

本校男子学生の運動能力の変化について

有馬 弘智*

A Change in Athletic Performance of Male Students at Takuma National College of Technology

Hirotooshi ARIMA

Synopsis

This paper discusses a change in athletic performance and the proportion of students with low athletic performance. This study is based on the results of sports tests over four years from 2005 to 2008. The subjects are second-year male students of Takuma National College of Technology.

1. はじめに

本年度のはじめ、全国で小学校 5 年生、中学校 2 年生の運動能力が低下している事が発表された。本校でも、本誌第 10 号(1982 年)・本誌第 16 号(1988 年)・本誌第 26 号(1998 年)で運動能力が低下していることが示されている。また本誌第 26 号では、運動能力の低い学生が増加している傾向が示された。それでは、それ以降も本校男子学生の運動能力の低下が継続しているのかを、新しく 2005 年から 2008 年の新スポーツテストの記録をもとに調査した。

学生の新運動能力テストの記録を使用した。調査項目は、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・ハンドボール投げ・50m 走・持久走の 8 種目とし、それぞれの種目について、平均値の変化および運動能力の低い学生の比率の変化を調査した。また、ハンドボール投げ・50m 走・持久走については、1996 年・1997 年の記録も含めて調査した。

3. 平均値の変化

各種目の年度ごとの平均値を表 1 に示した。図 1 から図 8 にグラフ化することにより運動能力の変化を考察した。

2. 資料および調査項目

2005 年から 2008 年における本校第 2 学年男子

表 1 平均値

年度	握力	上体	長座	反復	立ち幅	ボール	50m	持久走
1996	-	-	-	-	-	24.8	7.43	396.9
1997	-	-	-	-	-	25.3	7.53	405.4
2005	41.9	29.6	50.5	58.0	216.2	25.6	7.45	430.6
2006	41.2	28.7	48.5	57.1	212.9	25.5	7.45	409.8
2007	41.1	29.9	46.9	58.1	218.9	23.9	7.44	410.0
2008	40.5	29.3	49.0	57.3	227.3	25.7	7.53	419.3

