

# コロナ禍における大学体育について ～神奈川歯科大学のオンライン授業の取り組みについて～

川上正人<sup>1</sup> 花田光司<sup>2</sup> 西山謙三<sup>2</sup>

1. 神奈川歯科大学 総合教育部 2. 神奈川歯科大学特任教授

University Physical Education under the Corona Pandemic  
～ A report on online PE class of Kanagawa Dental University ～

Masato Kawakami<sup>1</sup> Koji Hanada<sup>2</sup> Kenzo Nishiyama<sup>2</sup>

1. Division of Curriculum Development, Kanagawa Dental University  
2. Specially-Appointed Professor Kanagawa Dental University

## 1. はじめに

2020年の新型コロナウイルス感染症対策の影響は、小中高だけでなく、大学教育にも大きな影響を与えた<sup>5)6)7)8)</sup>。特に、大学での体育の授業は、対面での実技種目を実施している大学が非常に多く、文部科学省の調査では、コロナ禍の影響で授業計画を大幅に変更した大学が多いことが判明した<sup>3)4)11)14)</sup>。

具体的には、体育の授業をオンライン形式で実施していると回答した大学は約370校であり、夏休み以降の後期の授業では、対面授業に変更した大学は5割以上であったと報告している<sup>6)</sup>。また、一方で、依然、180校余りはオンライン形式の授業が中心となっており、感染が拡大する中で模索が続いている状況と回答している<sup>7)8)</sup>。

ところで、本学のカリキュラムは、年間を5つのステージに分け、短期集中型で授業を実施する、5ステージ制度を導入している。1つのステージは授業回数が6回（6週）であり、筆者の担当する「健康とスポーツ」科目は第4ステージまでの24回の授業が割り振られている。（以降ステージをSTと表示する）

また、本学は医療系の大学であり、スポーツを通

じたコミュニケーション能力やリーダーシップを育む実践力を身につけることを目標とし、「健康とスポーツ」を必修科目として開講している。具体的には、ST1～ST3が球技を中心とする対面での体育実技、ST4を健康リテラシー講義とし、実技と理論を組み合わせ、調和のとれた心身の育成に努めている。

しかし、今年度はコロナ禍の影響で、ST1～ST3の対面での体育実技を中止し、すべての授業をオンライン形式での授業に変更せざるを得なくなった。

受講生は約120名で、全員の顔をモニターに映し出している授業は不可能であり、基本的に教員が一方的に話しかけるだけの授業となる。試行錯誤の末、筆者が過去に大学の市民公開講座や健康セミナー等で講義したテーマを中心に授業を構築することとした。

そして、教員が一方的に説明するのではなく、受講生が参加できるオンライン授業の展開を意図して、授業の最後には、10～15分程度、安全に自宅でできる運動（自重トレーニング、ストレッチ体操など）を取り入れ、運動不足の解消、リフレッシュ

の工夫を心がけた。また、各ステージの成績は、従来の実技テストから、レポート課題の評価に変更した。さらに、本年度から、本学の特任教授となった、お二人の先生（花田光司先生、西山健三先生）にもご協力をいただき、コロナ禍の中であるが、少しでも楽しく、有意義な授業を提供できるように工夫をした。

本稿では、「コロナ禍における大学体育」をテーマに、本学での取り組みを紹介する。主観でのとりまとめのため、多少概略的になっている部分もあることを事前に述べておく。

## 2. 従来の授業計画（体育実技＋講義）

以下は、2020 年度に実施予定であった授業計画であり、球技中心の体育実技と、体育理論で構成している。表 1 に、授業内容、授業目標、およびキーワードを示した。

### ST1 (6 回)

- 1) ガイダンス（オリエンテーション）
- 2) バレーボール (1)：個人技能

- 3) バレーボール (2)：集団技能
- 4) バレーボール (3)：ゲーム 1
- 5) バレーボール (4)：ゲーム 2
- 6) 実技テスト：基本的な個人技能を評価する

### ST2 (6 回)

- 1) バドミントン (1)：個人技能
- 2) バドミントン (2)：個人技能
- 3) バドミントン (3)：シングルスゲーム
- 4) バドミントン (4)：ダブルスゲーム 1
- 5) バドミントン (5)：ダブルスゲーム 2
- 6) 実技テスト：基本的な個人技能を評価する

### ST3 (6 回)

- 1) 卓球 (1)：個人技能
- 2) 卓球 (2)：個人技能
- 3) 卓球 (3)：シングルスゲーム
- 4) 卓球 (4)：ダブルスゲーム 1
- 5) 卓球 (5)：ダブルスゲーム 2
- 6) 実技テスト：基本的な個人技能を評価する

