

2 体力・運動能力の年次推移

(1) 青少年（6歳から19歳）

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。

なお，新体力テスト施行後の 19 年間の基礎的運動能力をみると，男子の握力及び男女のボール投げについては，低下傾向を示している。

しかし，男女の上体起こし，反復横とび，20m シャトルラン，持久走，50m 走及び女子の長座体前屈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 19 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。

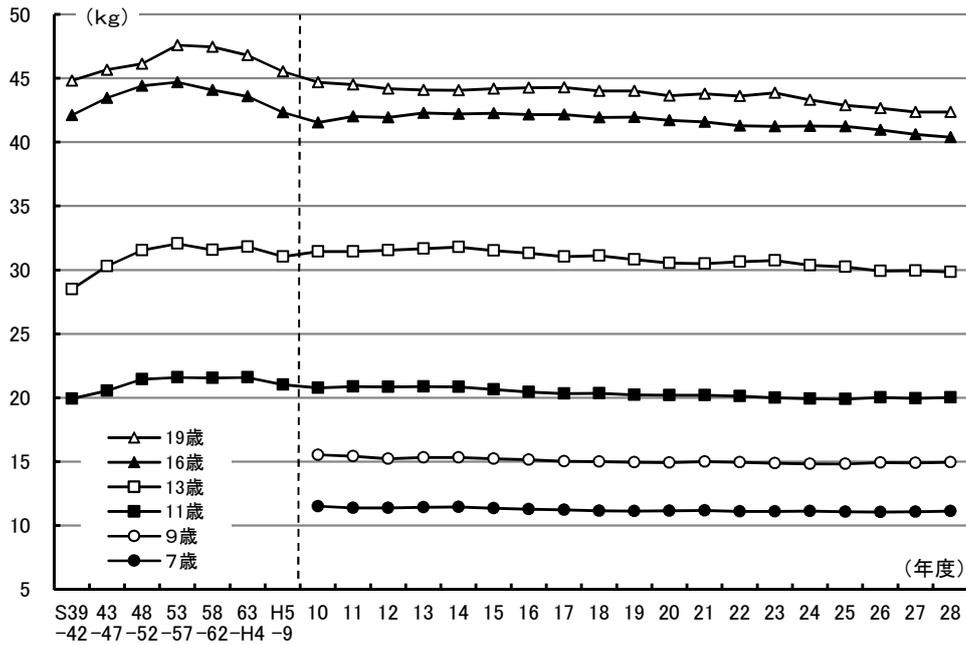


