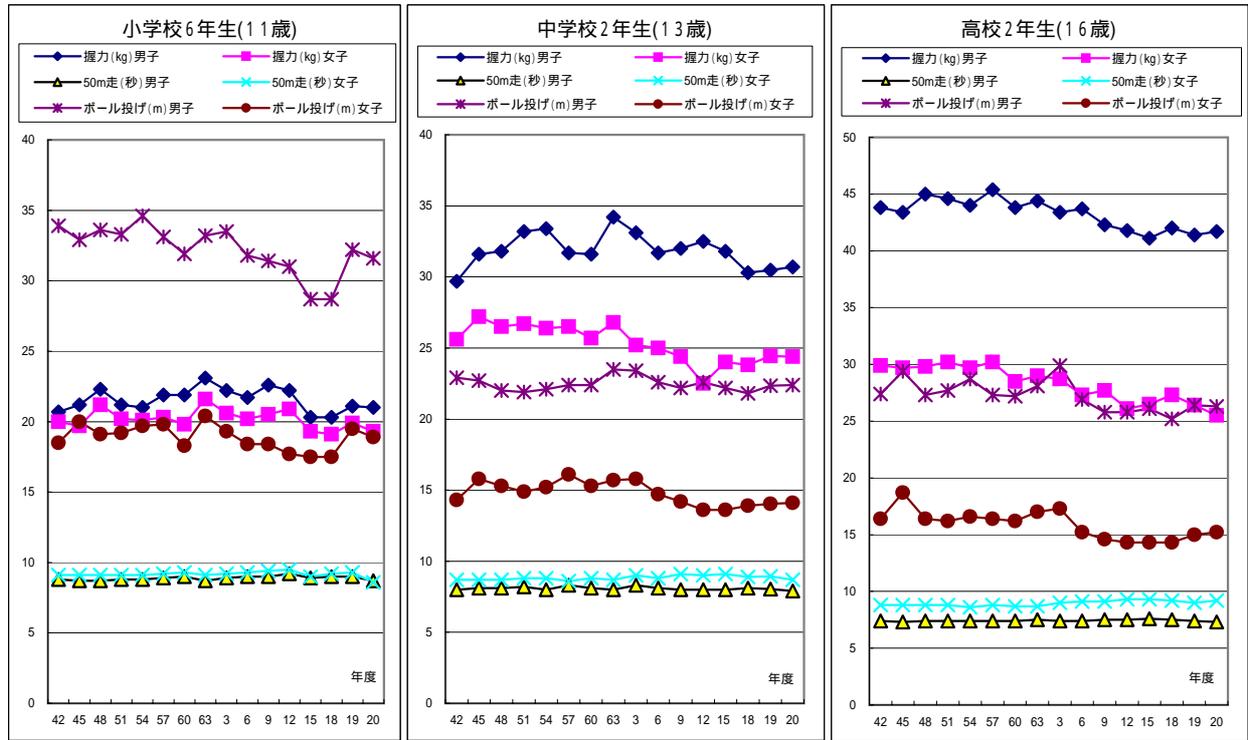


資料 調査結果（抜粋）

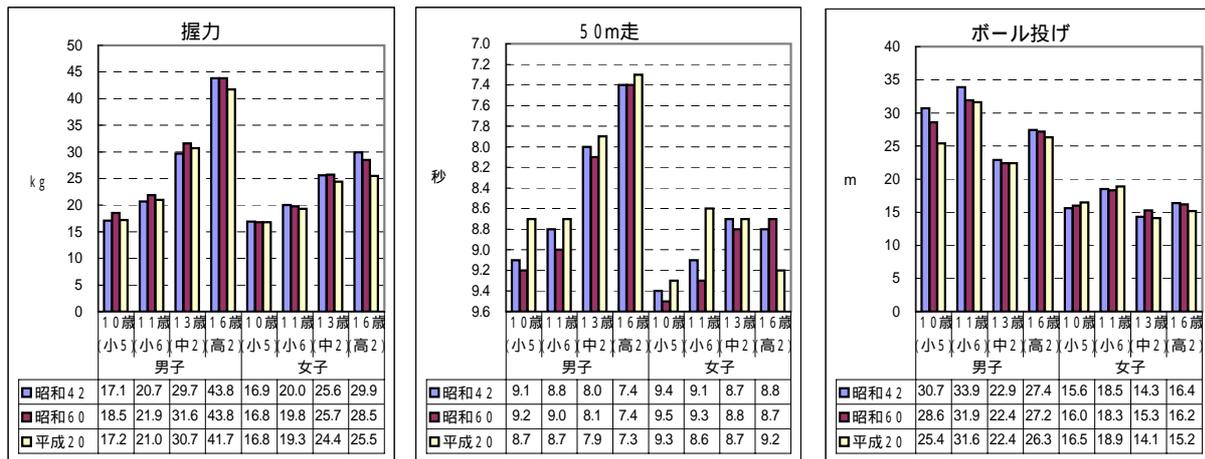
1 体力・運動能力の推移（昭和42年度～平成20年度）

(1) 昭和42年度から平成20年度までの年次推移



ここ10年ほどは緩やかに低下する種目もあるが、低下の傾向を示さない、または、向上傾向を示す種目がある。なお、昭和42年からの体力の推移では、依然低い水準となっている。

(2) 昭和42年度と昭和60年度と平成20年度との比較



50m走では中学校2年生と高校2年生の女子を除く全ての学年の平均値が、ボール投げでは小学校5年生と6年生の女子の平均値が、昭和42年、60年の値を超え、これまでで最も高い値となったが、それ以外の種目・学年の平均値は、全体的に低下傾向にある。