表 1. 体育実技および講義の内容とキーワード

ステージ (回)	授業内容	授業の詳細・目標	キーワード
ST1-1	ガイダンス・オリエンテーション	授業内容の説明、成績評価および注意事項について	評価 班編成 諸注意
ST1-2	バレーボール：(個人技能)	基本的技術を身につける、簡易ゲームに適用できる	オーバーハンドパス アンダーハンドパス
ST1-3	バレーボール：(集団技能)	フォーメーションを理解し、ゲームに適用できる	サーブ レシーブ フォーメーション
ST1-4	バレーボール：ゲーム (1)	習得した技術を試合に適用できる	ルール 審判法
ST1-5	バレーボール：ゲーム (2)	習得した技術を試合に適用できる	ルール 審判法
ST1-6	実技テスト	習得した技術を正確に再現できる	基礎技術
ST2-1	バドミントン：(個人技能)	基本的技術を身につける、簡易ゲームに適用できる	ドライブ クリヤー ドロップ ヘアピン
ST2-2	バドミントン：(個人技能)	基本的技術を身につける、簡易ゲームに適用できる	スマッシュ サービス フットワーク
ST2-3	バドミントン：シングルス	習得した技術を試合に適用できる	フットワーク ルール 審判法
ST2-4	バドミントン：ダブルス (1)	習得した技術を試合に適用できる	フォーメーション ルール 審判法
ST2-5	バドミントン：ダブルス (2)	習得した技術を試合に適用できる	フォーメーション ルール 審判法
ST2-6	実技テスト	習得した技術を正確に再現できる	基礎技術
ST3-1	卓球：(個人技能)	基本的技術を身につける、簡易ゲームに適用できる	フォアハンド バックハンド ストローク
ST3-2	卓球：(個人技能)	基本的技術を身につける、簡易ゲームに適用できる	ドライブ カット スマッシュ ツッツキ
ST3-3	卓球：シングルス	習得した技術を試合に適用できる	フットワーク ルール 審判法
ST3-4	卓球：ダブルス (1)	習得した技術を試合に適用できる	フォーメーション ルール 審判法
ST3-5	卓球：ダブルス (2)	習得した技術を試合に適用できる	フォーメーション ルール 審判法
ST3-6	実技テスト	習得した技術を正確に再現できる	基礎技術
ST4-1	運動処方と消費エネルギー	運動強度 (Mets) を用いた消費カロリーの計算ができる	Mets 運動処方 心拍数 運動負荷検査
ST4-2	トレーニングの原則と応用	トレーニングの原理・原則を説明することができる	オーバーロード 超回復 特異性 可逆性
ST4-3	噛み合わせと身体バランス	スポーツにおける噛み合わせの重要性を説明できる	マウスガード バランス 筋力 姿勢
ST4-4	足指・足裏のバランスと健康	足指と身体バランス、足裏の反射区の関係性を説明できる	浮き指 扁平足 リフレクソロジー
ST4-5	メンタルトレーニングの実践と応用	ストレスと健康、メンタルトレーニングの技法を説明できる	自己肯定感 呼吸法 プラス思考
ST4-6	スポーツ現場における救急法	応急処置の方法とテーピングの技法について説明できる	RICE アイシング テーピング

## ST4 (理論：6回)

- 1) 運動処方と消費エネルギー
- 2) トレーニングの原則と応用
- 3) 噛み合わせと身体のバランス
- 4) 足指・足裏のバランスと健康
- 5) メンタルトレーニングの実践と応用
- 6) スポーツ現場における救急法

- 1) 緊急事態宣言のため休講
- 2) 緊急事態宣言のため休講
- 3) 噛み合わせと身体のバランス
- 4) 足指・足裏の健康
- 5) 心の健康とメンタルトレーニング
- 6) 運動処方と消費エネルギー（まとめ、および、レポート作成の注意事項）

## 3. オンラインに変更した授業計画（講義+軽運動）

以下は、コロナ禍の影響により変更した授業計画である。すべての授業を、オンライン形式で実施した。（以降オンライン授業をオンラインと表記する）

また、授業の最後には、10～15分程度、安全に自宅でできる運動（自重トレーニング、ストレッチ体操など）を取り入れ、運動不足の解消、リフレッシュの工夫を心がけた。

表2に、授業内容、授業目標、およびキーワードを示した

## ST1 (4回)

## ST2 (6回)

- 1) スポーツと栄養・水分補給
- 2) スポーツビジョンと動体視力
- 3) 効果的なダイエットについて
- 4) 疲労回復と睡眠
- 5) スポーツ現場における救急法
- 6) まとめ、および、レポート作成の注意事項

