

年次推移からみる 向上している体力、 低下している体力

はじめに

現在、筆者は保育士・幼稚園教諭養成課程のある短期大学で子どもの運動遊びや保育内容の健康領域を学生に教えている。

これらの講義の時に、「現在の子ども達の体力は低下していると思うか」と質問をすると、学生の多く(多い時には8割以上もの学生が!)が「そう思う」と回答する。さらに、「どのようなた体力要素が低下しているか」との問いに多くの学生は、「50m走や持久走の記録の低下を予想する。しかし、講義の中で

体力・運動能力調査のそれぞれの測定項目における年次推移を示し、解説を加えていくと、自身の予測とは大きく異なっているということに気づく。

このように現在の子どもの体力については昔と比べて低下しているという認識が一般的であると考えられる。しかしながら、年次推移を見ていくと確かに低下し続けている測定項目もあるが、一時低下し、その後近年においては向上傾向である測定項目も存在することがわかる。また、1999年に開始された新体力テストから実施された測

定項目の年次推移をみていくとそれぞれの測定項目でその測定記録の推移は異なっており、大幅に向上している測定項目もある。

それぞれの測定項目における年次推移には子ども達のスポーツ活動の実施だけではなく、生活環境の変化などの背景も関わっている。その要因を議論することにより実際の子どもの体力・運動能力の低下の課題について理解することができる。そこで今回、1965年以降の体力・運動能力調査の年次推移を概観し、向上している測定項



短期大学部准教授 石川拓次

子どもの体力低下が指摘されているが、体力・運動能力調査の結果の年次推移をみると、測定項目によって推移に違いがあることがわかる。その要因はどのようなものか。子ども達にどのような働きかけが必要なのかを考察する。

● 1985年以降、低下し続けている測定項目

(1) 握力

図1に11歳における男女別の握力の測定結果(1985年対比、以下同じ)の年次推移を示した。男子についてみる。1985年は21.08kgであり、最も低いのは2019年の19.43kg(92.17%)であった。女子についてみる。1985年は20.

49kgであり、最も低いのは2019年の19.23kg(93.85%)であった。

(2) ソフトボール投げ

図2に11歳における男女別のソフトボール投げの測定結果の年次推移を示した。男子についてみる。1985年は33.98mであり、最も低いのは2019年の26.65m(78.43%)であった。女子についてみる。1985

いのは2017年の16.33m(79.58%)であった。

● 一時測定結果が低下したが、近年向上している測定項目

(1) 50m走

図3に11歳における男女別の50m走の測定結果の年次推移を示した。男子についてみる。1985年は8.75秒であり、最も低いのは2001年の9.03

秒(103.20%)であった。その後、2015年には8.78秒(100.34%)まで向上している。女子についてみる。1985年は9.00秒、最も低いのは1998・1999・2001・2002年の9.26秒(102.89%)であった。その後、2013・2015・2017・2018年には9.12秒(101.33%)まで向上している。

(2) 反復横跳び

図4に11歳における男女別の反復横跳びの測定結果の年次推移を示した。男子についてみる。1985年は42.72回、最も低いのは1999年の41.31回(96.70%)であった。その後、2018年には47.02回(110.07%)まで向上している。女子についてみる。1985年は41.21回、最も低いのは1998年の38.22回(92.74%)であった。その後、2018年には44.63回(108.30%)まで向上している。

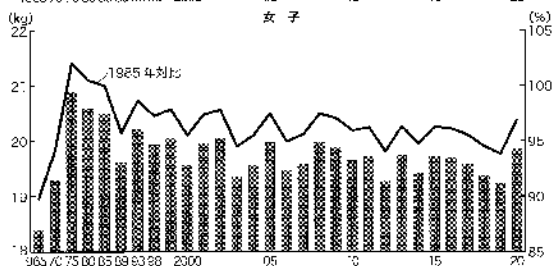
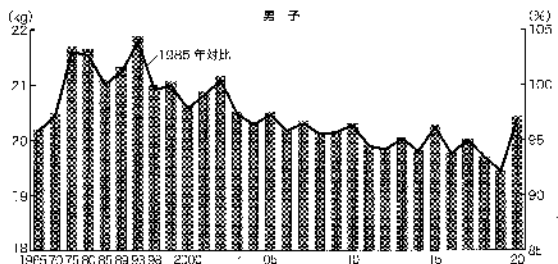


図1 握力の年次推移(11歳)

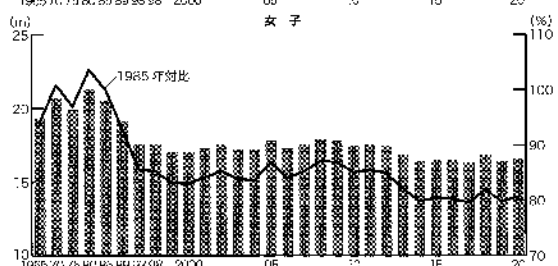
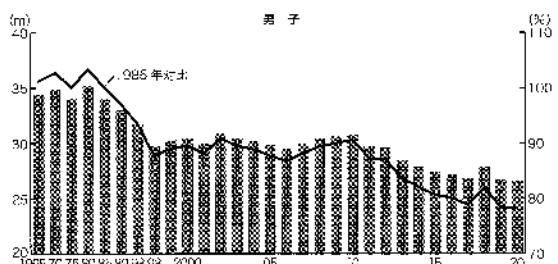


図2 ソフトボール投げの年次推移(11歳)