

## (2) 体力・運動能力の年次推移の傾向

### ① 青少年（6歳から19歳）（図2-1～20）

長期的に年次変化の比較が可能である、握力及び走能力（50m走・持久走）、跳能力（立ち幅とび）、投能力（ソフトボール投げ・ハンドボール投げ）などの基礎的運動能力について図2-1から図2-10に示した。また、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン及び新体力テスト合計点の年次推移を図2-11から図2-20に示した。

- 長期的にみると、握力及び走、跳、投能力にかかる項目は、体力水準が高かった昭和60年頃と比較すると、中学生男子の50m走、ハンドボール投げ及び高校生男子の50m走を除き、依然低い水準になっている。
- 新体力テスト施行後の17年間の基礎的運動能力をみると、男子の握力及びソフトボール投げについては、低下傾向を示している。しかし、持久走、立ち幅とび、ハンドボール投げでは、一部の年代を除いて、横ばいまたは向上傾向がみられる。  
さらに、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走ではほとんどの年代で向上傾向を示している。
- 新体力テスト施行後の17年間の合計点の年次推移をみると、ほとんどの年代で、緩やかな向上傾向を示している。

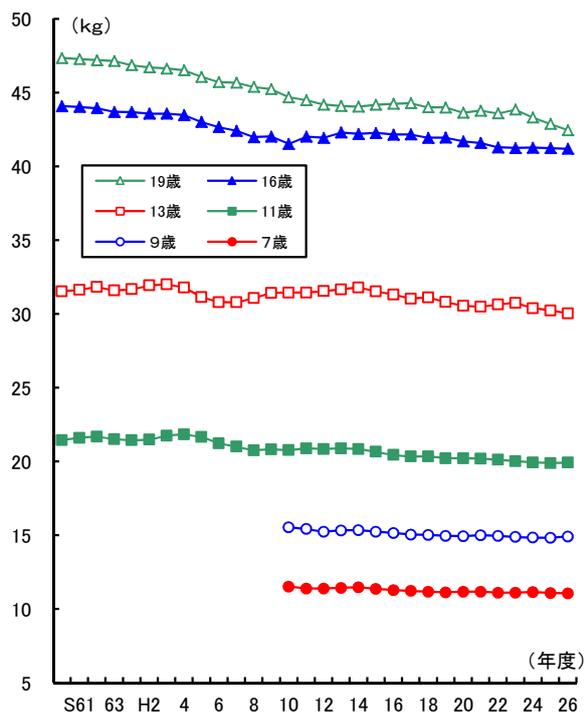


図2-1 握力の年次推移(男子)

