

## (2) 体力・運動能力の年次推移の傾向

### ① 青少年(6～19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12年間の基礎的運動能力をみると，走，跳，投にかかる項目では，小学生の立ち幅とびで低下傾向がみられるものの，持久走，50m走，立ち幅とび(中学生・高校生)，ソフトボール投げ・ハンドボール投げでは，横ばいまたは向上傾向がみられる。

また一部の年代を除いて，上体起こし，長座体前屈，反復横とび，20mシャトルランでは向上傾向を示している。

新体力テスト施行後の12年間の合計点の年次推移をみると，小学生高学年以上の年代では，緩やかな向上傾向を示している。

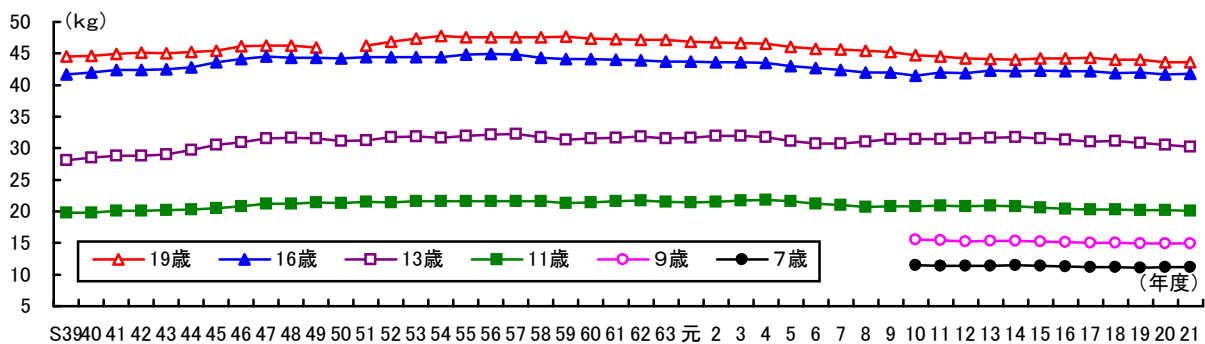


図2-1 握力の年次推移(男子)

(注) 1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。  
 2. 昭和50年度は、19歳の調査を実施していない。

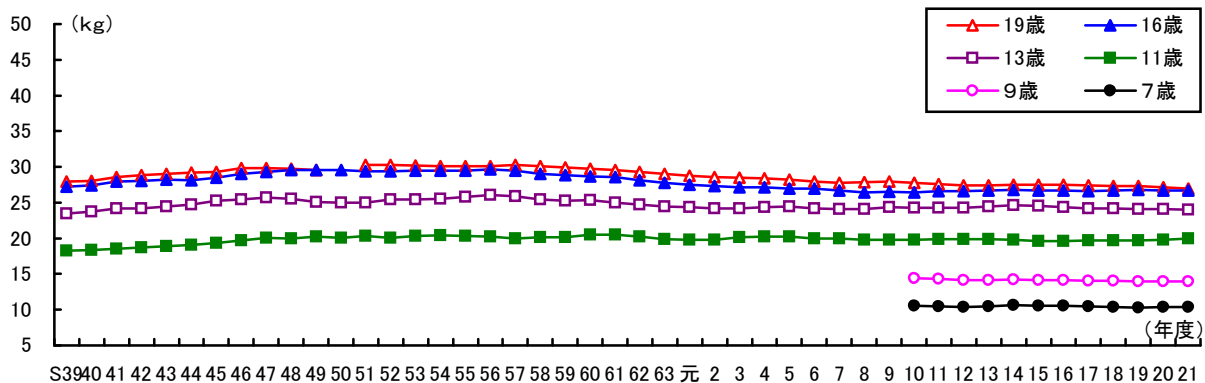


図2-2 握力の年次推移(女子)

