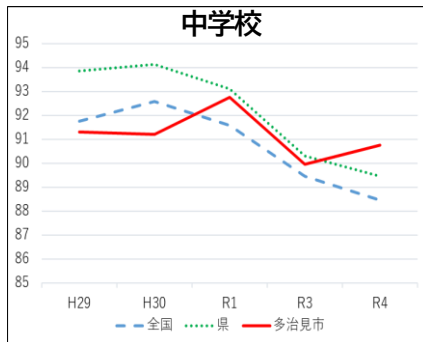
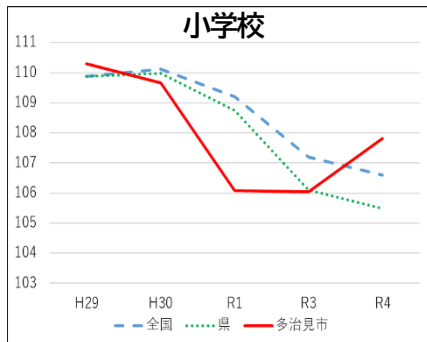




「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果と習慣

令和4年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小5、中2対象）」の結果が公表されました。全国や岐阜県の体力合計点は、コロナの影響を受け下がり続ける中、多治見市は小5・中2共に上がりました。種目別に見ると、今まで、全国平均を上回らなかった「50m走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」で大きな成果が見られました。



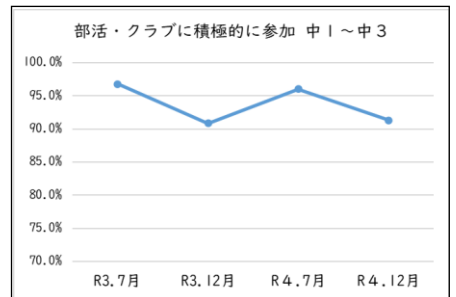
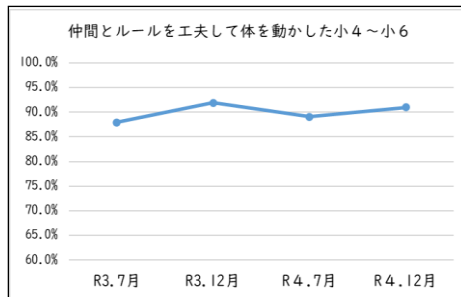
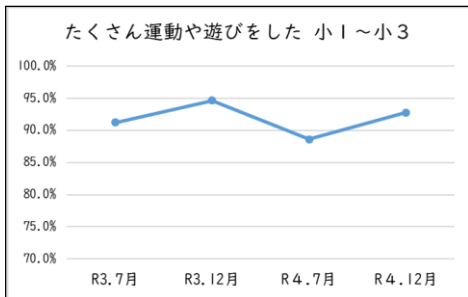
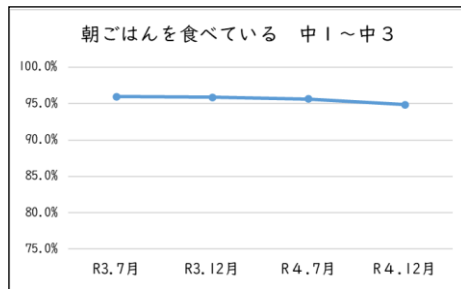
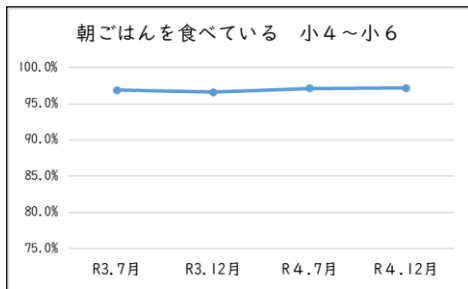
◎多治見市の平均記録が、全国平均を上回った種目
○下回っているが全国平均と同等の記録（差が1.0以内）

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
小5男子	○	◎	○	◎	△	△	◎	◎	◎
小5女子	○	◎	○	◎	△	△	◎	◎	◎
中2男子	○	◎	○	◎	△	◎	◎	◎	○
中2女子	○	◎	◎	◎	△	○	◎	◎	◎