(注)図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。

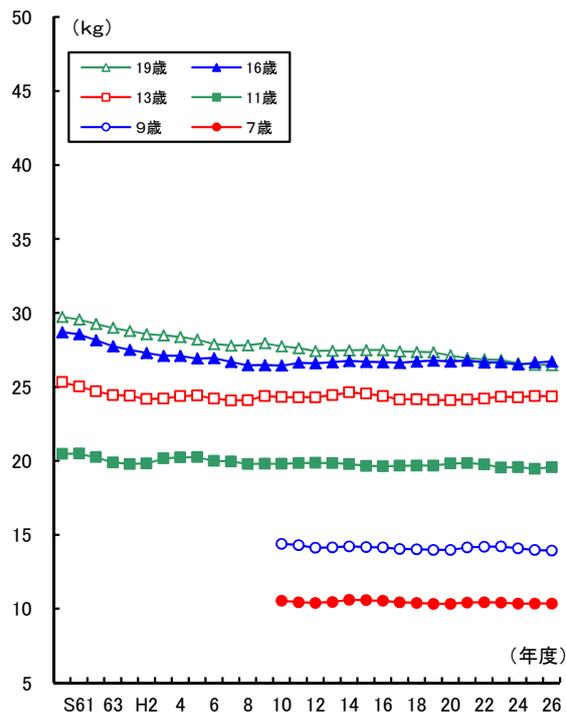


図2-2 握力の年次推移(女子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

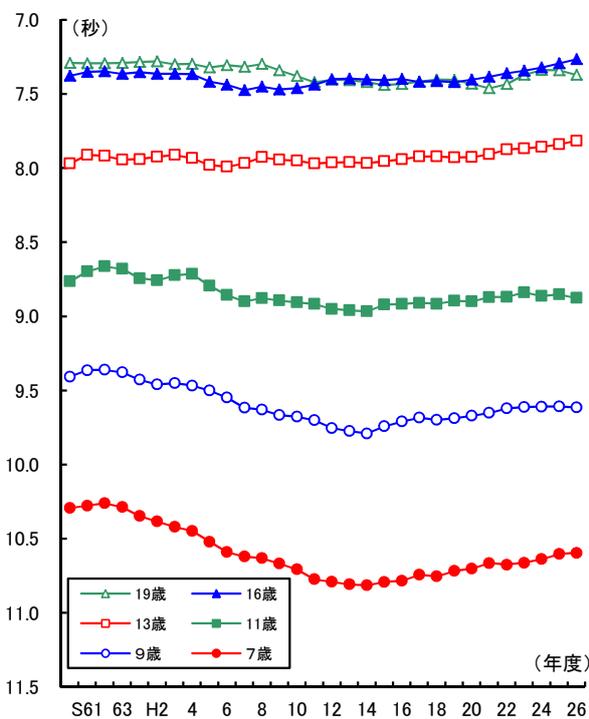


図2-3 50m走の年次推移(男子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

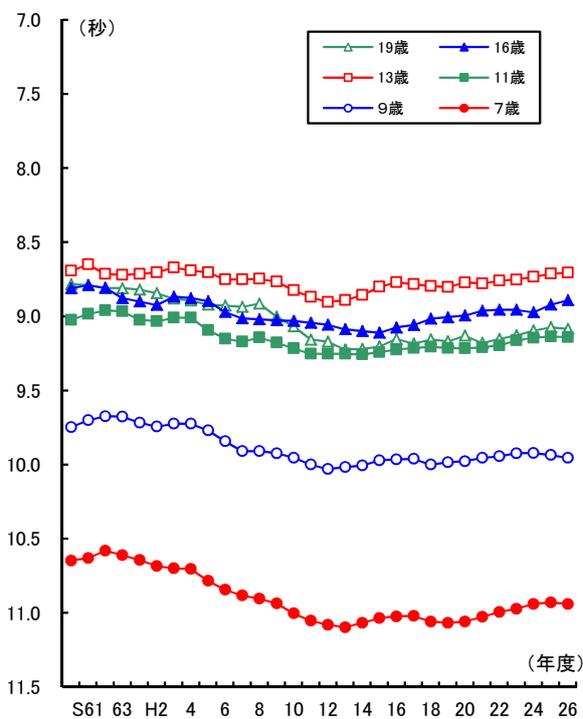