## ST3 (6回)

- 1) 運動不足の害
- 2) 身体地図（ボディーマッピング）とからだの使い方

表2. オンラインによる授業の内容とキーワード

ステージ (回)	授業内容	授業の詳細・目標	キーワード
ST1-1	緊急事態宣言で休講		
ST1-2	緊急事態宣言で休講		
ST1-3	噛み合わせと身体のバランス	スポーツにおける噛み合わせの重要性を説明できる	マウスガード バランス 筋力 姿勢
ST1-4	足指・足裏の健康	足指と身体バランス、足裏の反射区について説明できる	浮き指 扁平足 リフレクソロジー
ST1-5	心の健康とメンタルトレーニング	ストレス解消、メンタルトレーニングの技法を説明できる	自己肯定感 呼吸法 プラス思考
ST1-6	運動処方と消費エネルギー	運動強度（Mets）を用いた運動プログラムを説明できる	Mets 運動処方 心拍数 運動負荷検査
ST2-1	スポーツと栄養・水分補給	運動と栄養、水分摂取のタイミングについて説明できる	BCAA パフォーマンス 熱中症
ST2-2	スポーツビジョンと動体視力	動体視力がパフォーマンスに及ぼす影響について説明できる	動体視力 KVA DVA パフォーマンス
ST2-3	効果的なダイエットについて	基礎代謝と運動を取り入れた減量法について説明できる	ダイエット 基礎代謝 生活活動代謝
ST2-4	疲労回復と睡眠	疲労回復方法と睡眠のメカニズムについて説明できる	クールダウン マッサージ メラトニン
ST2-5	スポーツ現場における救急法	応急処置とテーピングの技法について説明できる	RICE アイシング テーピング技法
ST2-6	まとめ（レポート作成）	講義内容をレポートにまとめることができる	レポート課題
ST3-1	運動不足の害	運動習慣と健康維持の重要性について説明できる	生活習慣病 ストレス 有酸素運動
ST3-2	身体地図とからだの使い方	ボディーマップと身体の動きについて説明できる	ボディーマップ 固有センサー 老化
ST3-3	正しい歩き方と健康	スムーズな重心移動の歩き方について説明できる	重心移動 着地 接地時間 脚やせ
ST3-4	燃え尽き症候群とは？	医療人における燃え尽き症候群について説明できる	バーンアウト 目標設定 理想 無気力
ST3-5	スポーツとドーピング	ドーピングに関わる歯科医師の役割について説明できる	ドーピングと薬物乱用の違い 検査手順
ST3-6	まとめ（レポート作成）	講義内容をレポートにまとめることができる	レポート課題
ST4-1	歯科とスポーツの関わり	歯科医師のスポーツへの貢献とサポートについて説明できる	マウスガード 競技特性 噛み合わせ
ST4-2	スポーツを科学する	スポーツ技術の進化と最新テクノロジーについて説明できる	スポーツ医学 バイオメカ 映像分析
ST4-3	怪我の予防と精神力について	スポーツ時における怪我の発生要因について説明できる	疲労 筋力 柔軟性 アンバランス
ST4-4	噛み合わせと病気（西山特任教授）	噛み合わせと全身の機能について説明できる	オーラルバランス アンチエイジング
ST4-5	四股と下半身の強化（貴乃花特任教授）	相撲を通した体幹と股関節の重要性について説明できる	四股 丹田 呼吸 精神力
ST4-6	まとめ（レポート作成）	講義内容をレポートにまとめることができる	レポート課題

- 3) 正しい歩き方と健康
- 4) 根性を科学する：燃え尽き症候群とは？
- 5) スポーツとドーピング
- 6) まとめ、および、レポート作成の注意事項

#### ST4 (6 回)

- 1) 歯科とスポーツの関わり：歯科医学の貢献と発展
- 2) スポーツを科学する：peek a body を活用した姿勢分析
- 3) 怪我の予防と精神力について
- 4) 噛み合わせと病気（西山健三先生：本学特任教授）
- 5) 相撲から見た足腰の大切さ（花田光司先生：本学特任教授）
- 6) まとめ、および、レポート作成の注意事項

#### 【特任教授の授業内容】

以下は、ST4 の 4 回目と 5 回目の特任教授の授業の詳細を示したものである。

##### 【西山謙三特任教授】

- 1) 噛み合わせと病気
- 2) 噛み合わせと全身機能について
- 3) 噛み合わせとアンチエイジング

##### 【花田光司特任教授】

- 1) 現役の時に感じた、歯の大切さ
- 2) 丹田（たんでん）と身体の軸、姿勢について
- 3) 相撲から見た足・腰の大切さ

#### 4. 体育実技とオンラインのアンケート結果の比較

ここまで、従来の授業計画と、オンラインに変更した授業内容を報告した。

前述したように、本学の「健康とスポーツ」授業は、実技と理論を組み合わせ、調和のとれた心身の育成に努めてきた。しかし、今回のコロナ禍の影響により、従来の体育実技ができず、急場をしのぐ内容で何とか乗り越えたというのが、本音である。