図 2 - 1 握力の年次推移（男子）

- (注) 1. 平成9年度までは示した期間中の平均値で表している。
 2. 平成10年度以降は3点移動平均法を用いて平滑化してある。

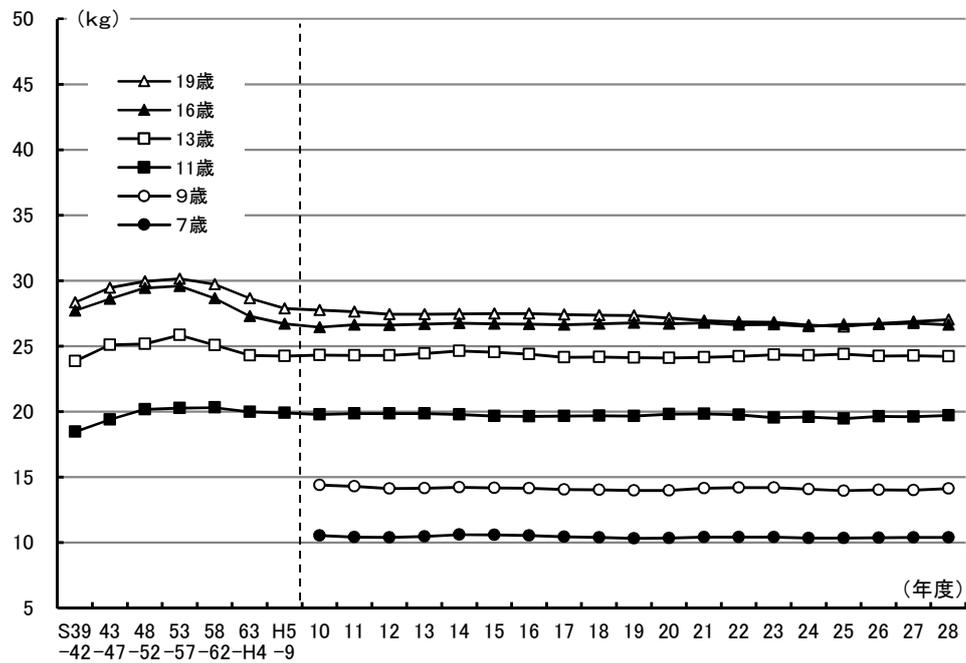


図 2 - 2 握力の年次推移（女子）

- (注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

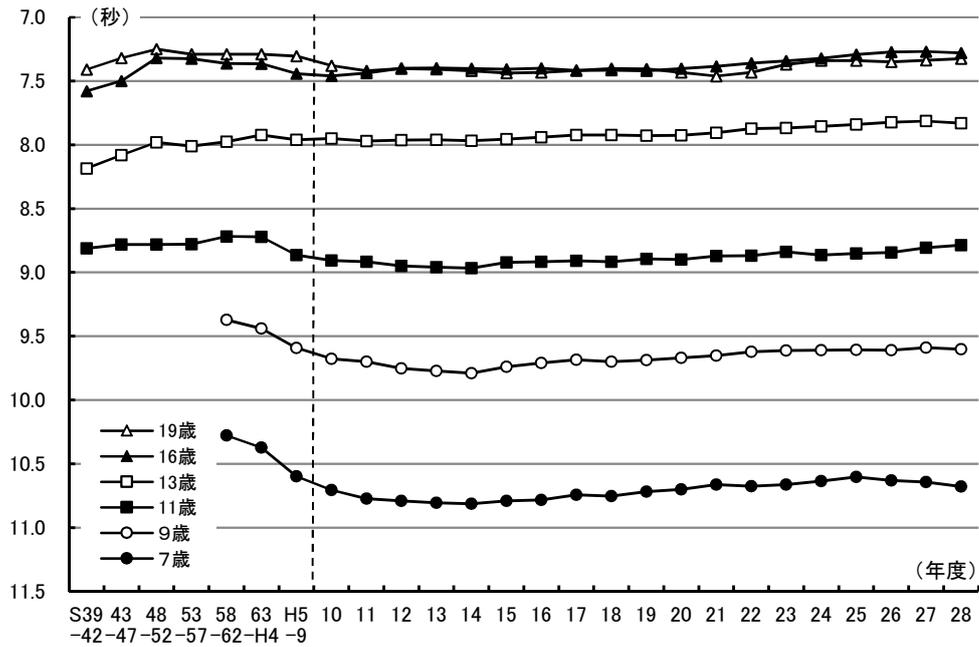


図 2 - 3 50m走の年次推移 (男子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