図2-4 50m走の年次推移(女子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

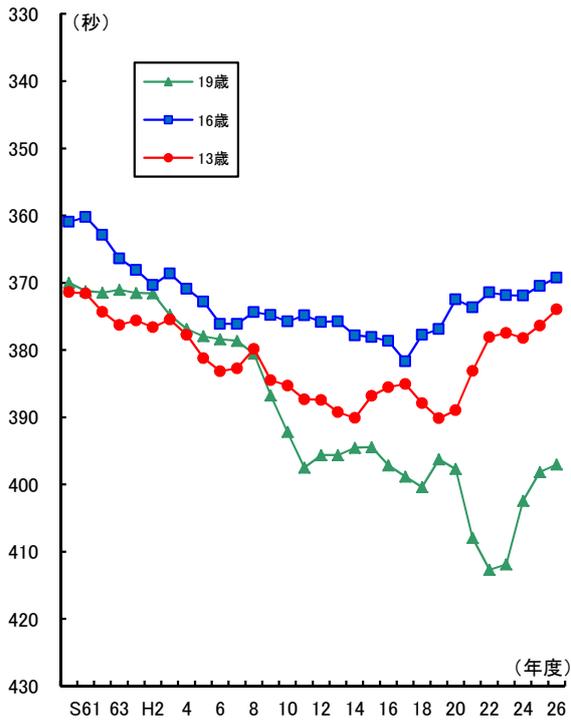


図2-5 持久走(1500m)の年次推移(男子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

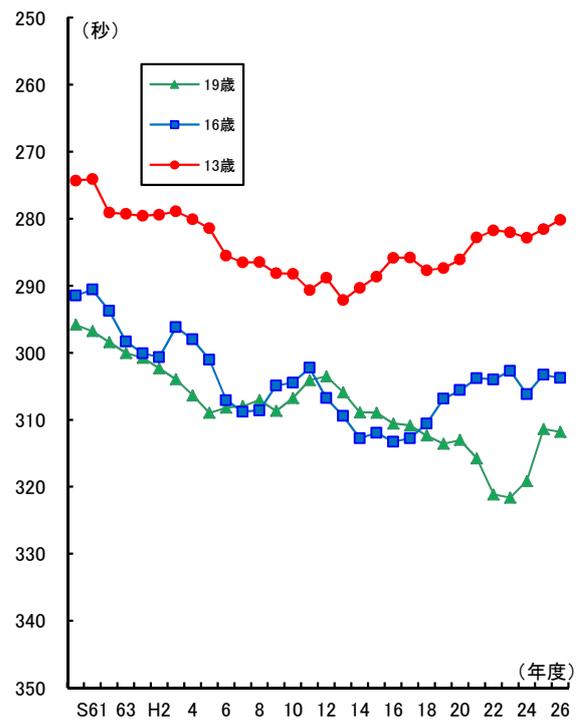


図2-6 持久走(1000m)の年次推移(女子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

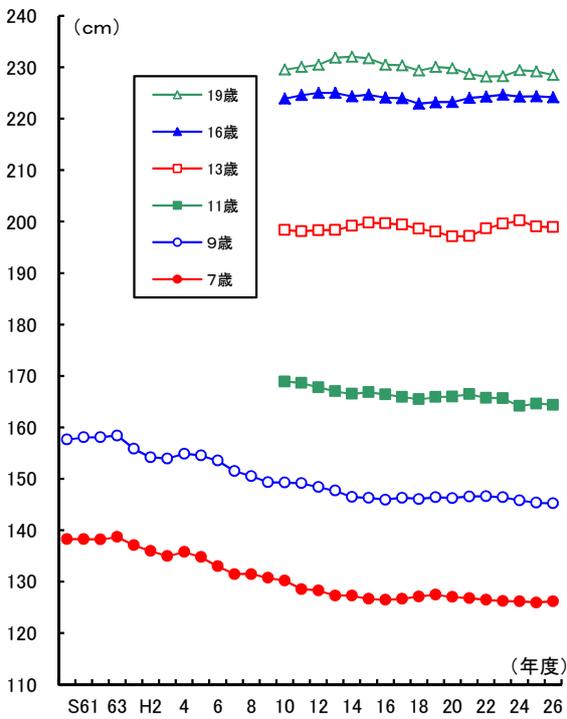