(注) 図2-1の(注)に同じ。

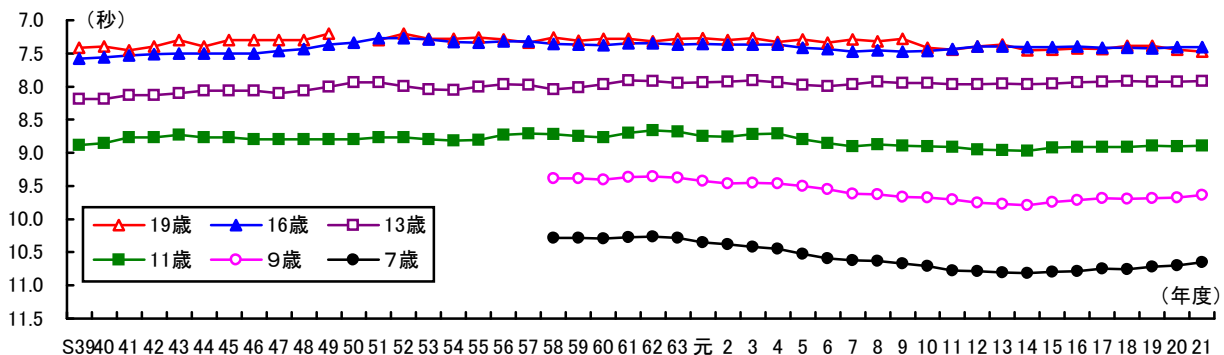


図2-3 50m走の年次推移(男子)

(注) 図2-1の(注)に同じ。

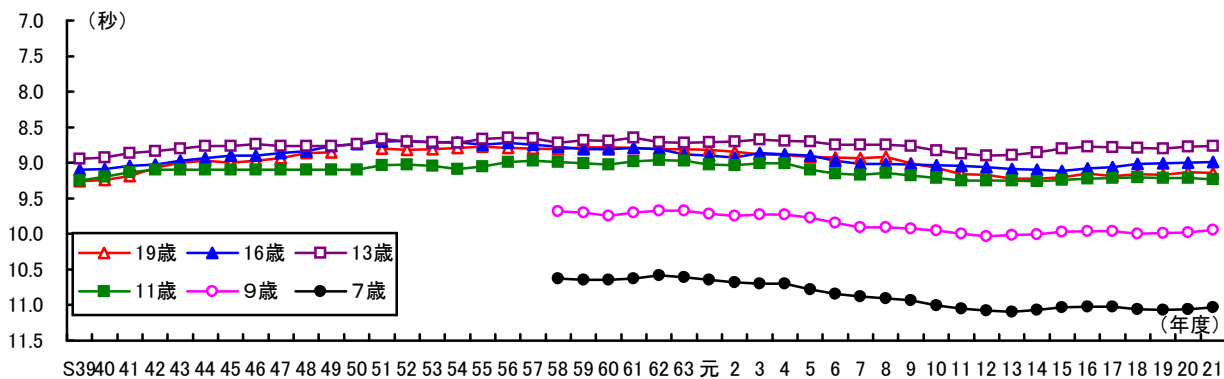


図2-4 50m走の年次推移(女子)