2 平成20年度長野県の平均値（H19県平均との比較）

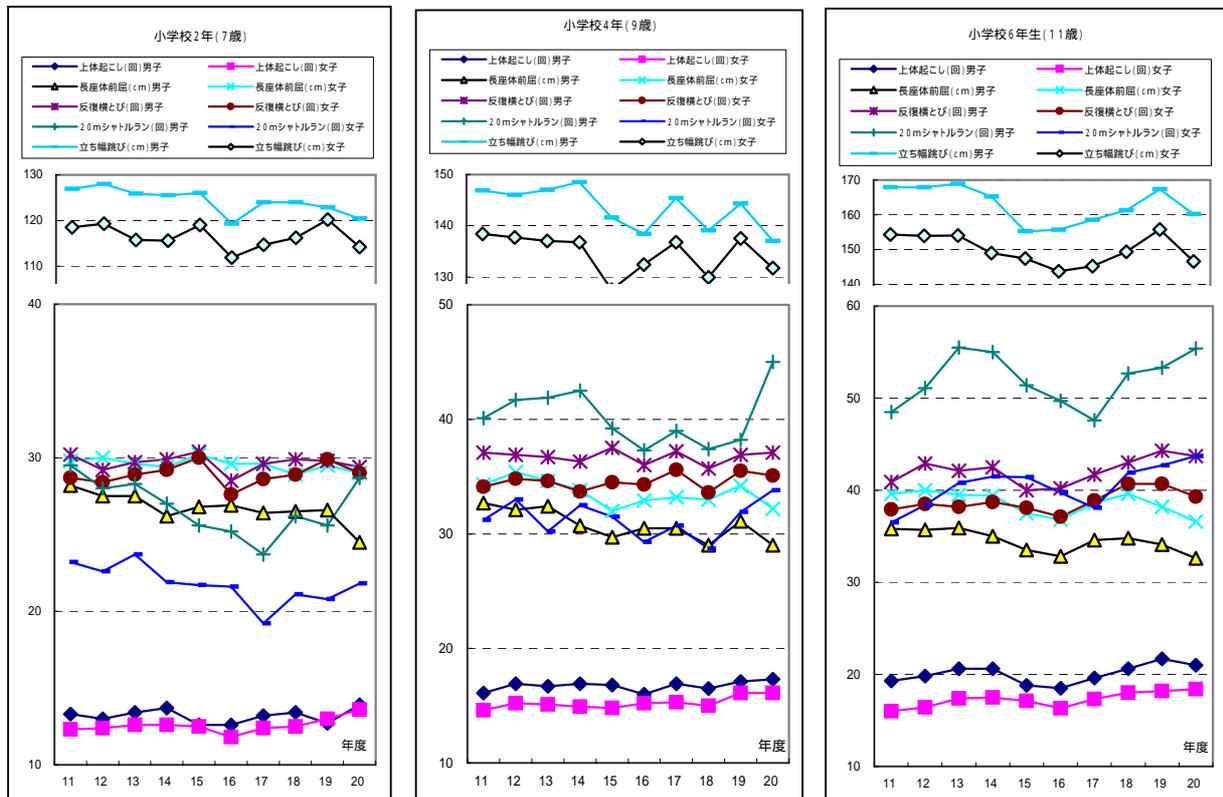
項目	年齢	小学校						中学校			高等学校			内容
		6才 (小1)	7 (小2)	8 (小3)	9 (小4)	10 (小5)	11 (小6)	12 (中1)	13 (中2)	14 (中3)	15 (高1)	16 (高2)	17 (高3)	
握力 (kg)	男	9.6	11.5	13.3	15.4	17.2	21.0	23.0	30.7	34.0	39.3	41.7	42.5	握力計使用
	女	8.9	10.7	12.5	14.6	16.8	19.3	21.1	24.4	24.0	25.5	25.5	26.1	
上体起 こし(回)	男	11.0	13.9	15.6	17.3	18.0	21.0	21.1	26.2	27.1	31.2	30.5	29.4	30秒間の上 体起こし回数
	女	10.6	13.6	14.2	16.1	17.4	18.4	18.1	21.5	22.1	19.8	20.0	21.7	
長座体 前屈(cm)	男	23.9	24.5	28.6	29.0	30.2	32.6	36.2	42.6	44.4	47.1	47.9	47.2	長座で前屈
	女	27.0	29.0	30.0	32.3	33.8	36.6	41.5	43.2	42.7	44.9	42.2	45.1	
