

平成4年度体力運動能力測定の結果について

本年度の参加者の測定結果は従来通り、学群生は学群、学年、性別に、大学院学生については筑波大学出身者とそれ以外のグループに分け、それぞれ性、年齢別にしめた。従来は測定結果の表を示すにとどまったが、本年度は新入生について過去から現在まで新入生との結果の推移の中で特徴的な事柄について簡単にコメントを付加することにした。

本年度の体力運動能力測定は例年通り4月中旬および5月中旬に行われた。参加者は測定項目によって多少増減はあるが、男子3743名、女子2132名で合計5875名であった(体育専門学群を除く)。参加者の割合は新入生を100とすると、2年生男子は90%、女子70%、3年生男子81%、女子65%、4年生男子70%、女子52%であった。学年進行に伴い参加者数の減少がみられるが、この割合は従来とほぼ同様の結果であるが、特にここ数年、保健管理センターの健康診断が総合体育館より保健管理センター周辺に移動してから、この割合が高まったようである。

1980年から現在まで新入生は身長を除いてほとんどの項目で成績低下の傾向を示し、特に男子ではより強く示されている。

図1は胸囲の変化を示したものである。男子の平均値は体重と同様に徐々に増加し1980年度に比べ本年度は平均値で約2.6cm増加していた。一方女子はここ数年は安定した値を示している。

図2は皮脂厚背部の変化を示したものである。男子は1986年度以来確実に増加し続けている。女子は年度によって増減を繰り返し減

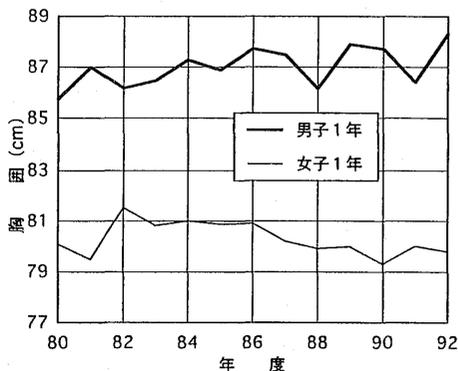


図1 胸囲の年度別推移

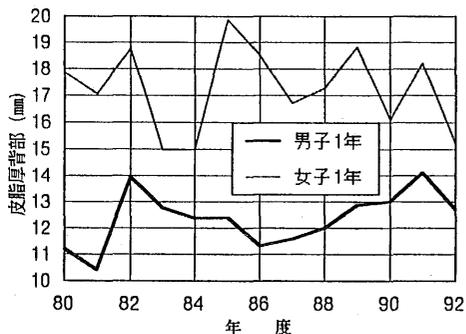


図2 年度別皮脂厚背部の推移

少しているようにみえるが、後に述べる12分間走の記録と合せて考えると必ずしも喜ばしい事ではないと思われる。

図3は12分間走の結果を示したものである。男子では1981年の2746メートルの最高値と比べ本年度は2583メートルと約160メートル、女子は1980年度の約2300メートルと比べ本年度の2138メートルと約260メートルと年度経過に伴って急激に減少している。男子は前述したように体重の変化は見られないが、胸囲、および上腕部と背部の皮下脂肪厚の合

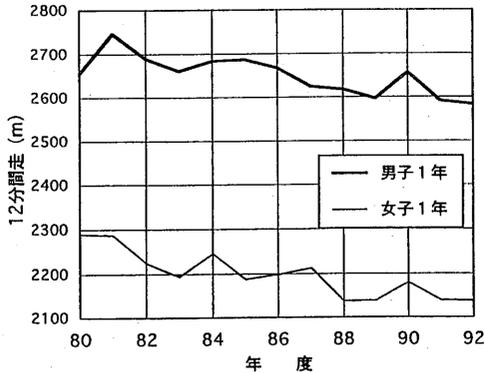


図3 12分間走の年度別推移

計量が増加している。これは筋量が減少したため身体を移動するパワーが低下し、さらに皮下脂肪の増加や肺活量の低下に伴い記録が減少したものと考えられる。一方女子は男子と異なり必ずしも皮下脂肪厚が増加していないが、男子と同様に12分間走の低下が顕著に示された。これは肺活量の低下に起因する心肺機能の低下および内臓部分に脂肪の沈着が起る、いわゆる隠れ肥満が増加している事と深い関係があると推測できる。

図4はサイドステップの変化を示したものである。各年度で平均値の増減はあるものの男女とも確実に低下傾向にあり、特に女子の低下が顕著であった。

図5立位体前屈の変化を示したものである。ピーク時に比べ男女とも4cm強も値が低くなり、相当に柔軟性が失われている。

過去の平均値と比べ、男子は体重、胸囲、皮脂厚の値が増加しているが、上腕囲、大腿囲に差が認められなかった。この結果より男子は身体全体の筋量が減少し逆に、皮下脂肪の量が増加していることは明らかである。このため心肺機能の指針となる12分間走の結果も極端に減少し続けている。女子の体重、胸囲の平均値は減少しているように見えるが、男子と同様12分間走の結果がかなり減少してい

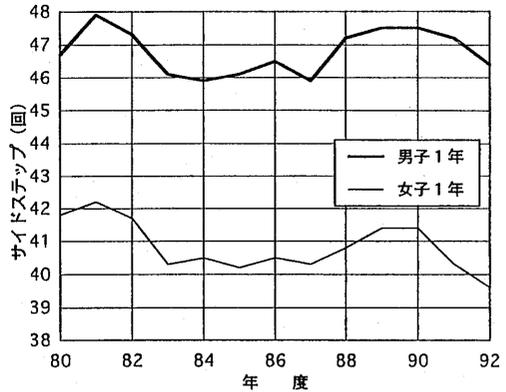


図4 サイドステップの年度別推移

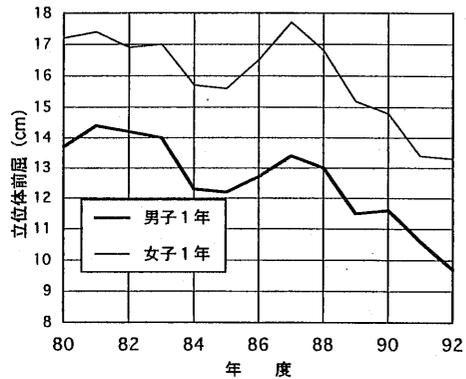


図5 立位体前屈の年度別推移

る事を考えると、いわゆる内臓に脂肪が沈着する隠れ肥満の者が増加していると思われる。

本学の新生は一部を除いて年々持久力、敏捷性、柔軟性とも低下し続けている。生活環境の変化や受験勉強の弊害が如実にあらわれている。しかし学生自身がこの問題に気がついている様子はあまりみられない。このような観点からも大学における正課体育の重要性を学生に伝え、さらにスポーツに親しむ事が出来る様に指導する事が必要である。