ST ごとのテーマもバラバラになってしまい、講義の

ためのスライド作成に、かなりの時間を要した。お二人の先生（花田光司先生、西山健三先生）には、心より感謝している。

従来の体育実技には、運動による健康の維持増進だけでなく、友人作りやリフレッシュの効果も期待できる。オンラインは、身体を動かすことが好きな受講生には残念であり、また、運動が苦手な受講生には、安心した一面もあったかもしれない。

それぞれの授業評価や、提出されたレポート課題から、本学の受講生の特徴と今後の課題について考察する。なお、個人情報の取り扱いについては、「学校法人神奈川歯科大学研究倫理規程」を順守した。

以下は、本学が毎年、教学部の協力により実施している、授業評価アンケートを一部改編したものである。受講した科目、および教員に対する設問に 5 段階で回答し、点数化したものをグラフ化した。（LMS 授業評価アンケートより引用）

回答内容（点）

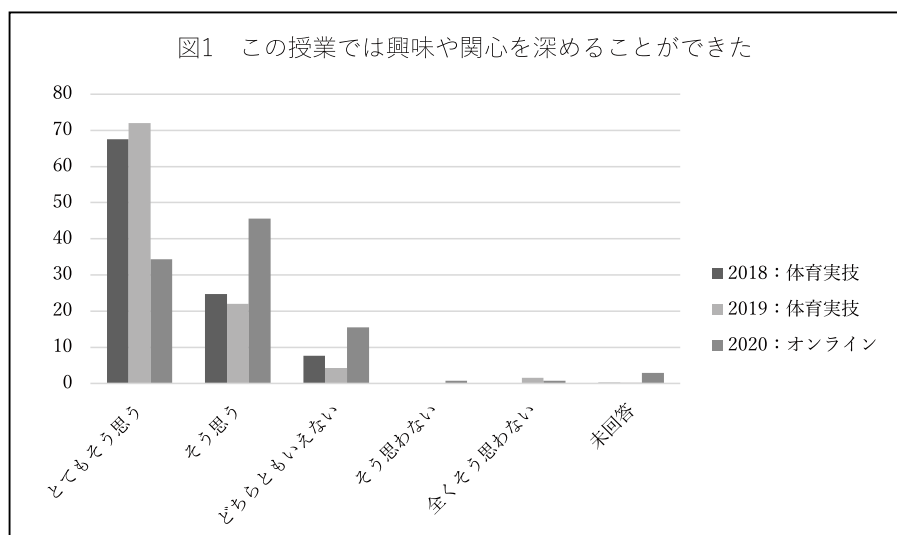
- |              |       |
|--------------|-------|
| a) とてもそう思う   | (5 点) |
| b) そう思う      | (4 点) |
| c) どちらともいえない | (3 点) |
| d) そう思わない    | (2 点) |
| e) 全くそう思わない  | (1 点) |
| 未回答          | (0 点) |

図 1 は、「この授業では興味や関心を深めることができたか？」の設問の結果である。

グラフは数値を大約したものである。比較のために 3 年間の授業評価を示した。

「とてもそう思う」の最大肯定は、体育実技では、70%前後で同程度の数値であったが、オンラインでは約 35%であり、体育実技がオンラインの 2 倍の数値を示した。

また、「そう思う」は、体育実技では、25%前後であり、オンラインでは約 45%であり、オンラインが 20%程度高い数値であった。さらに、「どちらともいえない」は、体育実技では、5%前後であり、オンラインでは約