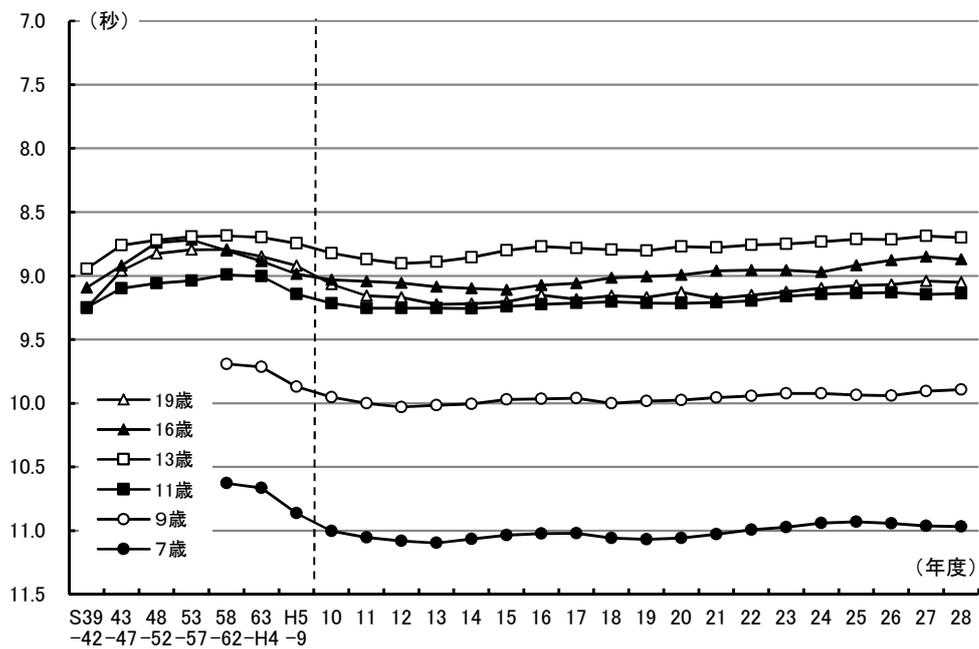


図 2 - 4 50m走の年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

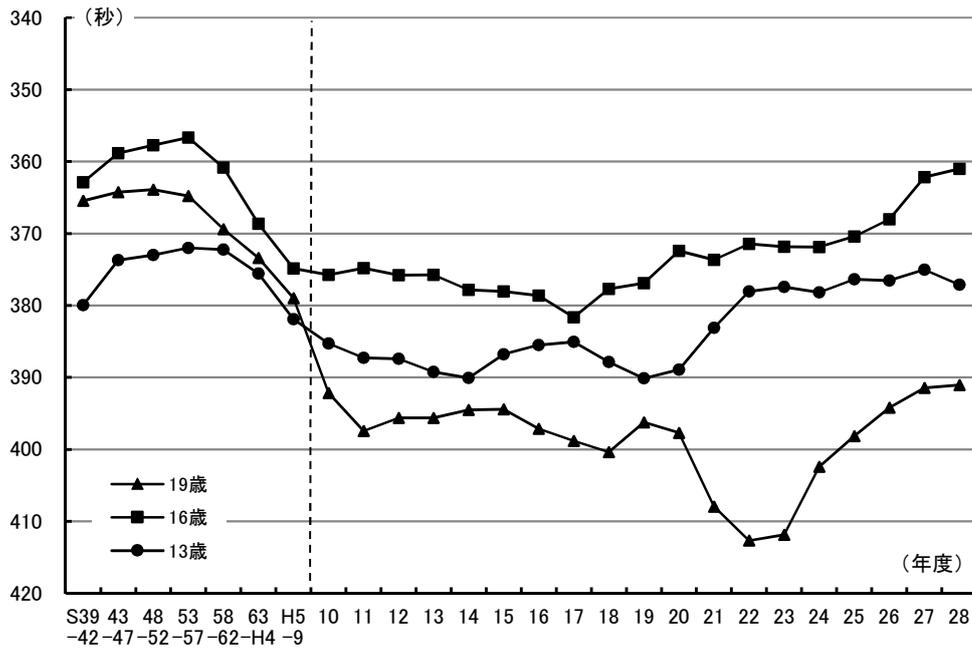


図 2 - 5 持久走（1500m）の年次推移（男子）

（注）図 2 - 1 の（注）に同じ。

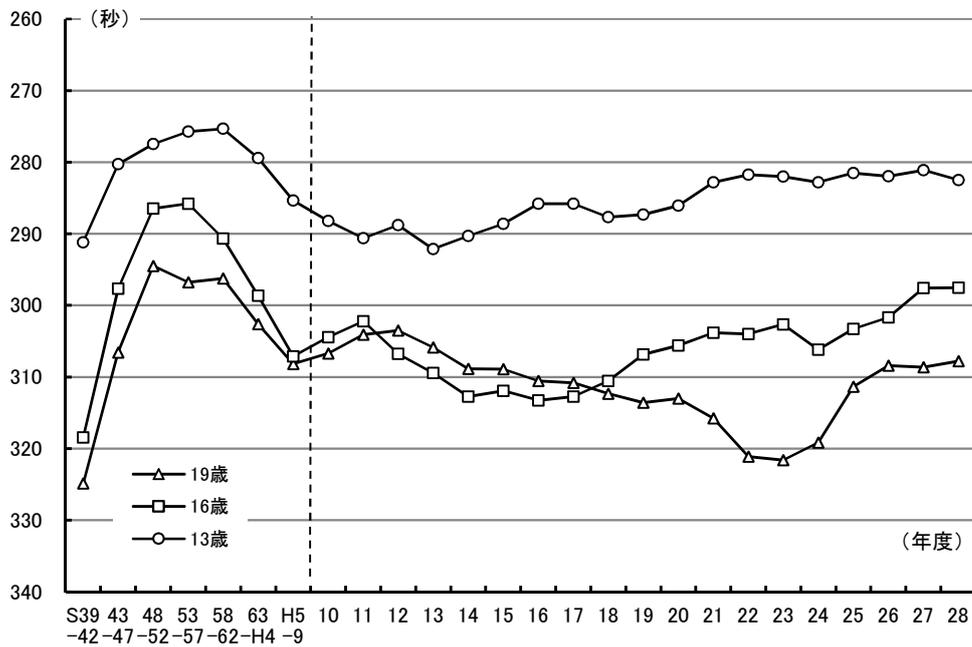


図 2 - 6 持久走（1000m）の年次推移（女子）

（注）図 2 - 1 の（注）に同じ。

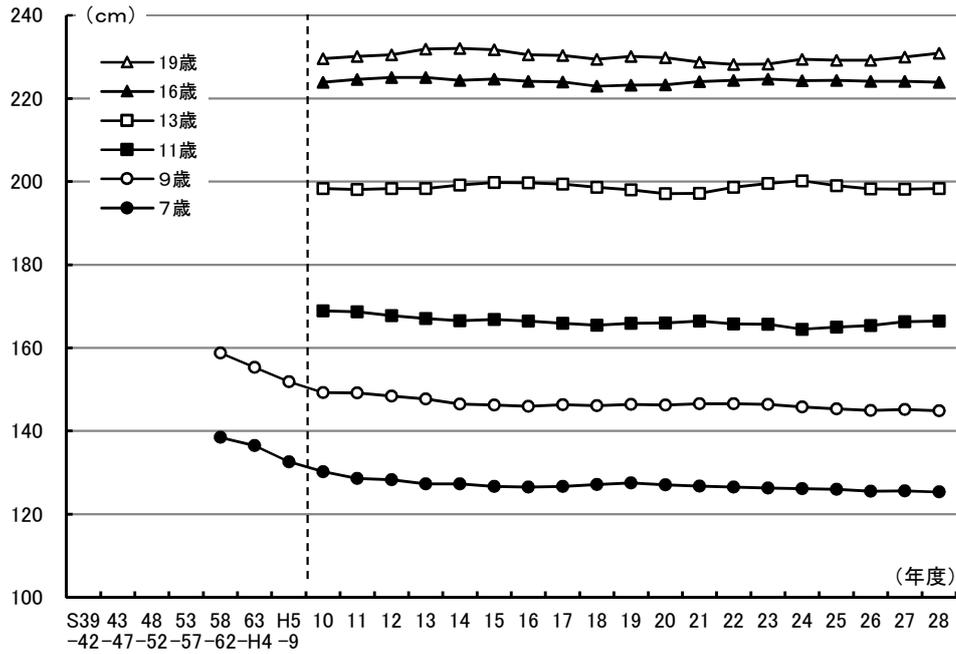