(注) 図2-1の(注)に同じ。

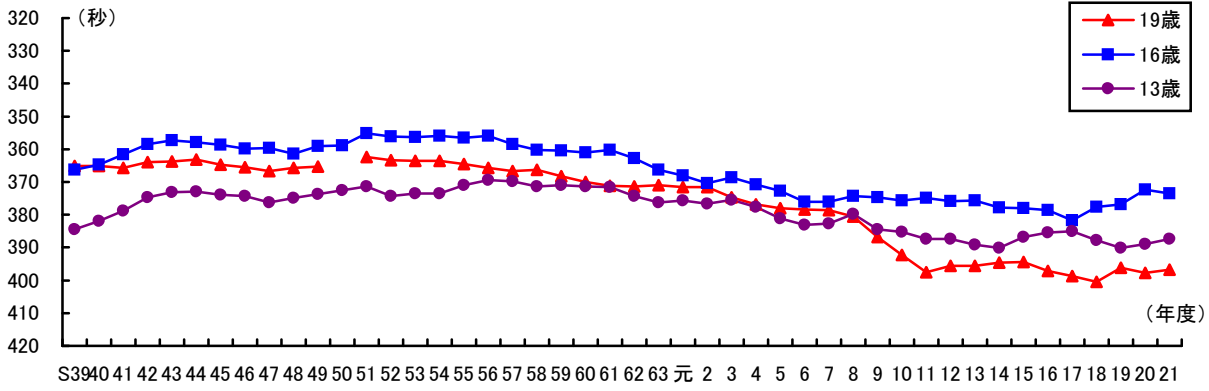


図2-5 持久走(1500m)の年次推移(男子)

(注) 図2-1の(注)に同じ。

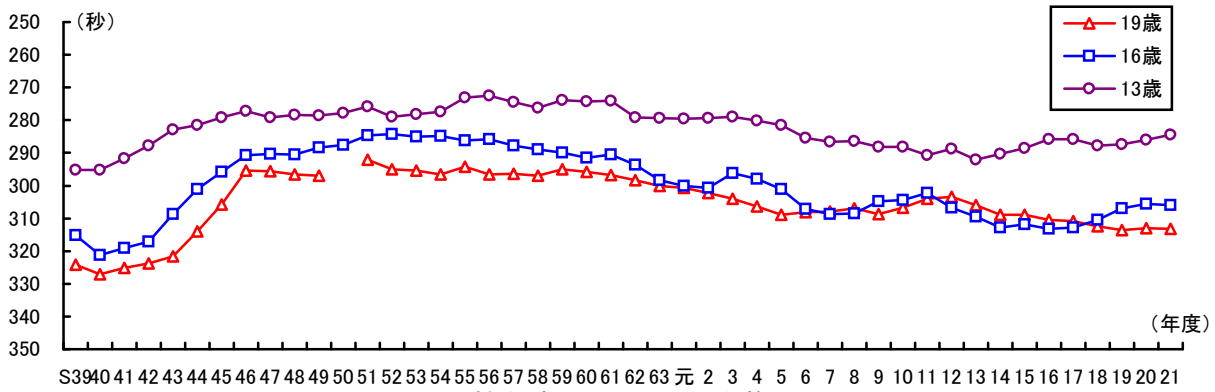


図2-6 持久走(1000m)の年次推移(女子)

(注) 図2-1の(注)に同じ。

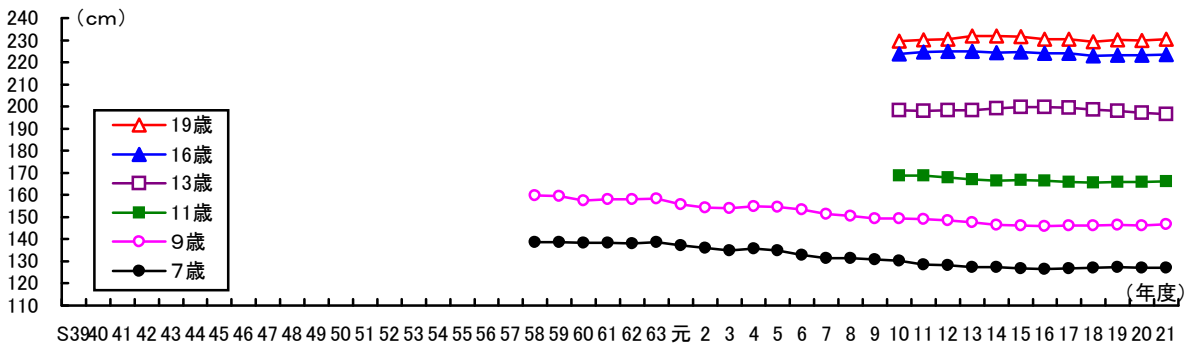


図2-7 立ち幅とびの年次推移(男子)

