

本学学生の体力・運動能力調査結果および全国平均との比較[†]

—教育学部生18歳を対象とした平成25年度調査結果から—

茅野理子*・小宮秀明*・加藤謙一*・黒後 洋*・平野智之**・久保元芳*
宇都宮大学教育学部*
現 東洋大学**

概要 平成25年度の本学教育学部生（18歳）の体力・運動能力について、平成22年度の結果ならびに全国平均との比較をしながら、その実態と課題について検討することを目的とした。検討の結果、本学部男子学生は体力的には全国よりも優れているが、運動能力的には劣っていることが認められた。一方、本学部女子学生の体力・運動能力は全国と比較して優れていることが認められたが、運動実施状況は「しない」の回答が多い。運動部所属と体力・運動能力の相関が実証されており、今後体力・運動能力の向上とともに運動を継続させていくための動機づけをリテラシー科目「スポーツと健康」の課題としたい。

キーワード：新体力テスト、体力、運動能力、18歳大学生、全国平均

1. 研究目的

文部科学省が昭和39年以降実施している「体力・運動能力調査」は、本学にも実施依頼があり、近年では平成22年度と25年度に、基盤教育リテラシー科目「スポーツと健康」の授業内で行っている。なお、平成22年度は全学で実施したが、平成25年度は教育学部の実施となった。

このような各大学での調査結果をもとに、全国との比較をしながら所属する学生の体力の現状について多くの先行研究が報告をしている^{注1)}。

本学でも22年度の結果をもとに報告書をまとめ、以下の結果を示している^{注2)}。

- ・体力の平均値では、「持久走」は男女とも本学の方が劣っており、男子において有意であったが、他の項目は男女とも本学の方が有意に優れた値であった。
- ・運動能力では、男子において「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」で本学の方が有意に優れていたが、「50m走」では有意に劣っていた。また、女子においては、「立ち幅とび」で有意に劣っていた。

[†] Masako CHINO*, Hideaki KOMIYA*, Kenichi KATO*, Hiroshi KUROGO*, Tomoyuki HIRANO*, and Motoyoshi KUBO*: A Comparison of Fitness Testing at Utsunomiya University and the National Average.

* Faculty of Education, Utsunomiya University

** Faculty of Education, Utsunomiya University
Toyo University

(連絡先：chinom@cc.utsunomiya-u.ac.jp 著者1)

・教育学部と他学部の比較では、体力・運動能力テストの合計得点の平均値は、男子では工学部と農学部よりも有意に高く、女子では有意な差はみられなかった。そこで、本報告では、平成25年度の本学教育学部生（18歳）の体力・運動能力について、平成22年度の結果ならびに全国平均との比較をしながら、その実態と課題について検討することを目的とした。

2. 研究方法

(1) 測定対象

対象者は、平成25年度の「スポーツと健康」を履修した本学教育学部学生（4月時点で18歳）であり、対象数は以下の通りである。

男子60名 女子76名 計136名

なお、保健体育専攻学生の結果は除外している。

(2) 測定時期

平成25年5月23日、30日

(3) 測定項目

文部科学省から依頼されたアンケートを実施するとともに、体力テスト4項目（握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび）、運動能力テスト4項目（持久走、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ）について測定した。

3. 結果及び考察

(1) アンケート結果から

1) 運動部所属状況

運動部や地域スポーツクラブへの所属状況は、男子で所属23名、非所属37名、女子で所属24名、非所属52名である。

特に女子の所属率が32%と低い。

2) 運動の実施状況

体育の授業を除き、運動スポーツをしないという学生が男子11名、女子32名、全体で32%と最も多い。特に、女子では男子の約3倍の数値である。男子では、「ほとんど毎日」から「しない」まで徐々に数値が下がっている。

表1. 運動の実施状況 (人数)

	1	2	3	4
男子	22	15	12	11
女子	11	26	7	32

1：ほとんど毎日 (週3日以上)

2：ときどき (週1～2日程度)

3：ときたま (月1～3日程度)

4：しない

3) 朝食の有無

66%の学生が毎日朝食を摂っている。女子では72%、男子では58%の割合である。

4) 1日のテレビ (ゲームを含む) の視聴時間

男子では1時間未満が、女子では1時間以上2時間未満が最も多く、いずれも35%であった。男女とも2時間未満が67%である。

(2) 体力・運動能力調査結果の本学学部生と全国平均との比較

1) 総合評価の比較

結果を総合評価A～Eの出現度数と出現率で比較してみると (表2, 3参照), 男子は同率, 女子はやや高い結果となっており, とともにB, Cに7割強と集中している。これを学校段階別テストの結果でみると (表4), 大学生男子18歳の全国平均は, 54.62で, 本学学部生の53.02を上回っている。女子は, 全国平均49.21, 本学学部生51.45で, 本学の方がやや高い。

