

## 本県児童生徒 体力全国トップクラス

# 規則正しい生活習慣 要因

県内児童生徒の体力が全国トップクラスである要因を分析、説明する福井大の山田准教授(中央)115日、同大文京キャンパス



### 福井大など分析「業間体育」の充実も

福井県の児童生徒の体力が全国トップクラスなのは、家庭での生活習慣と授業以外の「業間体育」の充実が要因。福井大などは5日、福井市の同大文京キャンパスでこんな分析結果を公表した。2016年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査(全国体力テスト)を基に、睡眠時間や朝食の摂取、校内マラソン大会などの重要性を指摘している。

福井大教育学部の山田准教授ら県内3大学と1小学校の9人の共同研究グループは、児童生徒の体力が高い水準にある要因について、16年度全国体力テストの種目別結果と運動習慣等調査を分析、関連性を検証した。

朝食摂取の有無と種目別結果について調べたところ、小学5年男子は20メートルランや立ち幅跳びなど8種目全てで「毎日必ず摂取している」児童が「不定期」と答えた子どもよりも好成績だった。睡眠時間の調査では、6〜8時間寝る小学5年女子は、6時間未満のグループに比べ7種目

子が1位、中2男子は2位となり、17年度は対象学年の男女すべてで全国トップだった。

目で良い記録を残した。また、本県の同学年男子の74・3%(全国37・3%)、女子79・4%(同39・2%)がマラソン大会を「目標を持って取り組んでいる学校行事」として捉え、全国と比較し群を抜いていた。縄跳び大会も、多くの児童が発表会を意識し取り組んでいることが分かった。(中野克規)