図 2 - 7 立ち幅とびの年次推移 (男子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

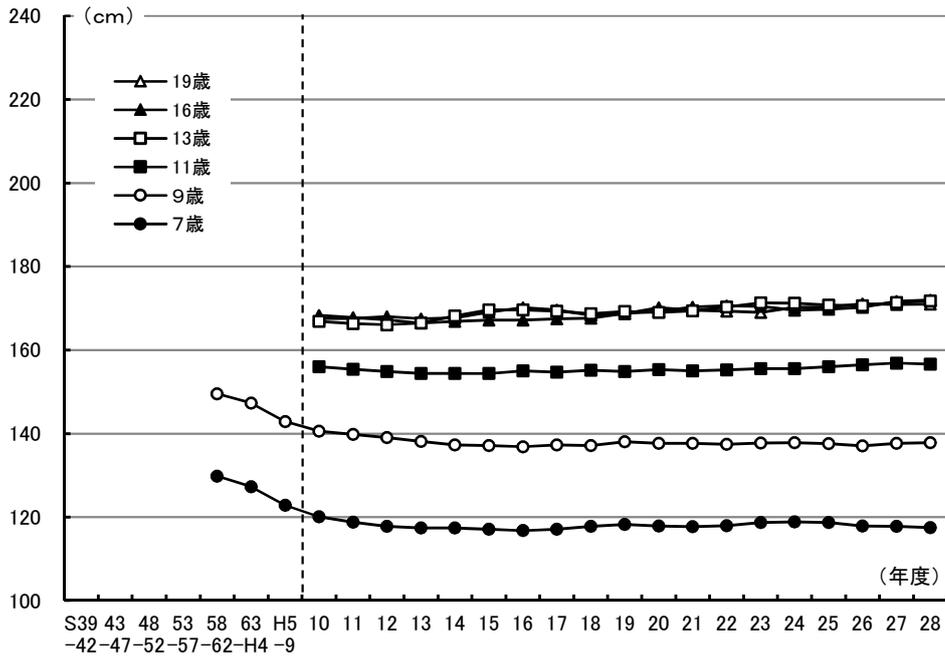


図 2 - 8 立ち幅とびの年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

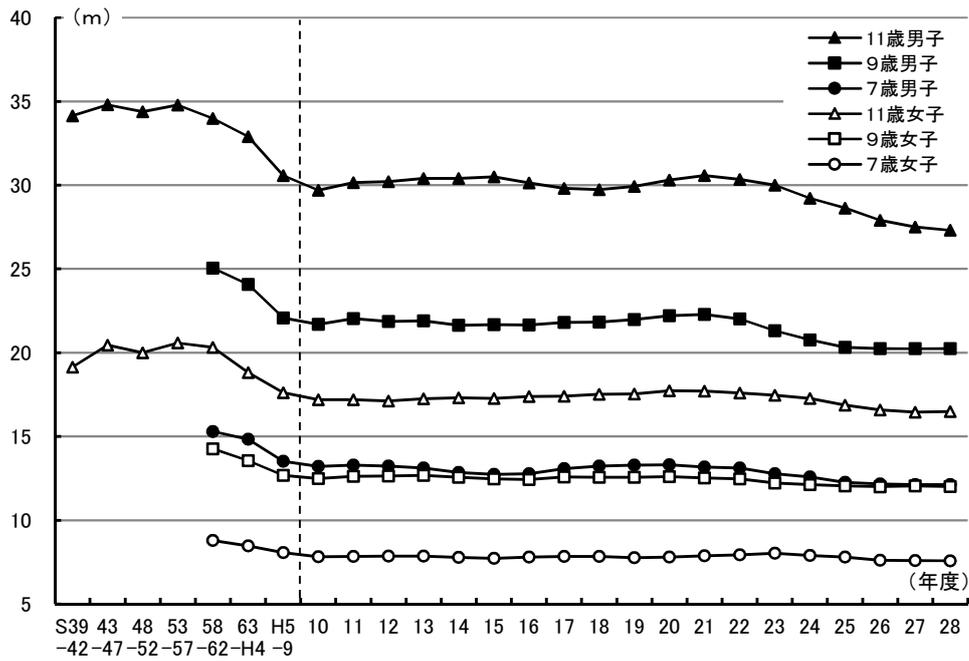


図 2 - 9 ソフトボール投げの年次推移

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

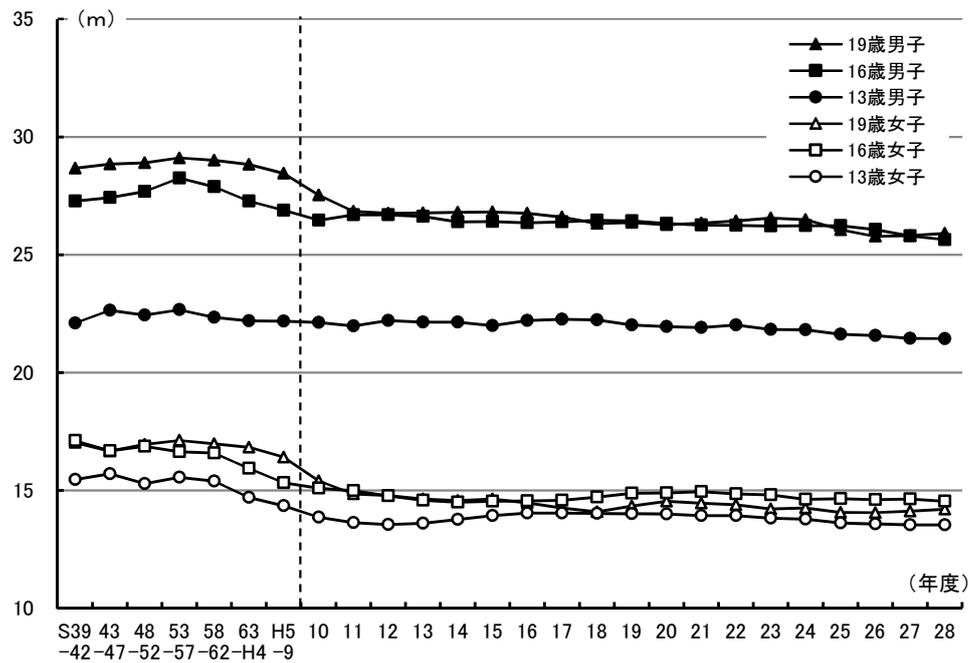