図2-7 立ち幅とびの年次推移(男子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

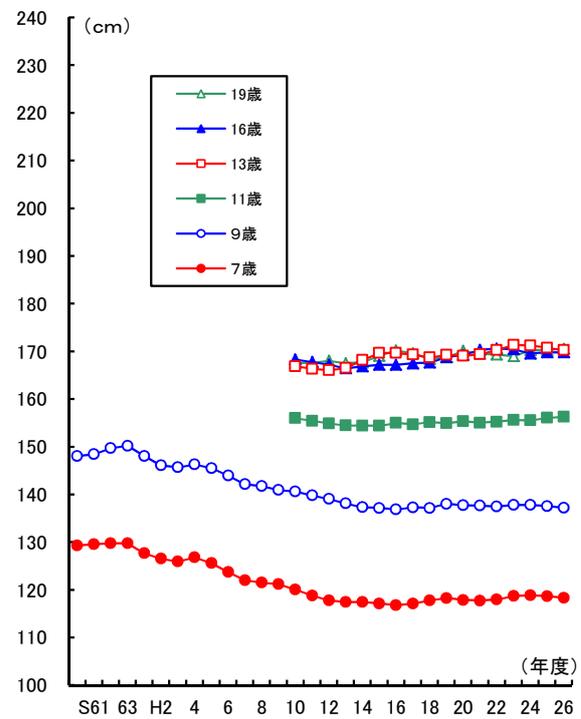


図2-8 立ち幅とびの年次推移(女子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

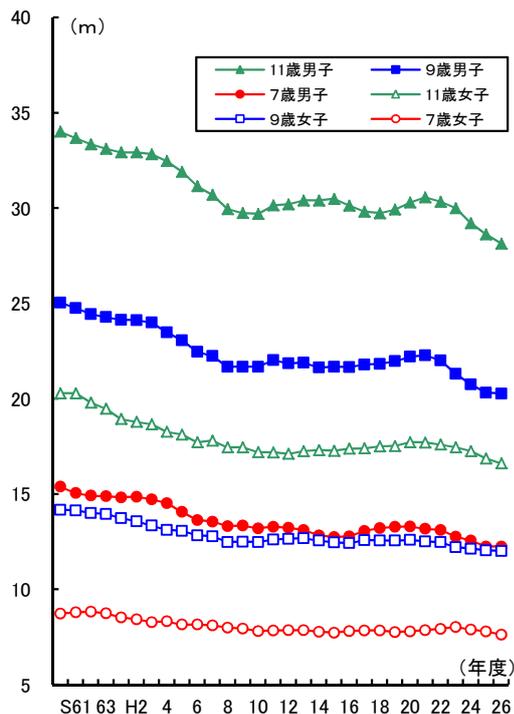


図2-9 ソフトボール投げの年次推移

(注)図2-1の(注)に同じ。

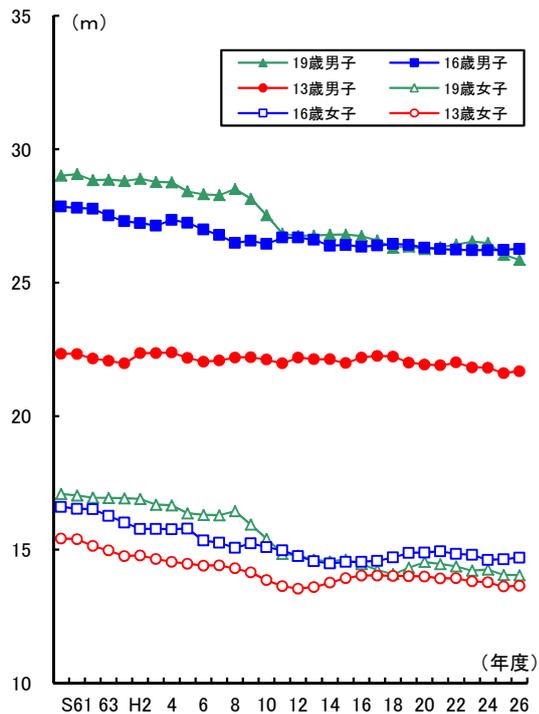


図2-10 ハンドボール投げの年次推移