(注) 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。

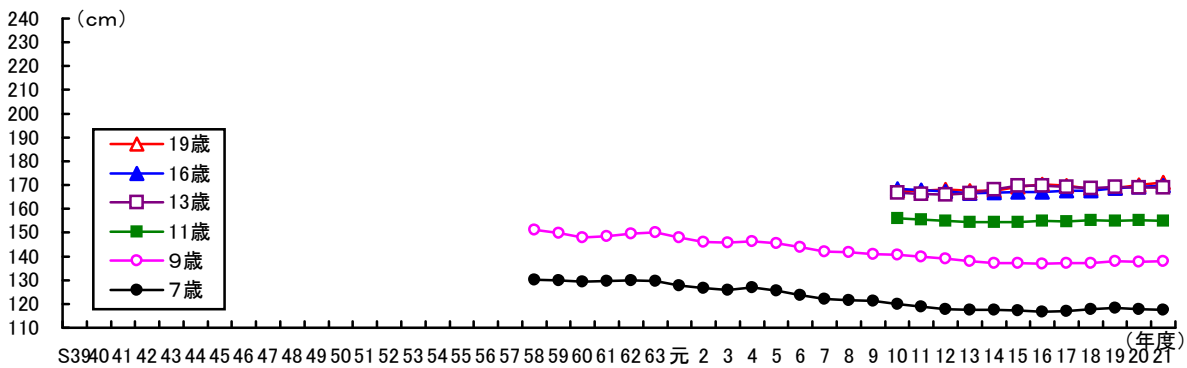


図2-8 立ち幅とびの年次推移(女子)