図 2 - 10 ハンドボール投げの年次推移

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

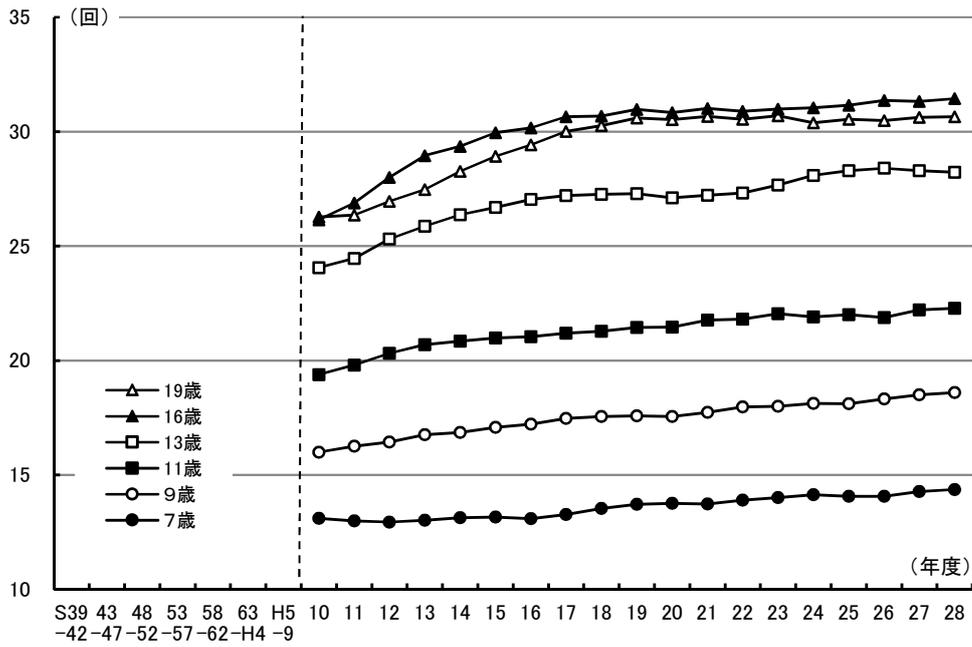


図 2 - 1 1 上体起こしの年次推移 (男子)

(注) 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。

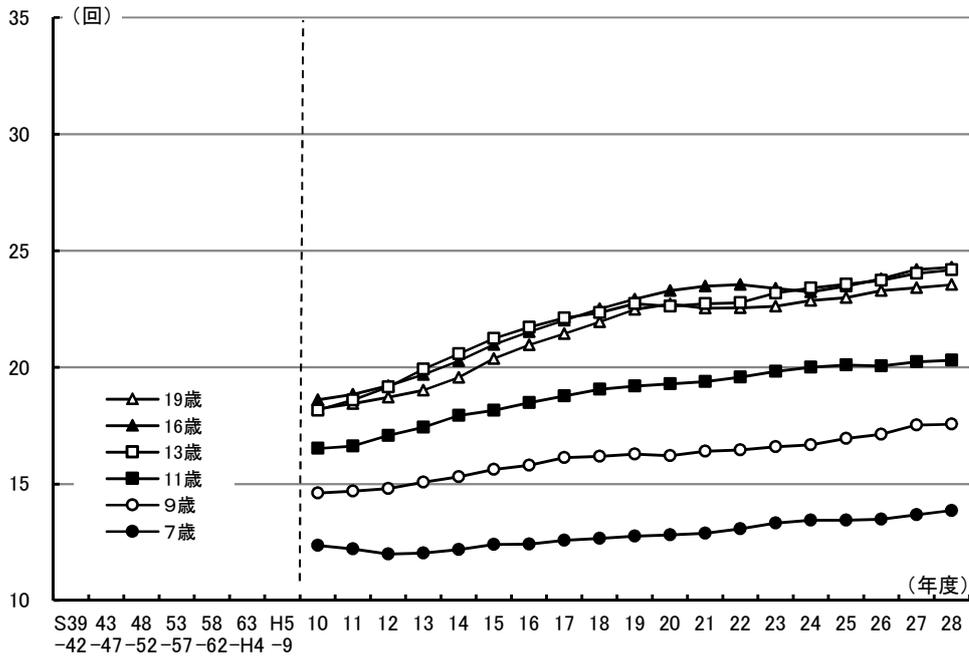


図 2 - 1 2 上体起こしの年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 1 の (注) に同じ。