反復横 とび(点)	男	25.9	29.4	33.1	37.1	38.4	43.7	42.8	49.7	50.0	54.8	53.6	52.8	20秒で線を 越す点数
	女	25.0	29.0	30.6	35.1	37.4	39.3	38.6	43.3	42.9	42.3	41.5	42.7	
20mシャトル ラン(回)	男	17.7	28.7	34.5	45.0	48.6	55.4	60.9	81.1	87.0	83.2	90.5	87.1	20mの折り 返し回数
	女	15.8	21.8	26.5	33.8	37.7	43.7	44.7	53.3	53.5	45.4	48.4	45.9	
50m 走(秒)	男	10.8	9.9	9.8	9.4	8.7	8.7	8.1	7.9	7.2	7.5	7.3	7.3	
	女	11.1	10.6	9.7	9.7	9.3	8.6	8.5	8.7	8.4	9.2	9.2	9.2	
立ち幅 とび(cm)	男	108.2	120.4	133.0	137.0	145.9	160.2	168.0	198.4	201.3	222.8	227.6	224.0	
	女	101.5	114.2	120.8	131.7	140.0	146.6	153.2	164.8	158.9	160.3	164.6	168.1	
ボール 投げ(m)	男	9.0	14.3	18.1	22.5	25.4	31.6	17.9	22.4	23.6	26.6	26.3	27.1	
	女	6.1	8.5	10.9	14.3	16.5	18.9	12.4	14.1	14.4	15.4	15.2	16.4	