(注)図2-1の(注)に同じ。

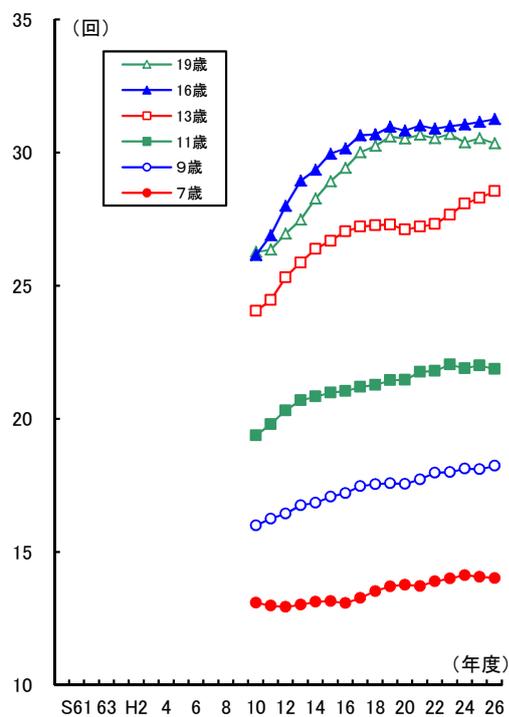


図2-11 上体起こしの年次推移(男子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

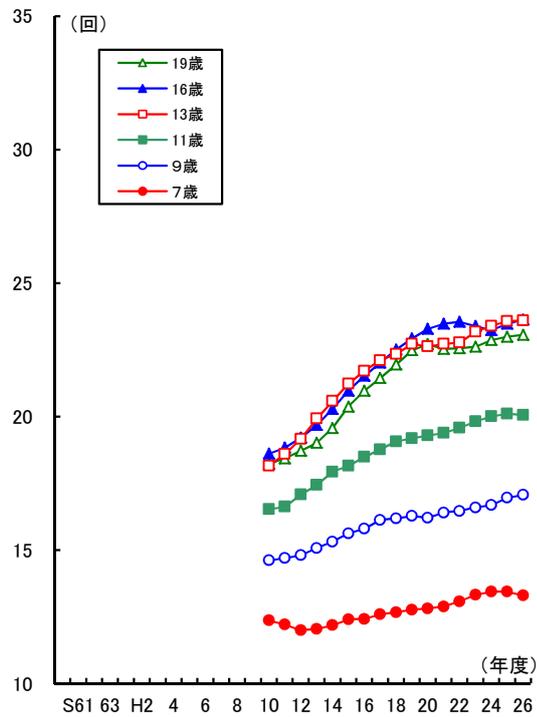


図2-12 上体起こしの年次推移(女子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

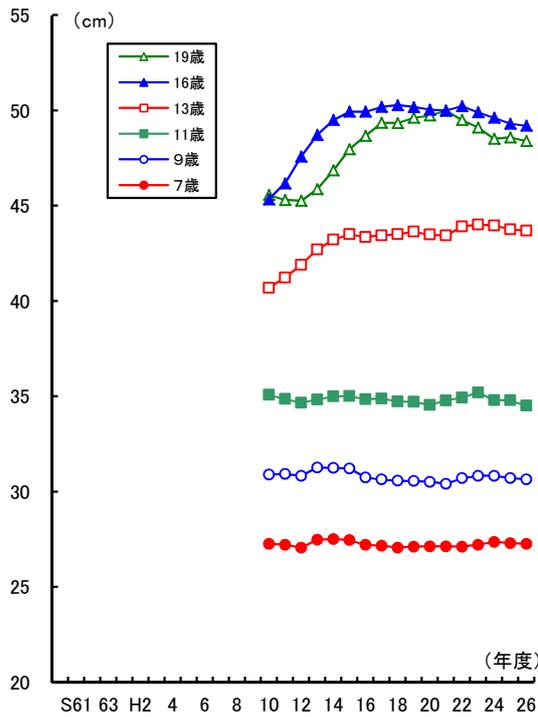