(注) 図2-7の(注)に同じ。

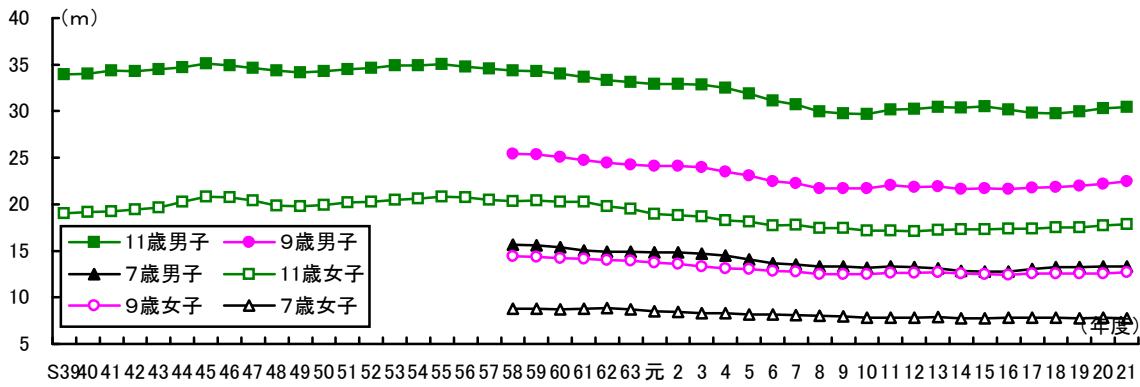


図2-9 ソフトボール投げの年次推移

(注)図2-7の(注)に同じ。

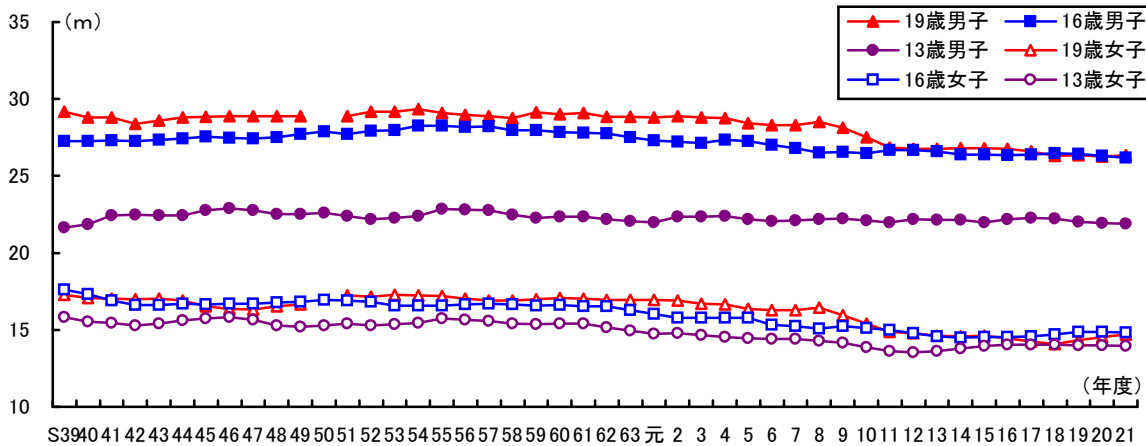


図2-10 ハンドボール投げの年次推移

(注)図2-1の(注)に同じ。

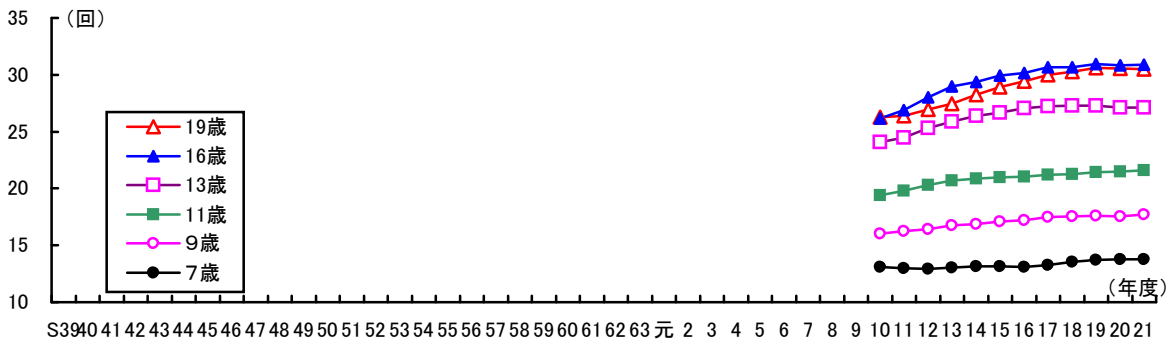


図2-11 上体起こしの年次推移(男子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