ボール投げは小学生が「ソフトボール」、中・高校生は「ハンドボール」  
網掛けは昨年度の平均を上回っているもの

平成20年度の児童生徒の体力水準は、小学校の39.6%、中学校の29.2%、高校の33.3%、全体の34.7%の項目において、昨年度を上回った。

3 小学生の過去10年間における体力の特徴（平成11年度～20年度）

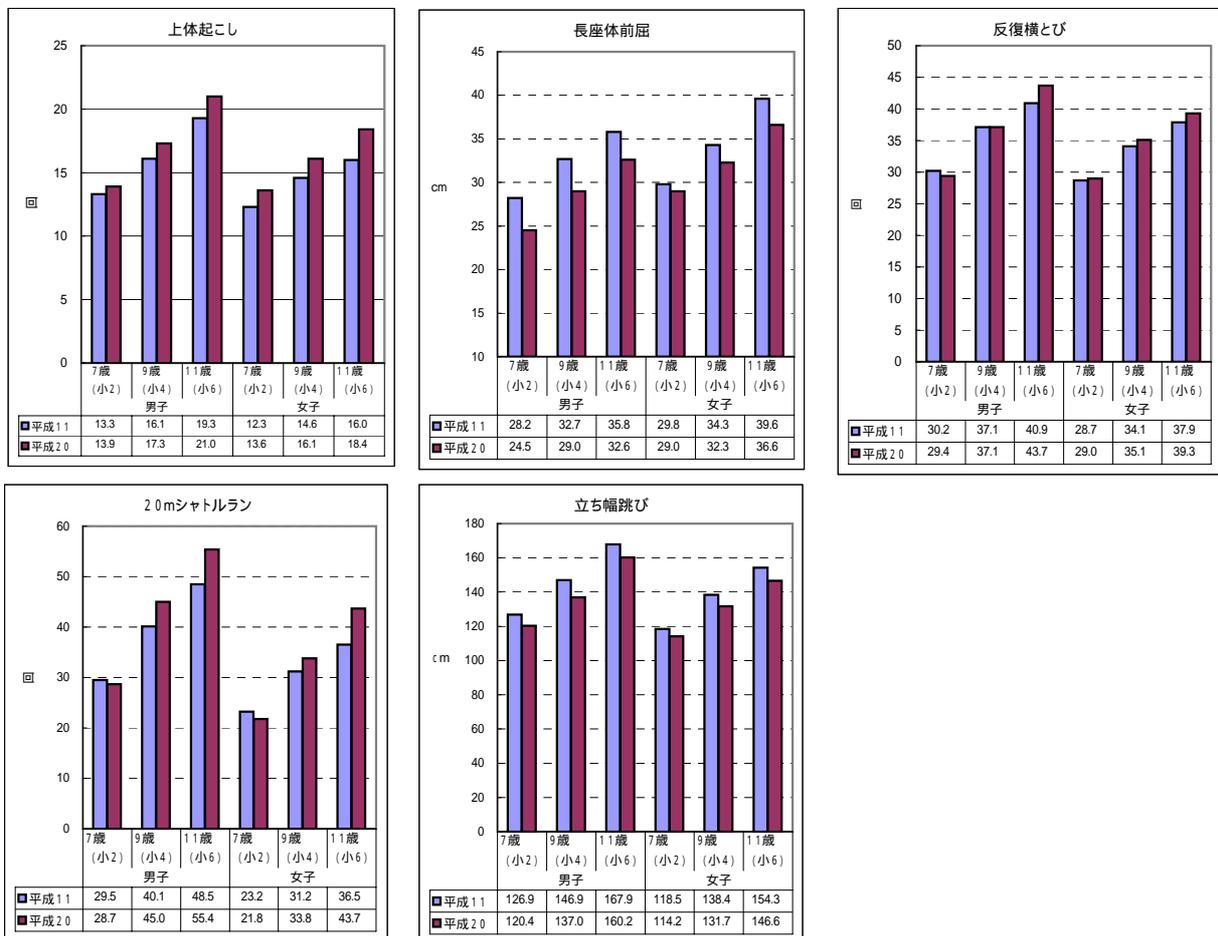