15%であり、オンラインが10%程度高い数値を示した。

その他、「そう思わない」、「全くそう思わない」の否定的評価は、体育実技、オンライン、両者ともほとんどなかった。

図2は、「この授業を受けて良かった」の設問の結果である。グラフは数値を大約したものである。比較のために3年間の授業評価を示した。

「とてもそう思う」の最大肯定は、体育実技では、80%弱でそれほど違いが見られなかったが、オンラインでは40%弱であり、体育実技がオンラインの2倍の数値を示した。

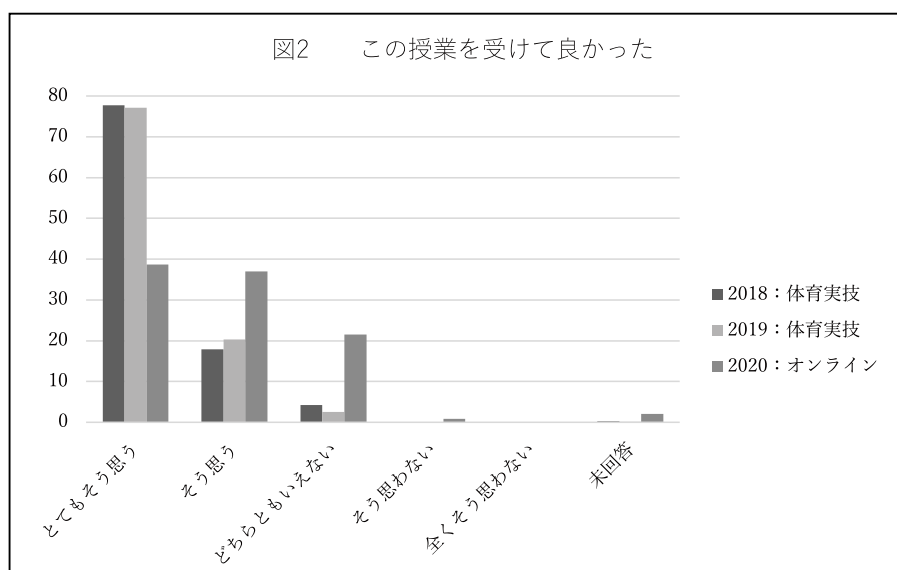
また、「そう思う」は、体育実技では、20%前後であり、オンラインでは37～38%であり、オンラインが17～18%高い数値であった。さらに、「どちらともいえない」

は、体育実技では、5%前後であり、オンラインでは約20%であり、オンラインが15%程度高い数値を示した。

その他、「そう思わない」、「全くそう思わない」の否定的評価は、体育実技、オンライン、両者ともほとんどなかった。

これらの結果から、体育実技を実施した年度は、オンラインよりも、肯定的評価が高いことが判明した。オンラインの準備には、資料の収集や、スライド作成に非常に時間がかかり、土日関係なく授業の準備に追われる日々もあった。

それにもかかわらず、「どちらともいえない」の評価が体育実技よりも10%～15%高い数値を示したことは、内容的に改善の余地があることが示唆された。



従来の体育実技であれば、相手との触れ合いや、グループワークでの行動、チームワークなど、授業を通して直接的に気づくことがたくさんある。

オンラインでは、体育実技を実施した時と同等の効果を実現することは不可能であり、オンラインに限界があると実感した。それゆえ、授業に対する興味・関心、および、授業への満足度が低かったものと推察する。

特に、本学の「健康とスポーツ」授業は、初年次に開講しており、友人作りや、協調性の育成、リレーション的要素など、体育実技を通しての主観的恩恵が大きい。

今回、初めてオンラインでの授業を実施してみて、当たり前のように実施していた体育実技は、オンラインでは体験することができない部分が非常に大きく、対面授業の重要性を再認識する良い機会になった。今後の授業構築の参考にしていきたいと思う。

## 5. レポート提出からみた受講生の特徴

以下は、ST1～ST4までの講義から、受講生が提出したレポート課題の割合を示したものである。レポート課題提出に関しては、受講した講義の中から、興味・関心のあるテーマを1つ選択し、以下の要点に留意し、1500文字程度で作成する。

### 【レポート作成の留意点】

- 1) なぜ、このテーマを選択したのですか？
- 2) 興味関心が高まった内容はありましたか？
- 3) どのような知識が得られましたか？
- 4) 将来応用できるとしたら、どのように活用してみたいですか？

図3は、ST1に実施した講義のテーマから、受講生が提出したレポート課題の割合を示したものである。記載した数値は大約したものである。

「噛み合わせと身体バランス」が50%であり、「心の健康とメンタルトレーニング」、および「運動処方と消費エネルギー」が20%、「足指、足裏の健康」が10%であった。

提出率が高かった「噛み合わせと身体バランス」

に関するレポートでは、以下のような内容が多く見られた。

- 姿勢、筋力、スポーツパフォーマンスに影響を及ぼすことを学べた
- 身体バランス、特に腰痛、肩こりにも関係があることが理解できた
- マウスガードの種類はいろいろあり、市販のマウスガードの使用は、パフォーマンスを低下させるだけでなく、顎関節症にも繋がるということが理解できた
- カスタムメイドのマウスガードの使用を推奨する理由がわかった
- 噛み合わせ、および、自身の歯の残存数と転倒予防の関係性が理解できた