図2-13 長座体前屈の年次推移(男子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

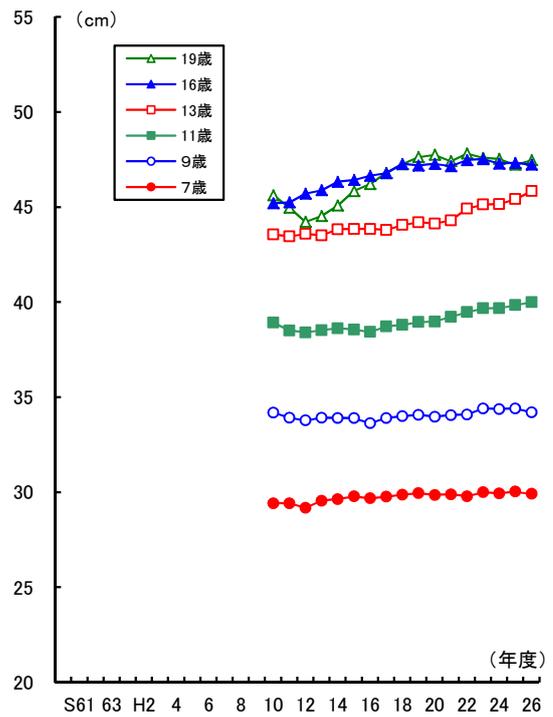


図2-14 長座体前屈の年次推移(女子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

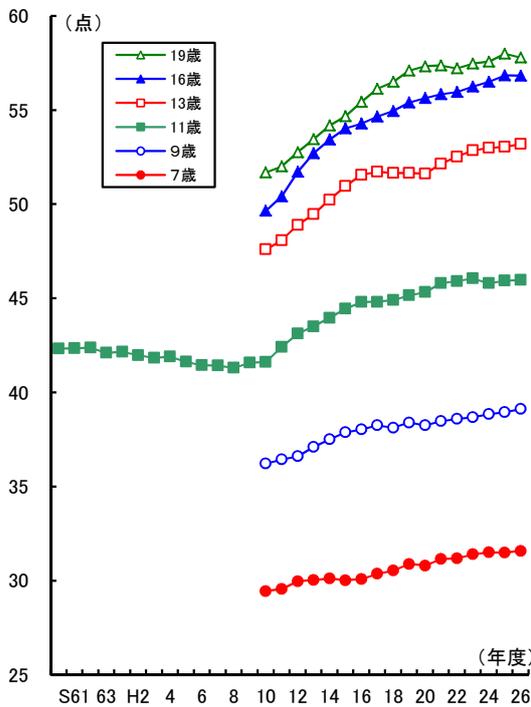


図2-15 反復横とびの年次推移(男子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

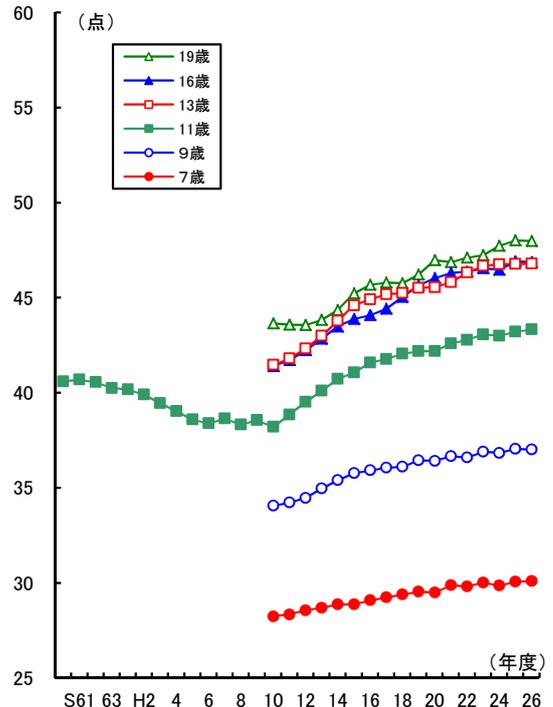


図2-16 反復横とびの年次推移(女子)