男子と女子の体力合計点を足した値をグラフにしています。

今年度の「たじっ子チャレンジ」の集計（下記グラフ）より、いくつかの習慣に着目しました。多治見市の小・中学生は「朝ごはん」を食べる割合が95%を超えています。さらに「たくさん運動や遊びをした」「ルールを工夫して体を動かした」「部活・クラブに積極的に参加」の割合は85%を超えています。

このことから、生活習慣や運動習慣が身に付いている割合が高いことと、体力合計点が上がったことには関係があるかもしれません。「よく食べて、よく動き、よく寝る。」こうした習慣を身に付けましょう。



令和4年度 多治見市の3歳から中学3年生までの体力調査の平均記録

*自分の記録と比べてみましょう。

男子										女子									
単位	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	単位	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
	kg	回	cm	点	秒	回	秒	cm	m		kg	回	cm	点	秒	回	秒	cm	m
3歳	4.25							69.50	2.00	3歳	4.00							66.50	1.50
4歳	6.27							89.55	3.27	4歳	5.82							84.55	2.45
5歳	8.50							107.42	5.08	5歳	8.58							105.92	4.17
小1	8.96	12.18	24.94	25.28		16.75	11.84	114.44	7.76	小1	8.47	12.25	27.10	25.14		15.57	12.05	108.99	5.59
小2	10.12	14.25	25.17	28.06		26.94	10.92	125.93	11.26	小2	9.69	14.49	27.68	27.80		22.55	11.17	116.38	7.95
小3	11.95	16.38	27.11	33.33		30.21	10.38	135.92	14.04	小3	11.55	16.29	30.59	33.17		24.63	10.55	129.39	10.07
小4	13.22	17.75	29.94	36.97		39.88	9.73	145.72	18.26	小4	12.86	16.69	33.84	34.61		28.78	10.01	136.43	11.58
小5	15.74	19.78	32.84	42.06		44.65	9.43	156.02	20.76	小5	15.65	19.10	36.39	39.28		35.22	9.68	149.78	13.73
小6	18.79	22.01	34.25	44.54		53.59	8.95	160.90	23.55	小6	18.76	20.23	39.72	42.52		40.35	9.18	153.94	15.31
中1	22.57	23.42	38.71	47.06	476.00	61.45	8.63	178.18	16.92	中1	20.60	20.31	42.31	44.21	350.00	43.25	9.21	164.42	11.14
中2	28.71	26.72	42.91	51.84	425.64	78.30	7.86	200.15	20.01	中2	22.70	22.57	46.14	46.93	328.67	50.61	8.76	168.79	12.92
中3	31.66	28.09	47.26	55.44	426.00	85.96	7.63	210.10	22.06	中3	24.44	23.76	48.38	48.10	346.00	50.74	8.81	171.96	13.73

・ボール投げは、中1から、ソフトボールからハンドボールに変わります。

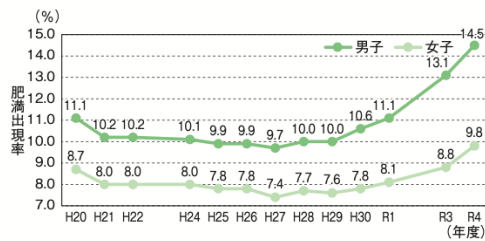
「やり抜く力」を育むためには自立を促す子育てが大切

岐阜大学 教育学部 教授 春日 晃章

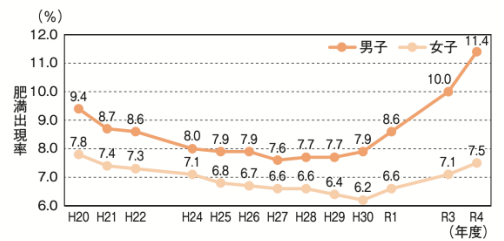
R4年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が公表され、昨年以上に子ども達の体力が低下していることが明らかになりました。中でも、私が強く懸念するのは、肥満傾向児の急激な増加です。子どもの頃に肥満であると成人してからも引き続き、肥満である可能性が高いことが示されています。スクリーンタイムの増加やコロナ禍での身体活動の減少が、体力だけでなく、将来の生活習慣病のリスクさえも高めているのです。各ご家庭でも、重々留意して頂きたいものです。

