

水産大学校新入生の体力の推移(2002-2005年度)

竇學淳郎¹

A Study of the Change in the Physical Fitness of the Newly-Admitted National Fisheries University Students 2002-2005

Atsurou Hougaku¹

1. 緒 言

2002年9月中央教育審議会は子どもの体力向上のための総合的な方策について答申した*。そこでは子どもは体格が向上しているにもかかわらず、体力・運動能力が低下しているという指摘もなされている¹⁾。子どもの体力低下は1981年以来とされ、今や体力の低下は深刻な教育問題、あるいは社会問題として関心を寄せる研究者、教育者も多い。

水産大学校では、1年生の体育実技(通年)、体育理論(半期)、2年生の体育実技(半期)が必修授業として実施されている。この体育理論(15コマ)の内容は、前半は体育・スポーツ史及び現代スポーツ論の講義、後半は健康とスポーツに関する講義・演習が主である。特にこの後半部分では、今の「自分の身体を知るー分析するー考える」という行動様式を学生に意識させるために、スポーツテストの分析、万歩計を使用した日常の運動量の分析、体脂肪の分析、生活習慣の分析なども学生各自に行わせ、自らの運動処方を考えさせている。

本学では2002年度からスポーツテストを新入生に対し実施している。2002年度から2005年度までのそのデータが蓄積されたので、本稿では、本学新入生の体力及びその推移に関する情報を提供したい。

2. 方 法

1) 対象者

対象とした学生は2002年度から2005年度の4年間に本

学に入学した新入生男子、女子である。体調の悪い学生などを除いた測定者数は、男子計591名、女子計151名であった。

Table 1. スポーツテスト対象新入生数

	2002年度	2003年度	2004年度	2005年度
男子	136 (73.5)	139 (80.8)	163 (82.7)	153 (81.4)
女子	49 (26.5)	33 (19.2)	34 (17.3)	35 (18.6)
計	185(100.0)	172(100.0)	197(100.0)	188(100.0)

n(%)

2) 調査項目

体力の調査項目は、文部科学省が全国規模で実施している同様の調査に準じた**。

その体力の調査項目は、①握力②上体起こし③長座体前屈④反復横跳び⑤20mシャトルラン⑥50m走⑦立ち幅とび⑧ハンドボール投げである。

3) 測定方法

スポーツテストの実施に際しては、事前にスポーツテストの意味、および実施要領を学生に説明周知させた後に実施した。個々の種目の実施回数についてはその実施要項にしたがった。

4) 測定時期

測定時期は入学すぐにテストを行うとけがの可能性が高いので、毎年ほぼ6月末の体育実技の授業時間中に行った。

2006年10月19日受付. Received October 19, 2006.

¹ 水産情報経営学科 (Department of Fisheries Information and Management, National Fisheries University)

〒759-6595 下関市永田本町2-7-1 (2-7-1 Nagata-honmachi, Shimonoseki 759-6595)

5) 分析方法

文部科学省は全国 47 都道府県の小学校、中学校、高等学校、高等専門学校、公・私立短期大学、国公立大学、及び全国 47 都道府県の成人を対象にして、スポーツテストを行っており、この結果を次年の体育の日に公表している。考察にあたっては、これらの数値を参考とした。

3. 結果

表 2、3 は年度毎の測定結果を男女別に示したものである。調査時における平均年齢は 2002 年度（男子 18.7 歳、女子 18.8 歳）、2003 年度（男子 18.4 歳、女子 18.4 歳）、2004 年度（男子 18.5 歳、女子 18.7 歳）、2005 年度（男子 18.6 歳、女子 18.6 歳）であったので、全国平均については、2003 年度は文部科学省によって公表された 18 歳の平均値、それ以外の年度は 19 歳の平均値を掲載した。

4. 結びに代えて

結びに代えて、過去 4 年間の本学新入生の体力及びその推移について、男女別に体力の機能的側面との関連で整理しておきたい。

男子では、握力（筋力）と長座体前屈（柔軟性）の値がいずれの年も全国平均を上回る一方で、上体起こし（筋持久力・筋力）、反復横とび（敏捷性）、20m シャトルラン（全身持久力）、立ち幅とび（筋パワー）については全国平均を上回ることにはなかった。また、50m 走（スピード）とハンドボール投げ（巧緻性・筋パワー）については年度によって異なっていた。