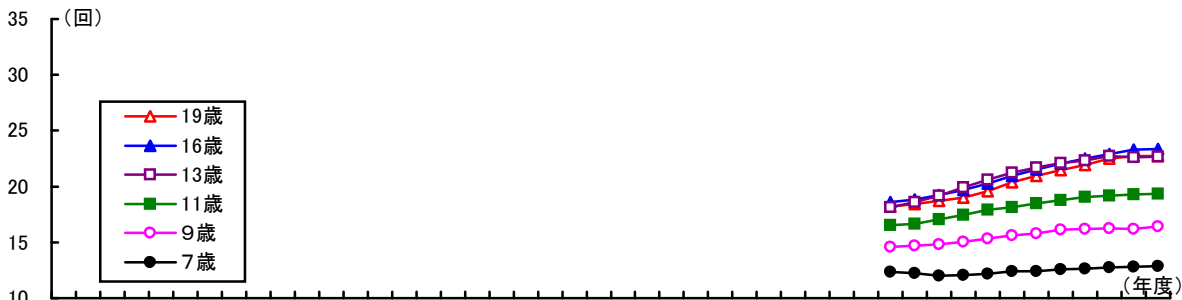


図2-12 上体起こしの年次推移(女子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

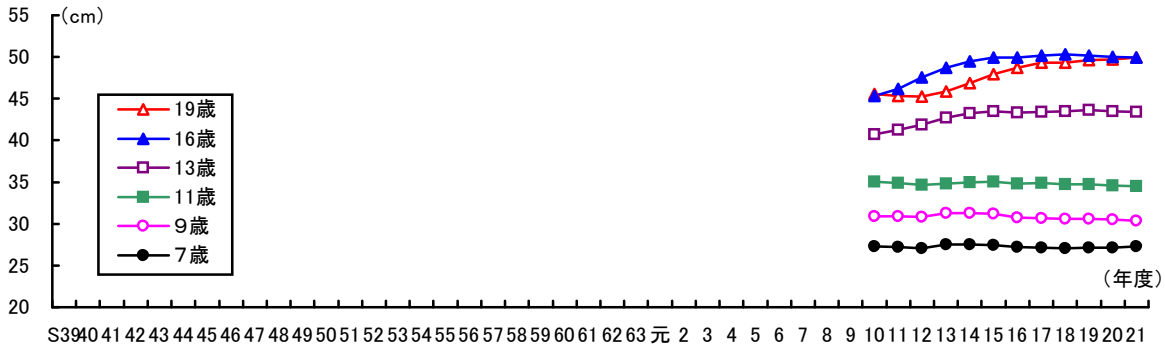


図2-13 長座体前屈の年次推移(男子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

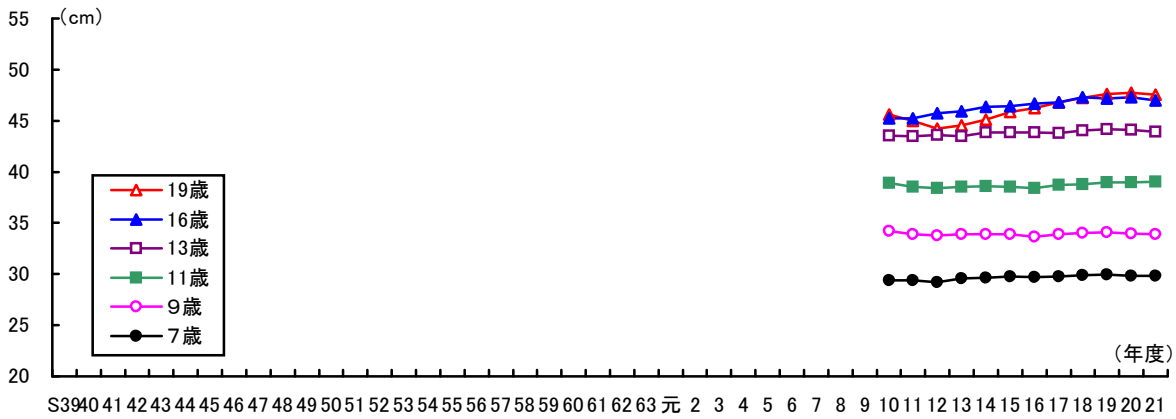


