



体育実技・レクリエーションスポーツ授業風景 左：フリーテニス 右：インディアカ

# FRONTIER

教育・研究の最前線

## コロナ禍における体育実技の役割

体育研究所 教授

むらやまみつよし  
村山光義

2020年度、大学の体育実技授業は新型コロナウイルス感染症拡大（コロナ禍）により春学期を休講とし、秋学期から対面授業を再開しました。コロナ禍では外出制限・遠隔授業の自宅学習の増加等から、大学生のメンタルヘルスや社会的スキルへの悪影響が懸念されていました。対面活動を通じ心身の健康の維持・改善に寄与してきた体育実技にとって、対面授業の再開はその教育的効果について再考し、またパンデミックという新たな社会的危機に立ち向かうための契機となりました。我々は、体育実技の再開が塾生の身体活動の確保とキャンパスでの貴重な交流の場となる点を重視し、授業の中で塾生相互のコミュニケーション活性化に一層強く取り組みました。加えて、コロナ禍にある塾生のメンタルヘルスと社会的スキルの水準を把握し、体育実技がもたらす影響について調査を行いました。調査はメンタルヘルス（WHO-5）、社会的スキル（KISS-18）を評価する質問に回答をするもので、秋学期授業期間の前後

にWebで行いました。WHO-5が低得点の場合はうつ病のケアが示唆され、KISS-18は対人関係の円滑化スキルの高低を示します。回答は455名（体育実技の履修者群316名、非履修者群139名）から得られました。その結果、WHO-5とKISS-18ともに秋学期前後の得点の変化は履修者群と非履修者群で異なり、WHO-5は履修者群で向上、KISS-18は非履修者群で低下の傾向が示されました。また、課外活動（体育会・サークル）への所属有無や履修種目の違い（個人・集団種目）は関連が弱いものでした。つまり、体育実技履修者は授業期間前後においてメンタルヘルスの向上、および社会的スキルの維持を示し、対面授業という体験がポジティブに寄与したと考えられました。今後も、塾生の多様な学びを保障し、心身面と社会面の発達を基礎的に支える場として体育実技の充実に努力しなくてはならないことを痛感しています。

※本結果は以下に論文発表をしました。『大学体育スポーツ学研究』第19巻p.84～93 [https://dataiken.or.jp/?page\\_id=256](https://dataiken.or.jp/?page_id=256)