図3 ST1の課題レポート

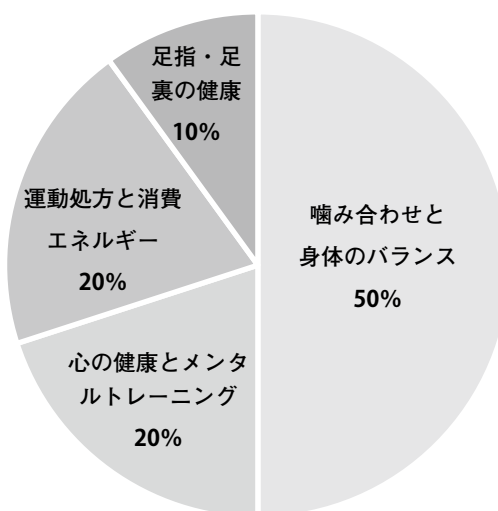


図4は、ST2に実施した講義のテーマから、受講生が提出したレポート課題の割合を示したものである。記載した数値は大約したものである。「スポーツ現場における救急法」が50%であり、「スポーツと栄養・水分補給」が20%、「スポーツビジョンと動体視力」「効果的なダイエットについて」、および「疲労回復と睡眠」が同じ10%であった。

提出率が高かった「スポーツ現場における救急法」に関するレポートでは、以下のような内容が多く見られた。

- スポーツ外傷の予防法や、スポーツにおける口腔外傷について学ぶことができた



- RICE 処置のやり方、特にアイシングの重要性を理解できた
- 市販の湿布の弊害を理解できた
- 応急処置のテーピングのやり方を学ぶことができた
- テーピングの種類、技法を学ぶことができた

図 4 ST2 の課題レポート

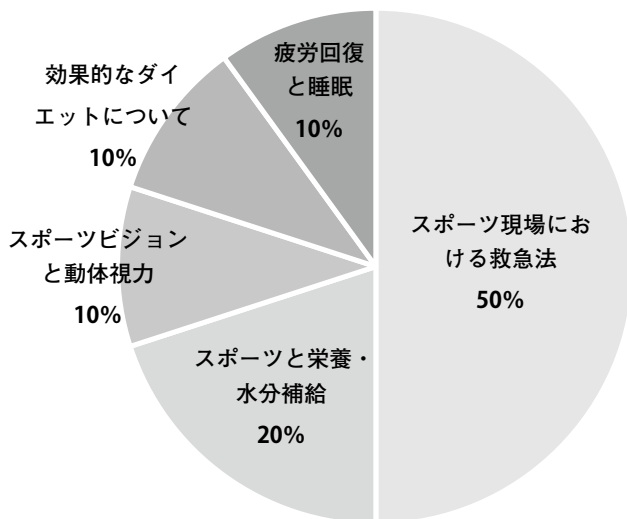


図 5 は、ST3 に実施した講義のテーマから、受講生が提出したレポート課題の割合を示したものである。記載した数値は大約したものである。「運動不足の害」が 40%であり、「スポーツとドーピング」が 30%、「身体地図とからだの使い方」「正しい歩き方と健康」、および「根性を科学する」が同じ 10%であった。

提出率が高かった「運動不足の害」「スポーツとドーピング」に関するレポートでは、以下のような内容が多く見られた。

- 運動不足の弊害と、日常生活に取り入れられる、運動を学ぶことができた
- 運動強度に着目した運動処方作成と、継続した運動の実践の大切さが理解できた
- ドーピング検査の手順を理解することができた
- ドーピングと薬物乱用の違いが理解できた
- 歯科医師がドーピング検査に携わることができるのを初めて知った

図 5 ST3 の課題レポート

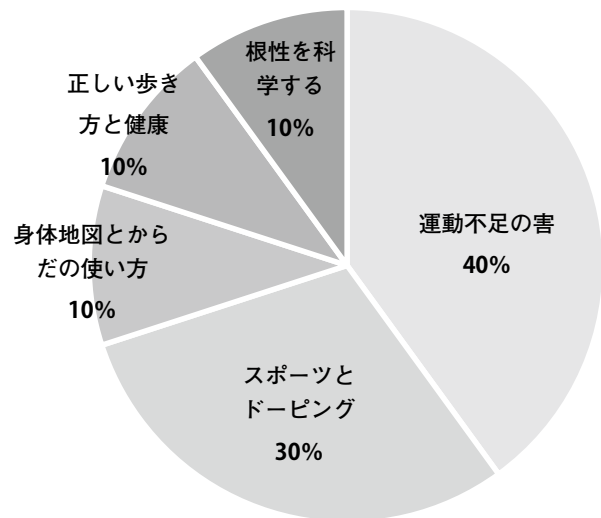
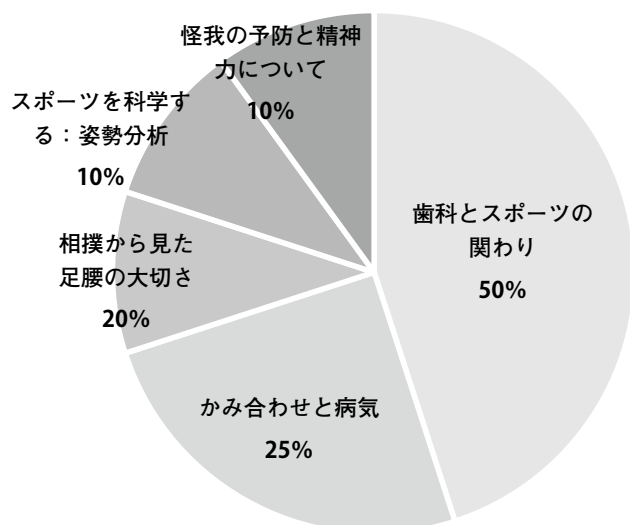