図2-14 長座体前屈の年次推移(女子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

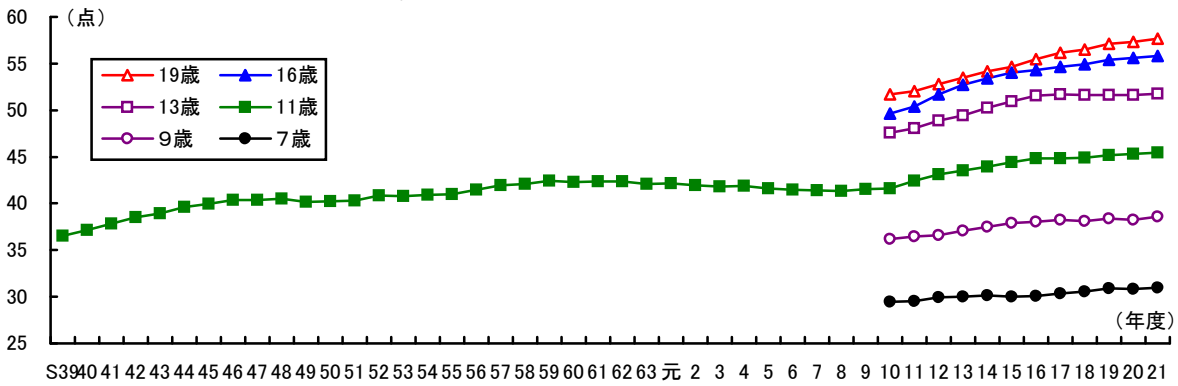


図2-15 反復横とびの年次推移(男子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

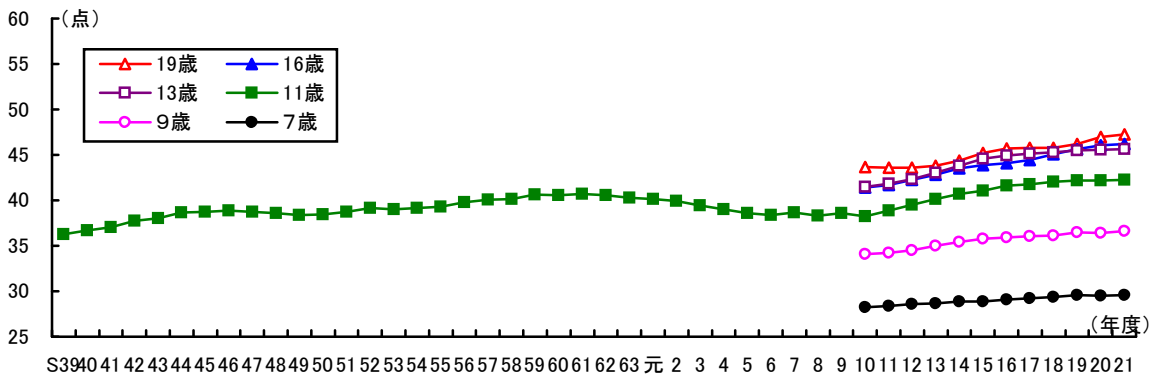


図2-16 反復横とびの年次推移(女子)

(注)図2-7の(注)に同じ。

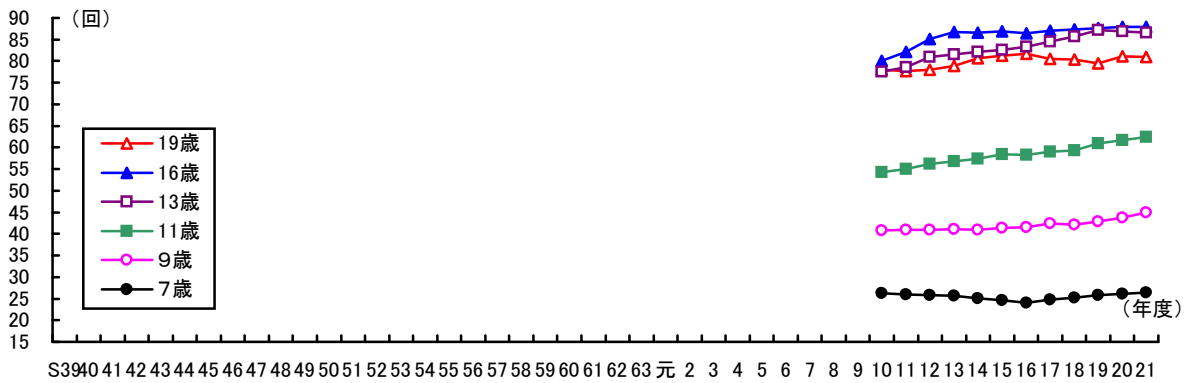


図2-17 20mシャトルランの年次推移(男子)