2) 各項目の全国大学生平均との比較

女子では「立ち幅とび」で全国18歳平均・大学18歳平均よりも劣っているが, 有意差はなく, その他の項目は本学学部生の方が優れている (表5, 6参照)。「上体起こし」, 「反復横とび」, 「持久走」, 「50m走」で有意差有り。一方, 男子は, 「50m走」 (大学18との差が有意), 「立ち幅とび」 (有意差有り), 「ハンドボール投げ」の3項目で, 18歳平均・大学

表2. 総合評価の出現度数と出現率 (男子)

	宇都宮大学学生 18歳		全国 18歳	
	出現度数	出現率 (%)	出現度数	出現率 (%)
A	5	8.33	127	13.27
B	25	41.67	354	37.71
C	22	36.67	344	35.55
D	7	11.67	126	11.36
E	1	1.67	6	1.96
	60	100.0	957	100.0

表3. 総合評価の出現度数と出現率 (女子)

	宇都宮大学学生 18歳		全国 18歳	
	出現度数	出現率 (%)	出現度数	出現率 (%)
A	7	9.21	56	5.85
B	28	36.84	265	27.69
C	28	36.84	360	37.62
D	13	17.11	229	23.93
E	0	0	47	4.91
	76	100.0	957	100.0

注) 総合評価は得点合計により以下のように段階化される。A: 65以上 B: 54～64 C: 43～53

D: 31～42 E: 30以下

表4. 合計点の平均値比較

	男子		女子		
	18歳	18大	本学	18歳	18大
53.02	53.48	54.62	51.45	48.50	49.21

18歳: 全国18歳 18大: 大学18歳

表5. 長座体前屈の全国と本学の比較

年齢 18歳	立ち幅とび (cm)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
全国	993	229.75	22.39	994	167.14	21.98
大学	587	230.28	21.93	581	168.40	20.54
本学	60	216.92	19.61	76	164.12	19.14

表6. ハンドボール投げの全国と本学の比較

年齢 18歳	50m走 (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
全国	966	7.36	0.53	965	9.21	0.88
大学	562	7.34	0.52	557	9.13	0.80
本学	60	7.48	0.47	76	8.94	0.67

18歳平均よりも劣っている。「反復横とび」, 「持久走」では大学18歳平均より劣っている。男子が全国平均よりも優れているのは, 「握力」, 「上体起こし」, 「長座体前屈」であるが, いずれも有意差はない。男子は体力的には全国よりも優れているが, 運動能力的には劣っているという結果となった。(p<.05)

22年度との比較では、男子において有意に優れていた「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」が25年度では劣っているなど、総じて男子の方に運動能力の低下がみられる。体力は、22年度と同様、全国平均よりも高い傾向にあることが示された。

(3) 運動・スポーツの実施状況と体力・運動能力

1) 運動部所属の有無と総合評価

図1から、運動部に所属している学生の総合評価は、男女ともにBが最も多く、次いでAとなっている（女子ではCと同数）。運動部に所属していない学生は、Cが最も多く、次いでBとなっている。

また、合計点の平均でも、男子の運動部所属は59、非所属49.3、女子の所属56.83、非所属48.96と所属の方が優れている。

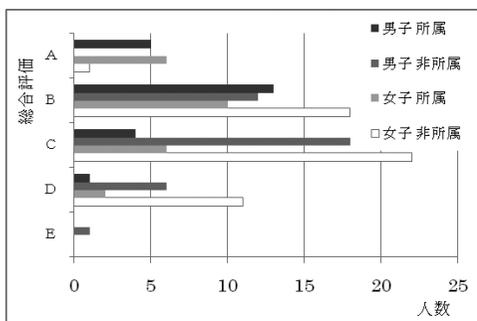


図1. 運動部所属の有無と総合評価

2) 運動部所属と各調査項目の結果

いずれの項目についても、男女ともに、運動部に所属している学生の方が高い結果を示した。

3) 運動の実施状況と総合評価

運動の実施状況と総合評価の関連をみてみると(図2, 3), 男女ともに、「1:ほとんど毎日」と「2:ときどき」はBが最も多く、高い評価に傾いている。一方、男子では「3:ときたま」がC, 「4:しない」はDが最も多い。また、女子はいずれもCに多い。

女子では、合計点の平均値において、「ときたま」が48, 「しない」が49.56と逆転現象が起きている。その一つの要因は、実数に差があるため(表1参照)と推測されるが、ほかにも高校までの体育授業の成果などの様々な要因が考えられる。

4) 運動の実施状況と各調査項目の結果

運動の実施状況と各調査項目の結果は、図4の「ハンドボール投げ」の結果にみられるように、実施の多い方が良い結果を示している場合が多い。しかし、図5の「立ち幅とび」のように、男女とも

