習部分はオンキャンパス対面の組み合わせがベストだと思う	3.00	1.17	3.07	1.17
5	遠隔とオンキャンパス対面授業が混在したり、ハイブリッドになってしまうと切り替えが難しいので良くない	2.90	1.12	2.83	1.14
6	オンキャンパス対面授業が中心であったとしても、manabaやTeamsなどのICTツールをもっと活用して楽しく、便利になるようにしてほしい	2.73	1.08	2.97	1.14
7	せっかくmanabaやTeamsなどのICTツールがあるので、対面授業ではできない個別指導を充実させたり、教員と個別の相談がしやすくなればよい	2.84	1.03	2.95	1.04
8	この授業のコロナ対策では心配なところがある (不十分) と思う	2.08	0.94	2.30	0.98



有意義性に比べると、動機づけ・行動レベルの項目では低めの結果が出るのは、表4でも見たとおりである。

表6 授業に対する総合評価

質問内容	2021年A	2021年B	2020年B	2017年A	2017年B
	(N=287)	(N=284)	(N=307)	(N=419)	(N=354)
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
1 楽しかったですか？	4.54 (0.66)	4.46 (0.71)	4.46 (0.74)	4.23 (0.75)	4.31 (0.79)
2 どの程度面白かったですか？	4.36 (0.68)	4.32 (0.71)	4.28 (0.76)	4.12 (0.79)	4.17 (0.82)
3 どの程度満足でしたか？	4.31 (0.70)	4.30 (0.71)	4.28 (0.75)	3.83 (0.96)	4.11 (0.84)
4 有意義でしたか？	4.36 (0.69)	4.27 (0.74)	4.27 (0.80)		4.09 (0.87)
次の授業、例えば「運動と健康B」に対する期待はどの程度ですか？(A)	4.11 (0.84)				
5 もし、2回生以降にも「スポーツ実習」という授業があったら、受講したいですか？(B)		3.80 (1.12)	3.73 (1.19)		3.61 (1.18)

### まとめ

コロナ以降、学士体育科目「運動と健康」の実施にあたっては、実技・実習を中心とする体育授業の意味とあり方を問い直しつつ、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試行を重ねる日々であった。学生たちは「体育」の遠隔授業を経て、また、他の授業の多くが遠隔授業に変更になる中、「体育」授業こそ「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。「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。

一方、「体育」における対面授業と遠隔授業の併存可能性を探っていると、「実習対面、座学遠隔」というイイトコ取りハイブリット方式を採用してほしいという声も聞かれた。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。これからの授業改善のためのヒントである。

次に、「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応用についてである。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、理論学習を軽視しがちである。コロナによる授業方法の見直しを機に、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必要性を再認識した。

最後に、5年にわたり経年的にデータを見てみると、コロナ以前より、コロナ後の方が授業の満足度評価や到達度評価が高いという意外な結果が明らかになった。今

後、この現象の理由について検討していきたい。

### 引用・参考文献

- 梶田和弘・木内敦詞・長谷川悦示・朴京真・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.
- 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.
- 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.
- 佐橋由美・小西智咲子・倉益弥生・田邊智・田中励子・坪内伸司(2022) 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. 大阪樟蔭女子大学研究紀要, 12: 97-104.
- 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.
- スポーツ庁 令和2年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果(速報)  
[https://www.mext.go.jp/sports/content/20210420-spt\\_kensport01-000014364\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20210420-spt_kensport01-000014364_2.pdf) (2022年8月15日閲覧)
- スポーツ庁 令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果  
[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922\\_00003.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00003.html) (2022年8月15日閲覧)
- 日本経済新聞「幅広い年代で体力低下 スポーツ庁調査 コロナで運動自粛影響か」(2021年4月24日)
- 日本経済新聞「小中男子の体力最低 全国テスト、コロナ禍で運動減少か」(2021年12月24日)