

長野県内の学校に通う幼児から高校生

までの体力測定の結果

岩原 今日子 (信州大学)

1. 目的

文部科学省は、子どもの体力・運動能力について、1985年から長期的に低下傾向にあることを報告している。しかし、体力を把握するために1964年より実施された旧スポーツテストと、1999年から今まで実施されている新体力テストいずれの体力測定においても、実施種目に相違があるため、幼児から高校生まで年代別に一貫した体力の差を明らかにすることはできない仕組みとなっている。

そこで、本研究では、安全性を考慮した上で、文部科学省の定めた65歳から79歳までの6種目の体力測定を幼児から高校生までの間で実施し、身体発達状態を調べ、それぞれの種目の男女差を調査し、体力の発育発達に関する研究の一助とすることを目的とする。

2. 研究方法

被験者は、長野県内にあるS幼稚園に通う幼稚園生78名、S小学校に通う小学生154名、S中学校に通う中学生117名、F高等学校に通う高校生174名の計523名であった。そして、文部科学省の定めた65歳から79歳までの6種目である握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行の体力測定を実施した。

3. 結果と考察

握力の男女差においては、中学3年生($p < 0.01$)、高校1年生、高校2年生、高校3年生($p < 0.001$)について有意な差が認められ、男子は女子より高値を示した(図1)。

上体起こしの男女差においては、小学6年生($p < 0.05$)、中学2年生、高校1年生、高校2年生、高校3年生($p < 0.001$)について有意な差が認められ、男子は女子より高値を示した。

長座体前屈の男女差においては、小学4年生($p <$

0.05)について有意な差が認められ、小学2年生から中学3年生まで、女子は男子より高値を示した。しかし、高校1年生以降は、男子が女子の値を上回る傾向にあった。開眼片足立ちの男女差においては、小学4年生($p < 0.05$)について有意な差が認められ、年中から小学5年生まで、女子は男子より高値を示した。10m障害物歩行においては、高校1年生、高校2年生、高校3年生($p < 0.001$)について有意な差が認められ、男子は女子より高値を示した(図2)。6分間歩行においては、小学3年生、小学5年生($p < 0.05$)、中学2年生、中学3年生、高校1年生、高校2年生、高校3年生($p < 0.001$)について有意な差が認められ、男子は女子より高値を示した。幼児から高校生までの身体発育発達の中で、筋力、筋持久力、持久力は、中学2年生頃より、男子は女子より有意に高値を示し、柔軟性、平衡機能は、小学6年生頃まで、女子は男子より高値を示すが、その後、男女差は解消されていた。

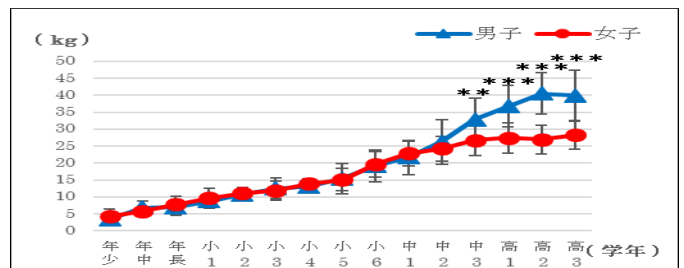


図1. 年少から高校3年生までの握力

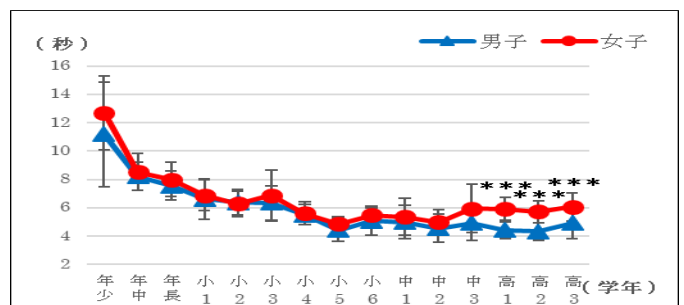


図2. 年少から高校3年生までの10m障害物歩行