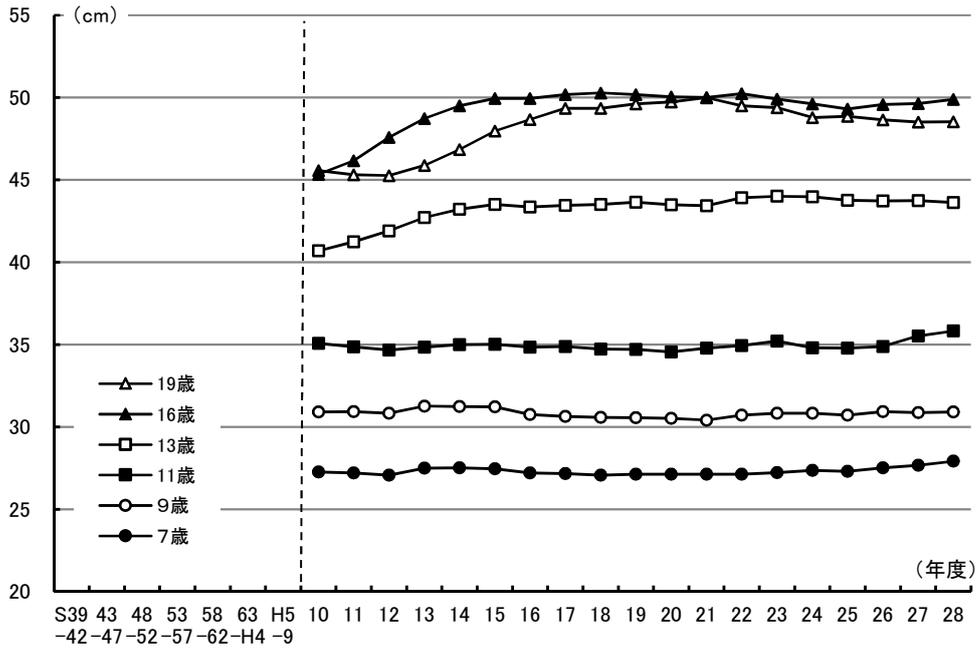


図 2 - 1 3 長座体前屈の年次推移 (男子)

(注) 図 2 - 1 1 の (注) に同じ。

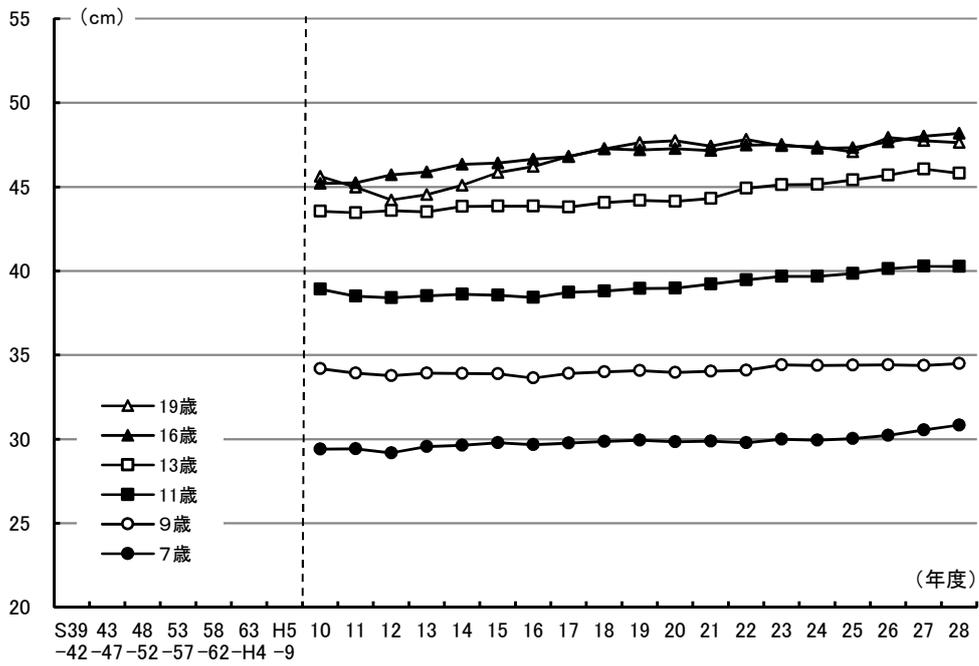


図 2 - 1 4 長座体前屈の年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 1 の (注) に同じ。