* 一般教科

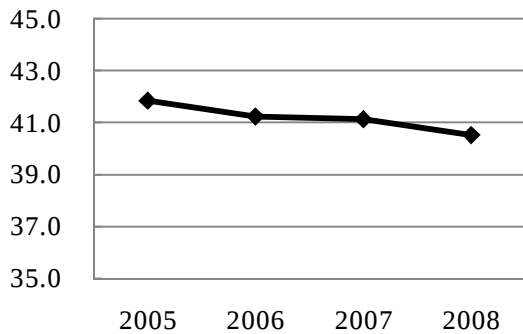


図1 握力

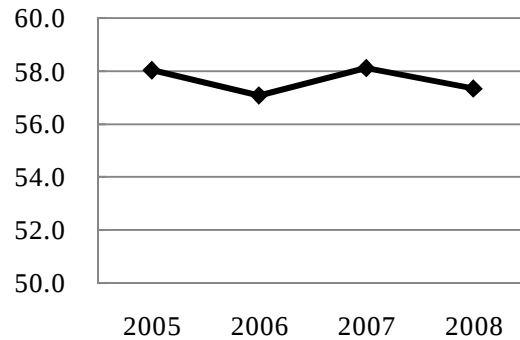


図4 反復横とび

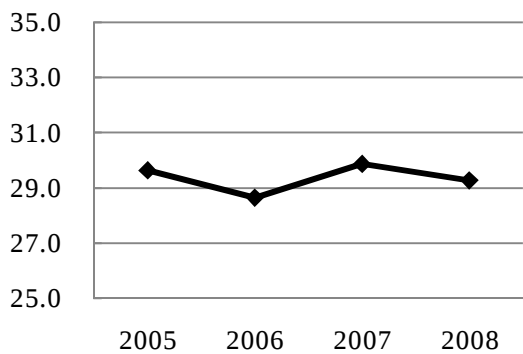


図2 上体起こし

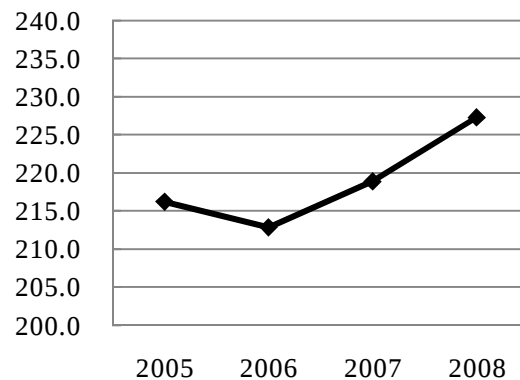


図5 立ち幅とび

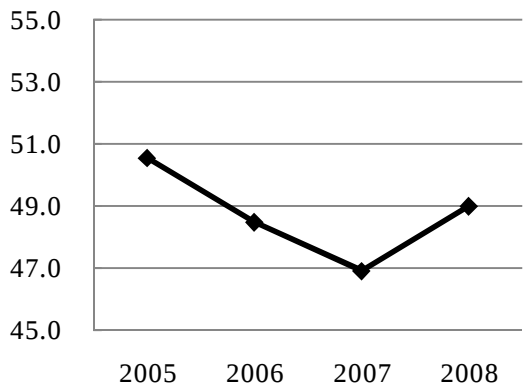


図3 長座体前屈

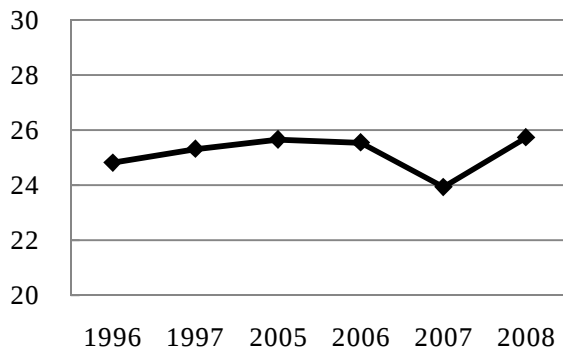


図6 ハンドボール投げ

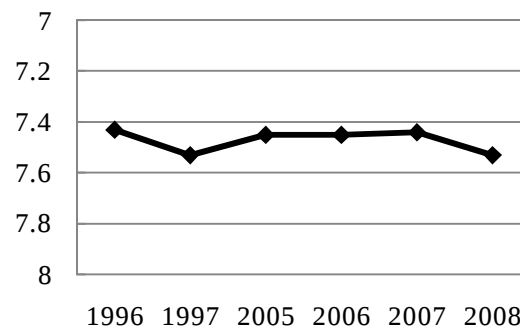


図7 50m走

上体起こし・反復横とびについては、2005年以降、記録の変動はみられない。またハンドボール投げ・50m走についても、本誌第26号の1996年・1997年と比較しても、大きな変動はみられない。持久走については、2005年に低い値を示しているが、2006年に記録は上昇し2008年にやや低下している。しかし、1996年・1997年と比較すると、記録は明らかに低下している。

握力については、2005年以降緩やかではあるが、低下の方向を示している。

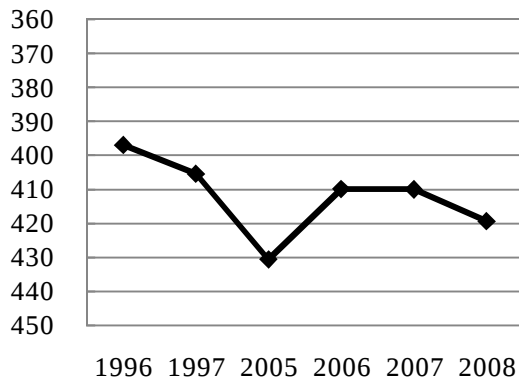


図 8 持久走

立ち幅とびについては、2006 年以降、記録は上昇してきている。

本誌第 26 号では、50m・懸垂・持久走の 3 種目で顕著な低下がみられたが、ハンドボール投げ・走り幅とびの 2 種目は停滞していた。新スポーツテストを実施するようになり、種目は変わったが、握力（筋力）については徐々にではあるがまだ低下の傾向を示している。また、2005 年以降は低下の傾向は示していないが、持久走（持久力）については 10 年前より記録は低下している。その他の種目はほぼ停滞の傾向を示しているが、立ち幅とび（跳躍力）だけは上昇の傾向を示している。

これらのことから全体的にみると、2005 年以降本校の男子学生については、運動能力の低下はおさまったように思われる。

4．比率

本誌第 26 号で、運動能力の低下している種目は、運動能力の低い学生の比率が上がっていることが分った。今回も、運動能力の低い学生として、スポーツテストの判定で 10 点満点中 4 点以下の学生の比率を調査し、図 9 に示した。

運動能力の低い学生の比率は、徐々に低下の傾向を示している握力に増加の傾向を示し、運動能力の上昇傾向を示している立ち幅とびについては減少の傾向を示した。他の種目については、大きな変動はみられなかった。

また、本誌第 26 号では、ハンドボール投げ・懸垂・持久走の 3 種目は運動能力の低い学生の比率が高かったが、本誌では持久走だけになっていることは明るい材料のように思う。

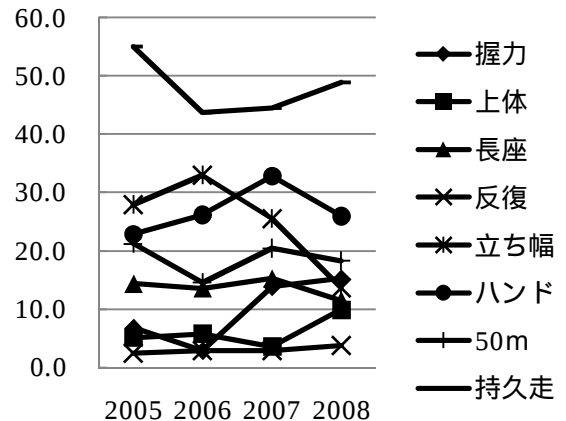


図 9 比率 (%)

5．むすび

本校男子学生の運動能力は、本誌第 26 号で 1994 年から 1997 年の間では低下する傾向はあまりみられなかった。2005 年から 2008 年の間でも低下の傾向はあまりみられず、本校の運動能力低下はほぼ治ったように思われる。

しかし、持久走については、運動能力の低い学生の比率が高く、1997 年と比較しても記録は低下しており、2007 年の全国平均と比較すると 40 秒程度の差が現れている。その他の種目については大きな差はみられなかったが、本校男子学生の持久力は非常に低いレベルであることは、大きな問題であろう。

これは、本校の学生の運動離れをしている学生が多いことが原因と考えられる。ここ数年そのような学生が増加しているようには思えないが、その比率は高いと予想される。今後本校では、運動クラブを活性化することで、運動に接する学生を多くし、運動能力の低い学生を減少させることが大切なことではないかと予想する。

参考文献

有馬：本誌第 26 号 1-3 1998