(注) 図2-7の(注)に同じ。

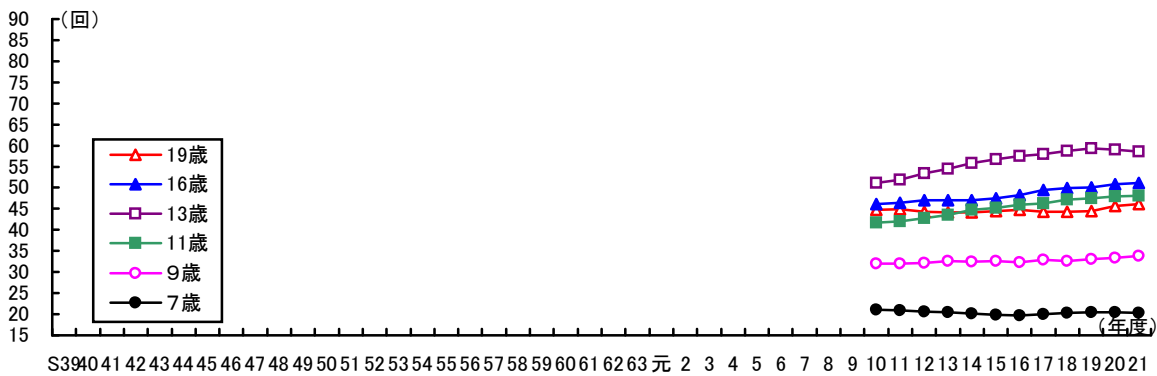


図2-18 20mシャトルランの年次推移(女子)

(注) 図2-7の(注)に同じ。

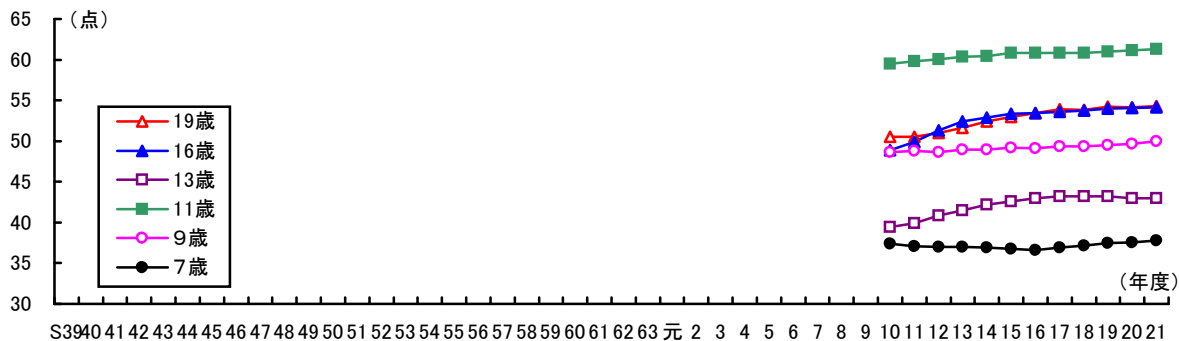


図2-19 新体力テストの合計点の年次推移(男子)

- (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。

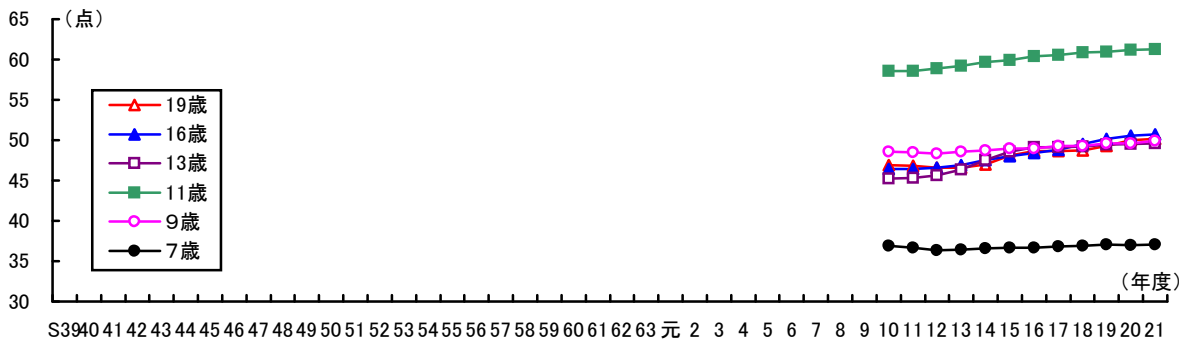


図2-20 新体力テストの合計点の年次推移(女子)

(注) 図2-19の(注)に同じ。