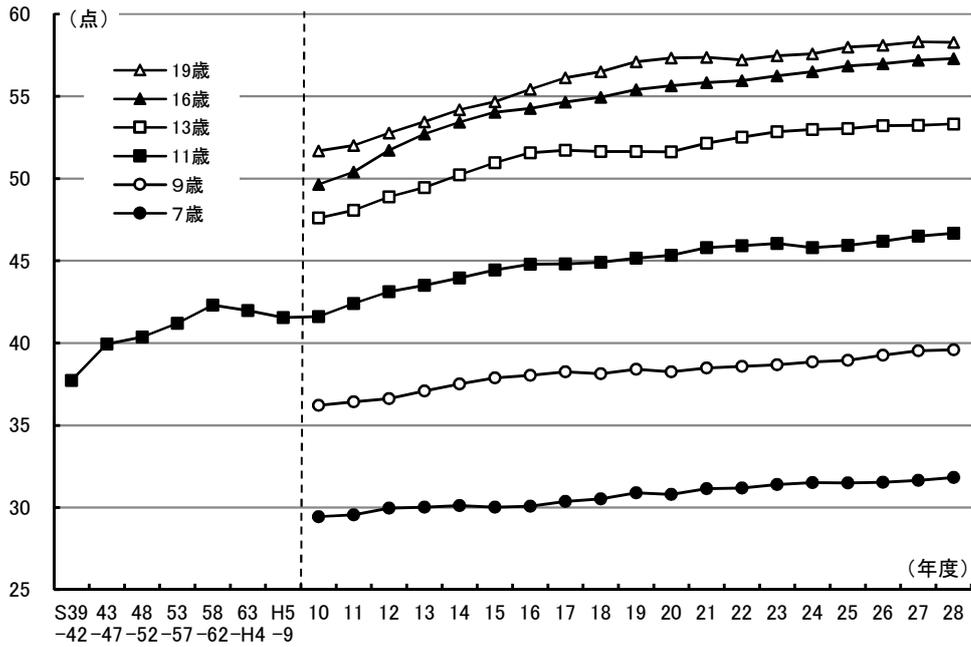


図 2 - 1 5 反復横とびの年次推移 (男子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

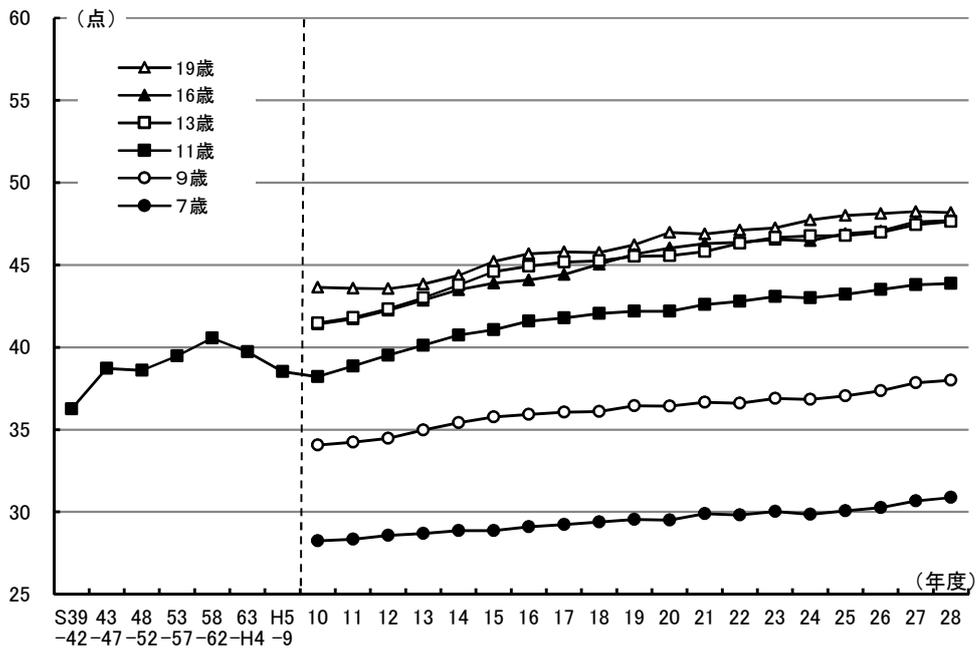


図 2 - 1 6 反復横とびの年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 の (注) に同じ。