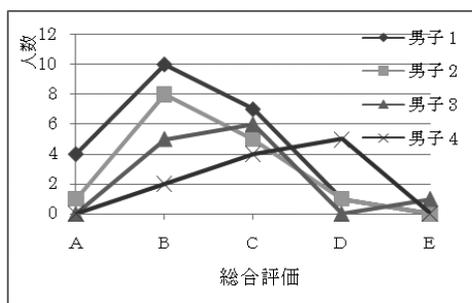


図2. 運動実施状況と総合評価 (男子)

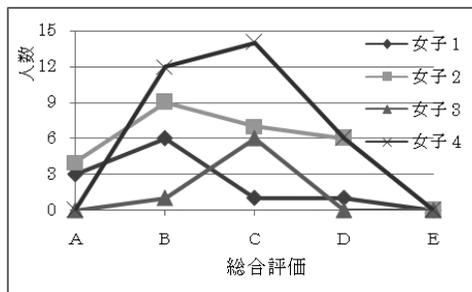


図3. 運動実施状況と総合評価 (女子)

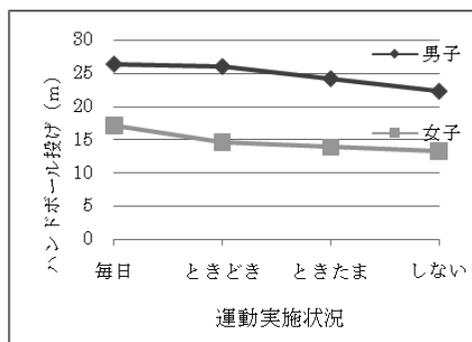


図4. 運動実施状況とハンドボール投げの結果

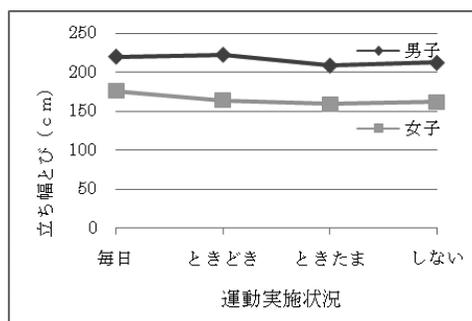


図5. 運動実施状況と立ち幅とびの結果

に「ときたま」がもっとも低く、逆転現象が起きているものもある。

この傾向は女子に多く、「上体起こし」で「ときどき」が最も低く、「握力」(有意傾向), 「50m

走」では「ときたま」が最も低い値を示した。

前述した3)の結果とあわせて、現在の体力の保持、さらには運動能力の向上のために、今後に向けてどのように運動実施状況を保てるようにしていくかが課題である。

4. まとめ

以上から得られた知見は以下の通りである。

- ・本学部男子学生は体的には全国よりも優れているが、運動能力的には劣っていることが認められた。
- ・運動部所属と体力・運動能力の相関が実証された。
- ・本学部女子学生の体力・運動能力は全国と比較して優れていることが認められたが、今後これを継続させていくための方策が必要である。

男女ともに、リテラシー科目「スポーツと健康」の授業内容をより充実させていくことにより、体力・運動能力の向上と運動実施の継続性への動機づけとなるよう、努めていきたい。

謝辞

測定補助の保健体育専攻学生と測定対象として調査に協力してくれた学生の皆さんに感謝します。

注1) 主要な先行研究は以下のとおりである。

- ・真鍋 求 (2011) 本学学生の体力テスト結果および全国平均との比較-2003 年から2009年までの年度ごとの比較について-。東京外国語大学論集82: 423-438.
- ・若山章信・服部次郎・奥野知加・鈴木政之・鶴沢文子・八尾泰寛・東山昌央・佐藤理恵・高梨雄太 (2011) 本学学生の体格・体力の推移 —1970年から2010年のデータより—。女子体育研究所所報5: 37-41.
- ・速水達也, 杉本光公, 折口 築 (2013) 平成24年度信州大学新入生の体力傾向の分析: 全国平均値及び前年度との比較から。信州大学人文社会科学7: 17-24.
- ・高島二郎 (2010) 玉川学園,玉川大学における新体力テスト結果-全国平均との比較から。玉川学園・玉川大学体育・スポーツ科学研究紀要11: 19-28.

ほかに、長崎国際大学、鹿児島大学、上智大学、東京成徳大学、岩手大学、和歌山大学などにおいても同様の報告がなされている。

測定の様子



ハンドボール投げ



50m走



立ち幅とび



持久走

注2) 宇都宮大学教育学部保健体育教室 代表: 海野孝 (2011) 宇都宮大学1年次生の体力・運動能力 -平成22年度教育プログラム支援経費実施報告-。

本報告は、平成25年度宇都宮大学教育プログラム支援経費の助成を受けたものである。実施においては保健体育教員が指導に当たった。なお、平野智之准教授は現東洋大学所属である。

(文責: 茅野)

(2015年 3月31日 受理)