女子では、握力（筋力）と長座体前屈（柔軟性）の値がいずれの年も全国平均を上回る一方で、上体起こし（筋持久力・筋力）、立ち幅とび（筋パワー）、ハンドボール投げ（巧緻性・筋パワー）については全国平均を上回ることにはなかった。また、反復横とび（敏捷性）、20m シャトルラ

Table2. 4年間の体力の推移（男子、平均）

測定項目	2002 年度	2003 年度	2004 年度	2005 年度
握力 (cm)	46.3	45.1	46.1	45.5
全国平均	44.1	43.7	44.6	44.2
上体起こし (回)	27.9	28.4	27.9	29.5
全国平均	28.0	28.8	29.9	29.5
長座体前屈 (cm)	49.5	51.8	53.3	54.3
全国平均	46.8	48.2	49.4	48.9
反復横とび (点)	52.7	54.0	54.7	55.9
全国平均	53.6	54.4	55.6	55.9
20m シャトルラン (折り返し数)	73.9	75.1	76.1	73.4
全国平均	79.5	78.5	81.9	81.0
50m 走 (秒)	7.43	7.40	7.50	7.38
全国平均	7.45	7.51	7.43	7.43
立ち幅とび (cm)	220.9	221.5	217.9	224.1
全国平均	232.1	229.6	231.5	228.4
ハンドボール投げ (m)	24.8	25.3	26.6	26.6
全国平均	26.7	26.7	26.9	26.5

Table3. 4年間の体力の推移(女子, 平均)

測定項目	2002年度	2003年度	2004年度	2005年度
握力 (cm)	28.1	27.7	29.9	28.2
全国平均	27.3	27.0	27.7	27.3
上体起こし (回)	18.4	18.9	19.9	19.9
全国平均	19.3	19.8	21.3	21.1
長座体前屈 (cm)	48.5	49.4	51.3	50.3
全国平均	45.4	45.2	46.8	46.5
反復横とび (点)	40.0	45.1	46.1	46.1
全国平均	44.1	44.2	46.5	45.5
20m シャトルラン (折り返し数)	36.4	42.2	51.2	47.0
全国平均	43.3	45.1	44.7	44.5
50m 走 (秒)	9.95	9.20	9.24	8.98
全国平均	9.28	9.30	9.18	9.13
立ち幅とび (cm)	152.1	160.0	164.1	164.5
全国平均	167.0	167.2	172.1	170.3
ハンドボール投げ (m)	14.0	13.8	14.8	13.8
全国平均	14.6	14.2	14.8	14.0

ン(全身持久力)、50m走(スピード)については年度によって異なっていた。

データ数は少ないが、男女共通して言えることは、握力(筋力)、長座体前屈(柔軟性)が高い一方で、上体起こし(筋持久力・筋力)、立ち幅とび(筋パワー)が低いことであろう。

文部科学省の報道発表(2006年10月9日)は、20年前と比較のうえで、特に青少年の持久力の低下が顕著であることを指摘している。この意味では、全国平均と比べた本学男子20mシャトルラン(全身持久力)の結果の低さも懸念されるデータと言える。

一般的に体力は身体的要素と精神的要素に分けられ、身体的要素は行動体力と防衛体力に分けられる。行動体力はさらに形態と機能に分けられる。スポーツテストはこの機能的側面を主に測定するものであり体力すべてをはかり得るものではないが、学生はもちろん教職員もその動向を意識する必要があると思われる。

註

*中央教育審議会は2001年4月11日に文部科学大臣から「子どもの体力向上のための総合的方策について」諮問を受けた。答申内容については文部科学省ホームページを参照。

**1964年より長らく行われた体力テストは改訂され、2000年3月に新しいテキストが作成された。方法、種目が改訂され、より細やかに信頼性高く、安全に測定されるように工夫されている。

文 献

- 1) 国土将兵：こどものライフスタイルから見えること、体育科教育, 50(4)10-21(2002)