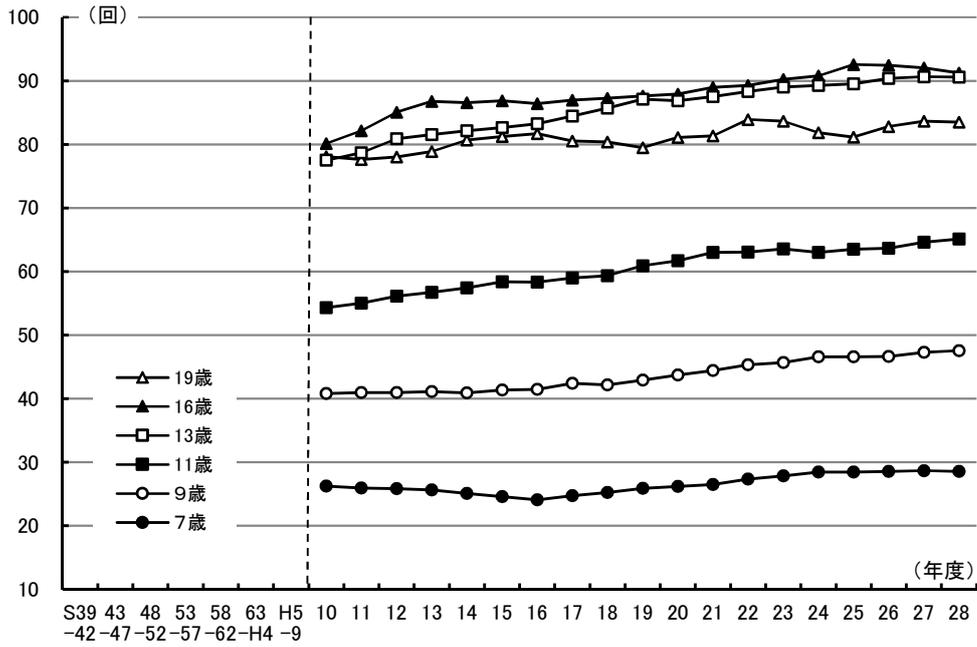


図 2 - 1 7 20mシャトルランの年次推移（男子）

（注）図 2 - 1 1 の（注）に同じ。

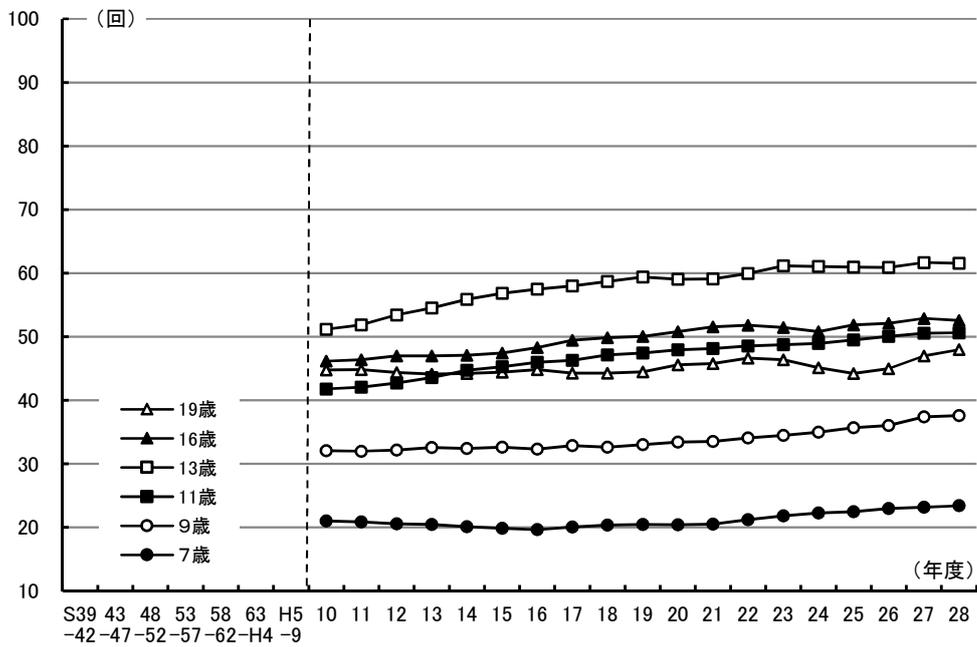


図 2 - 1 8 20mシャトルランの年次推移（女子）

（注）図 2 - 1 1 の（注）に同じ。

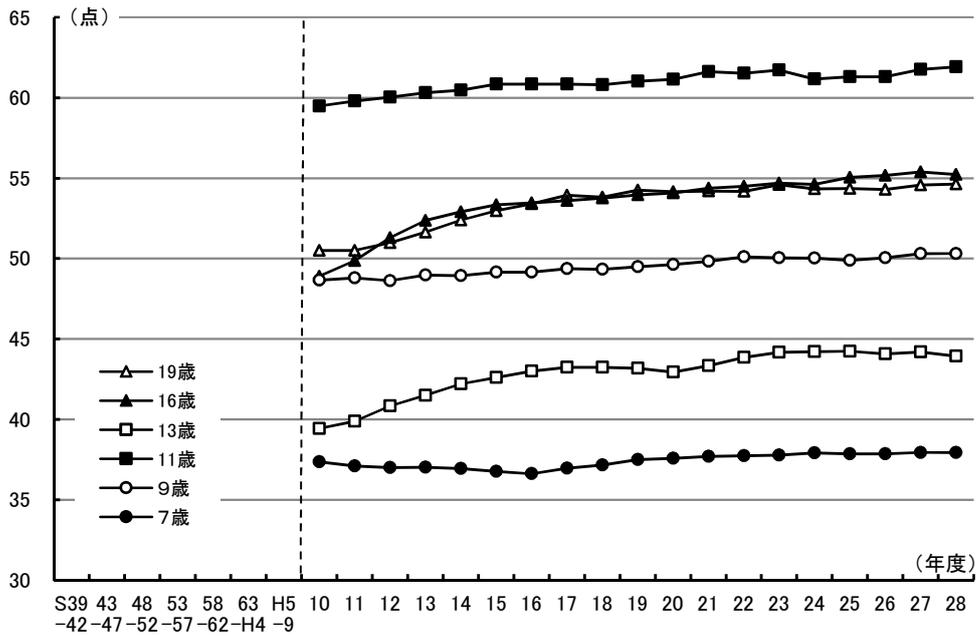


図 2 - 1 9 新体力テストの合計点の年次推移 (男子)

- (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、12～19歳で異なる。

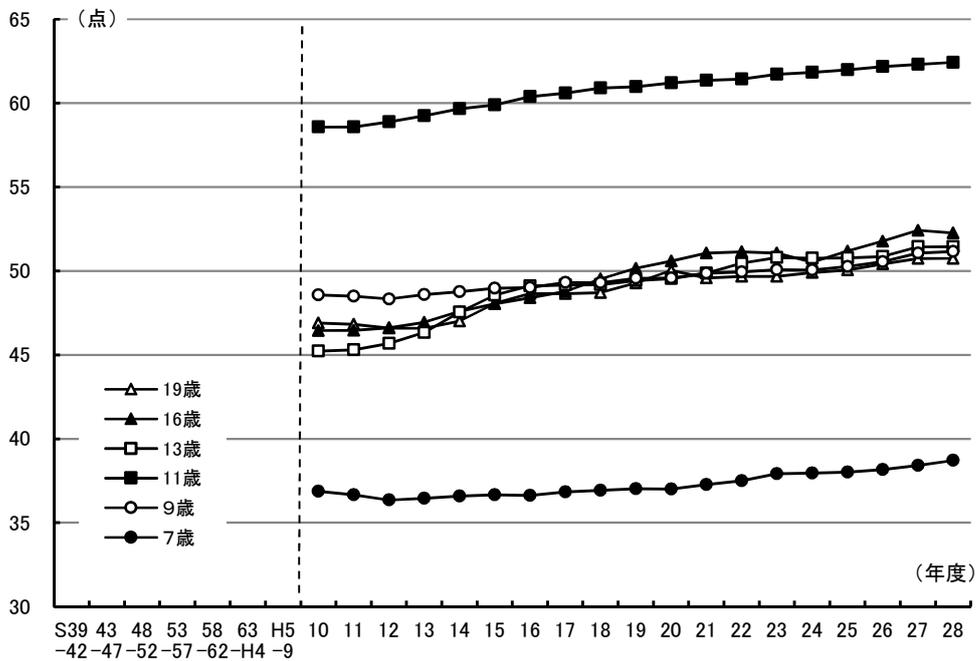


図 2 - 2 0 新体力テストの合計点の年次推移 (女子)

(注) 図 2 - 1 9 (注) に同じ。