図 6 は、ST4 に実施した講義のテーマから、受講生が提出したレポート課題の割合を示したものである。記載した数値は大約したものである。「歯科とスポーツの関わり」が 45%であり、「噛み合わせと病気」が 25%、「相撲から見た足腰の大切さ」「スポーツを科学する:姿勢分析」、および「怪我の予防と精神力について」が同じ 10%であった。

提出率が高かった「歯科とスポーツの関わり」「噛み合わせと病気」に関するレポートでは、以下のような内容が多く見られた。

- 歯科界がアスリートの支援に関与していることを学ぶことができてよかった
- 競技種目と歯列、咬合の特性を学ぶことができてよかった
- パラリンピック選手の身体バランスを、噛み合わせの治療で改善できた内容に感動した
- 西山先生の、歯科と医科の連携したオーラルバランス治療の話は大変興味深かった
- 花田光司さんの話を、大学の授業で聴いて感動した、四股トレーニングをしてみたい

図6 ST4の課題レポート



これらの結果は、医療人を志す本学学生の特徴も大きく関与しているものと推察される。

早坂ら<sup>1)</sup>は、医療系大学生は医療や健康に関する関心が高く、良好な生活習慣の維持に努めていると予測され、行動変容ステージは高位であると報告している。また、過去に筆者が本学の日本人学生と留学生を対象に調査した、生活習慣と主観的健康状態の報告でも医療や健康に対する関心が高い結果を示した<sup>2)</sup>。

この提出されたレポート課題より、本学学生の特徴を分析し、より興味・関心が高いテーマを選択し、在宅でも十分満足できる授業を提供していきたいと考える。

## 6. 体育実技を再開した大学のアンケート結果(例)

以下に、筆者が非常勤講師をしているY大学の例を紹介する。

Y大学は、コロナ禍の影響により、前期は、全科目がオンライン授業になり、体育の授業(健康スポーツ実習)は中止となった。後期は、厳重な感染予防とマスクの着用、および人数制限を行い、実技種目を実施した。

授業終了時に、無記名によるアンケート調査を実施した。アンケートの質問項目を以下に示す。

### 【アンケート項目】

「前期はコロナ禍のため授業は中止となった。後期、

この科目を履修して良かったと思える点について、自由に記述しなさい。」

アンケートに関しては、倫理的配慮として、匿名性、個人情報の保護、成績評価に無関係であること、調査への協力は任意であることを伝え、同意が得られたアンケートを採用した。

科目名：健康スポーツ実習

種目：バドミントン

履修者数：約30名(感染予防のため募集定員を制限)

受講生の授業評価アンケート(原文のまま抜粋)

- 新型コロナウイルスが流行して、なかなか身体を動かさなくなってしまったので、週に1回の体育の時間を運動不足解消に当てられたので良かった。
- コロナの影響で、接触のあるスポーツはプレーが制限されると思ったため、ネット競技であるバドミントンを選択した。この授業を通して仲良くなった子も多数おり、運動することの大切さや楽しさ、人とのつながりを実感できた。
- 前期は、オンライン授業で学内に入ることができなかった。この科目を受講したことで、早起きが習慣になり、外に出るきっかけができた。何よりも、コロナで運動不足になっていたため、運動不足を解消でき、健康に過ごすことができたことが一番大きな成果だと感じる。
- 健康スポーツ実習の受講生の殆どが1年生であり、コミュニケーションをとるいい機会になった。
- コロナのせいで大学に行く理由がなかった私にとって、健康スポーツ実習は数少ない対面授業だったので、精神的にもありがたかった。おかげで友達を作ることでもできたので、履修してよかったと思います。
- コロナにより対面で行える授業が少なかったため、実際に友人たちと会って活動できたこと、身体を大いに動かせたことが非常にありがたかった。
- 大学では体育のような授業は存在しないと思っていたので健康スポーツ実習を見つけたときは感動しました。私は運動が大好きなのですが、今回のコロナを通して、運動の大切さと、改めて運動ができることのあ



りがたさを実感することができました。

## 7 まとめと今後の課題

本稿では、「コロナ禍における大学体育」をテーマに、本学での取り組みを紹介した。

従来の体育実技と、今回のオンラインの比較から、多くの知見を得ることができた。

運動不足解消とリフレッシュを目的とし、オンラインの最後には、10～15分程度の運動を取り入れたが、現実問題として、体育実技と同等の効果をすることは不可能であり、オンラインでできる範囲には限界があることを実感した。