【肥満傾向児の出現率の経年変化】

小学校



中学校

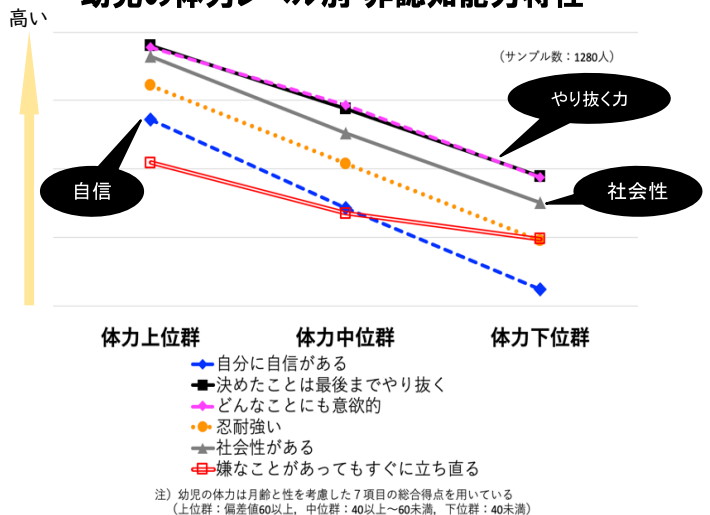


さて、最近の保育・教育界では、子どもの将来にとって認知能力と非認知能力が大切といわれ、関連研究の成果が脚光を浴びています。

認知能力とは、言語理解、判断、記憶、推論などを示し、知能に近い能力であり、非認知能力とは、自己肯定感、性格、自己管理、コミュニケーションなどの俗に言う心や社会性の事です。そして、社会に羽ばたき活躍できる実力を身に付け、人間としての幅を広げるためには、両能力の下支えによって学力と教養を身に付ける必要があると言われてしています。発達段階の時系列で考えると、幼児期に様々な経験をしながら非認知能力を高め、色々な活動を通して獲得した経験や知識に基づき認知能力を高めると、成功者への第一歩を踏み出す基礎が培われるのでしょうか。経済協力開発機構 (OECD) も非認知能力が後の認知能力の向上に影響を与えることを明らかにしています。もちろん、人によって成功者の価値観はそれぞれであり、偏差値の高い大学への進学や大企業への就職だけが人生の成功とは限りませんが、世界的に、この手の追跡研究では成人後の納税額を目安に成功者と定義づけているものが多いです。

そこで私の研究室では、幼児の体力や知能指数と非認知能力の関連を調査し多角的に分析しました。図に示すように体力レベルが高い子（運動遊びで身体活動している子）ほど、やり抜く力などの非認知能力は高い水準にあり、不活発な子ほど低水準にあることが分かりました。また、知能指数110以上の子（平均100）の7割が「決めたことは最後までやり抜く力」が高く、様々な非認知能力の中でも最も深い関連があり、幼児期の段階で育むべき大切な一つが「やり抜く力」という結果でした。

幼児の体力レベル別 非認知能力特性



最近の子育て事情は変容し、少子化の影響もあり、家庭でも保育施設や学校でも一人あたりの子どもに関わる大人が多くなっています。ついつい、大人は手をかけすぎ、問題解決への近道を教えがちで、結果として何でも頼る甘えん坊になっているのではないのでしょうか？子どもの将来を考えると、ぶち当たる問題一つ一つにじっくり取り組ませ、時には失敗もさせながらやり込ませることが大切なのです。幼子が危なっかしく、四苦八苦しながら遊び込んだり、作り込んだり、考え込んだりしている時こそ、大切な「やり抜く力」の発達中と周りの大人がとらえて、気長に見守れるかが最大の鍵となるのかもしれませんが。転んだらすぐに助ける、泣いたらすぐに抱っこする、迷っていたらすぐに教える、飽きたらすぐに新しいものを与える、こんな子育てを行っていませんか？