(注)図2-1の(注)に同じ。

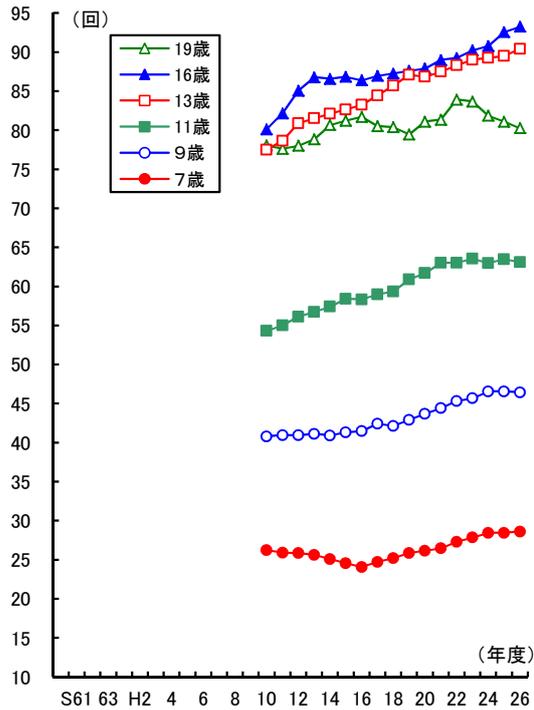


図2-17 20mシャトルランの年次推移(男子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

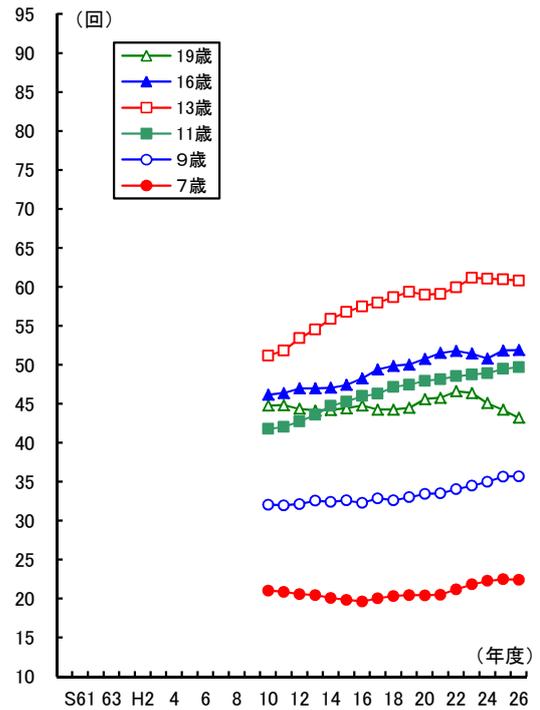


図2-18 20mシャトルランの年次推移(女子)  
(注)図2-1の(注)に同じ。

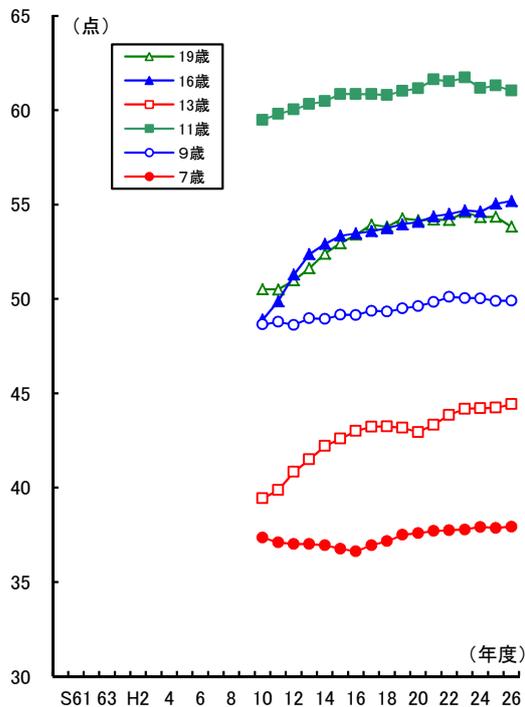


図2-19 新体力テストの合計点の年次推移(男子)  
(注)1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。

2. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
3. 得点基準は、6～11歳、12歳～19歳で異なる。

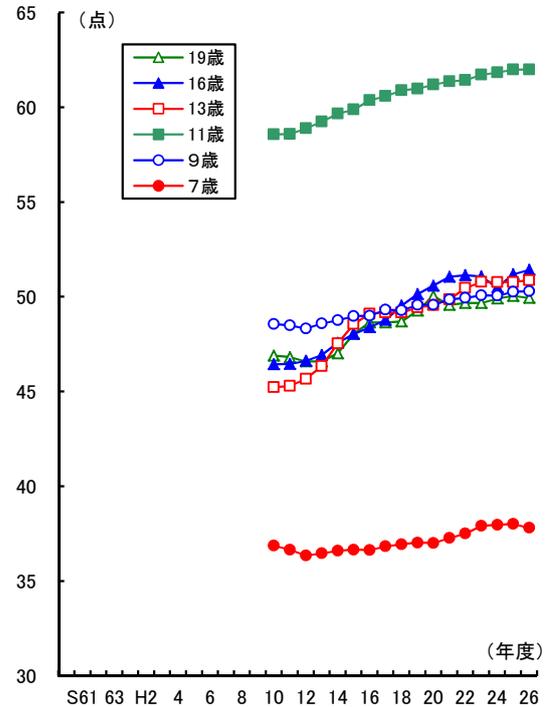


図2-20 新体力テストの合計点の年次推移(女子)  
(注)図2-19の(注)に同じ。