それゆえ、今後、体育実技に少しでも近づけるための、コンテンツの開発が必要であり、教育効果を高めるために、写真や動画を駆使するなど、工夫していく必要があると考える。

また、提出されたレポート課題より、本学学生の特徴を分析し、より興味・関心が高いテーマを選択し、在宅でも十分満足できる授業を提供していきたいと考える。

今回のオンラインへの変更は、対面での体育実技が当たり前の授業だと思っていた筆者にとって、受講生の顔が見えない授業は初めてであり、貴重な経験であった。

オンライン実施の中で感じた様々な課題や、反省点については、継続して今後のオンライン授業に向けて検討していきたい。

最後に、オンラインの終盤は講義するテーマも限界で、引き出しが少ないことを露呈する形となってしまった。

そのような中、ご自身の専門分野を、体育の授業と共通するテーマで、わかりやすく講義していただいたお二人の先生（花田、西山特任教授）には、心より感謝申し上げたい。特に、花田特任教授は、実際に、相撲の四股の指導もしていただき、学生の反響が非常に大きかった。この誌面をもって御礼申し上げます。

## 参考文献

- 1) 早坂恵莉、志鎌 瑤、赤塚清矢：医療系大学生の生活習慣と行動変容に関する評価，東北理学療法学，31 (0) ,pp53-58,2019.
- 2) 川上正人：神奈川歯科大学生の生活習慣と主観的健康状態に関する調査について  
～日本人学生と留学生の比較から～，神奈川歯科大学基礎科学論集 第35号,pp13-21,2017.
- 3) 川本 勝：オンラインで始める新型コロナ時代の新しい大学教育，尚美学園大学スポーツマネジメント研究紀要第1号,pp39-56.
- 4) 小谷 究：オンラインによる大学バスケットボール授業の実践と可能性，大学体育スポーツ学研究，18,pp1-9,2021.
- 5) 宮部 寿、清水 由、佐藤善人：特別企画・体育授業の今 - 新型コロナは体育をどう変えたのか - : コーチングクリニック 9月号,2020,pp36 - 41.
- 6) 文部科学省「大学における後期等の授業の実施方針等に関する調査結果」、「大学等における後期授業の実施方針の調査について」（2020年9月15日）[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/activity/detail/2020/20200915\\_01.html](https://www.mext.go.jp/b_menu/activity/detail/2020/20200915_01.html).
- 7) 文部科学省「今年度の体育における学習活動の取り扱いについて」、スポーツ庁政策課学校体育室 [https://www.mext.go.jp/content/20201007-mxt\\_kouhou01-000004520\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20201007-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf)
- 8) 文部科学省高等教育局高等教育企画課：新型コロナウイルス感染症対策に関する大学等の対応状況について,2020年，[https://www.mext.go.jp/content/20200413-mxt\\_kouhou01-000004520\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200413-mxt_kouhou01-000004520_2.pdf).
- 9) NHK WEB, 新型コロナ「大学調査で学生の心への影響が浮き彫りに」,2020年，<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20200902/k10012597361000.html>.
- 10) 中路恭平：大学体育実技の成果と学生の運動実施状況に関する研究，南山大学紀要『アカデミア』人文・自然科学編，第11号,2016年,pp69-90.
- 11) 島 健：必修科目「ウエルネスと身体」のオンライ

- ン授業での試み, 上智大学体育(54), pp33-45, 2021.
- 12) 末次美樹、秋田浩一、江口淳一、下谷内勝利、鈴木淳平、竹田幸夫、出井章雅、深井正樹、柳浩二郎、山口良博、岩本哲也：コロナ禍における大学生の健康状態と運動実施に関する調査 - 報告体育に関連する科目履修者を対象として -, 駒澤大学総合教育研究部紀要(15), 41-60, 2021.
- 13) 辰本頼弘他：大学生のスポーツ実施における意識調査, 追手門学院大学スポーツ研究センター紀要第1号, 2016年, pp15-22.
- 14) 山津幸司：新型コロナウイルスの感染症蔓延初期の大学体育の開講状況：九州地区国立教員養成大学・学部開講授業の分析結果からの考察, 九州地区国立大学教育系・文系研究論文集第7巻第1号, pp1-18, 2020.
- 15) 全国大学生生活協同組合連合会 広報調査部, 「緊急！大学生・院生向けアンケート」大学生集計結果速報 2020年. [https://www.univcoop.or.jp/covid19/enquete/pdf/link\\_pdf02.pdf](https://www.univcoop.or.jp/covid19/enquete/pdf/link_pdf02.pdf).