(1) 平成11年度から平成20年度までの年次推移



20mシャトルランは4年生と6年生の男女の平均値が、上体起こしは4年生の男女と6年生の女子の平均値が、平成11年度以来、最も高い値となった。

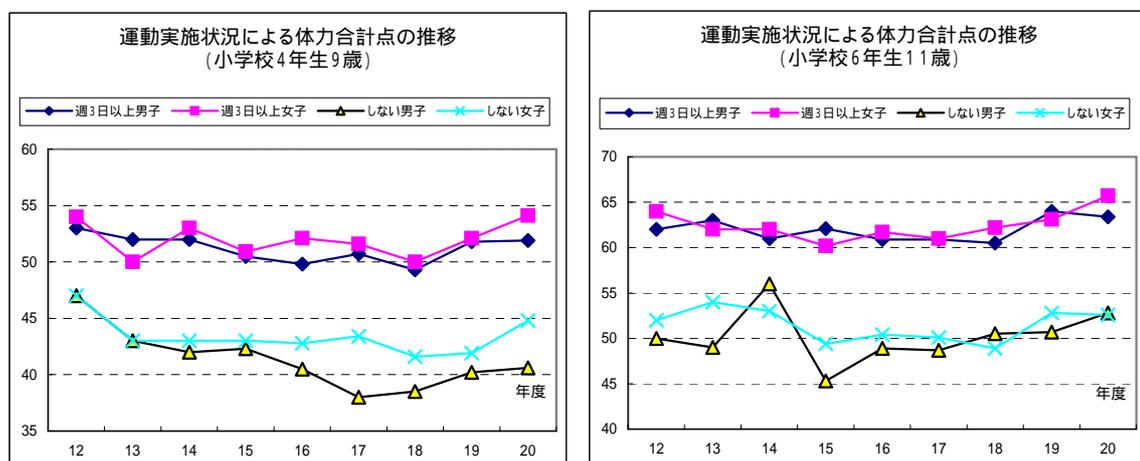
長座体前屈は2年生と4年生の男子、6年生の男女の平均値が、立ち幅跳びは2年生女子の平均値が、平成11年度以来、最も低い値となった。

## (2) 平成11年度と平成20年度との比較



平成11年度と比較すると、上体起こしは全ての学年で平成20年度の平均値が上回ったが、長座体前屈と立ち幅跳びの平均値は全ての学年で下回った。

## 4 小学生の運動実施状況による体力合計点の推移 (平成12年度～20年度)

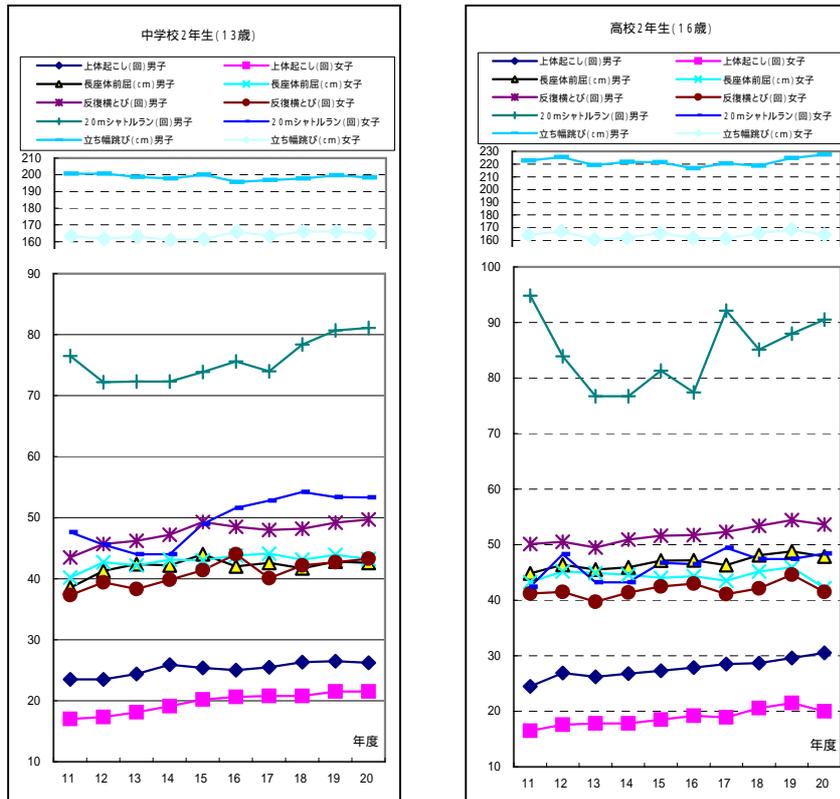


4・6年生の男女とも、「週3日以上」運動すると回答した児童は、「しない」と回答した児童より、体力合計点が高くなる傾向がみられた。

「週3日以上」運動すると回答した児童のうち、6年生の男女と4年生の女子の体力合計点が、平成12年度以来、最も高い値となった。

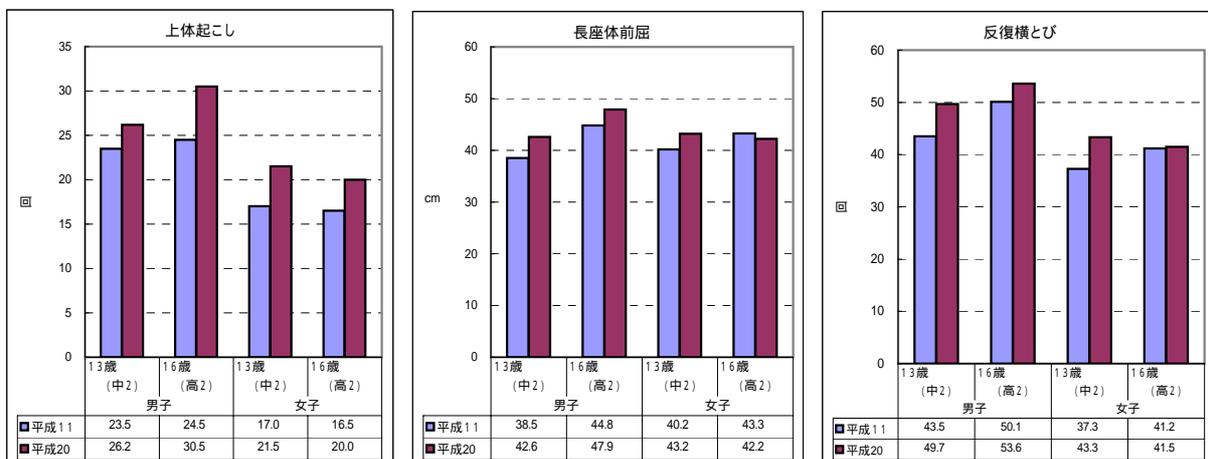
## 5 中・高生の過去10年間における体力の特徴（平成11年度～20年度）

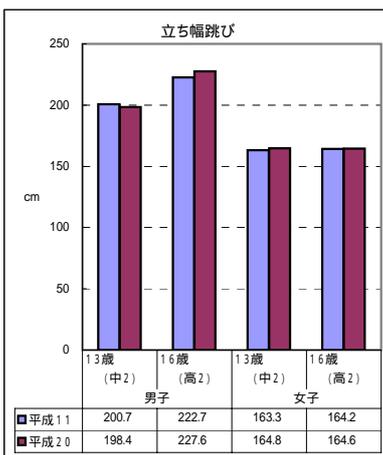
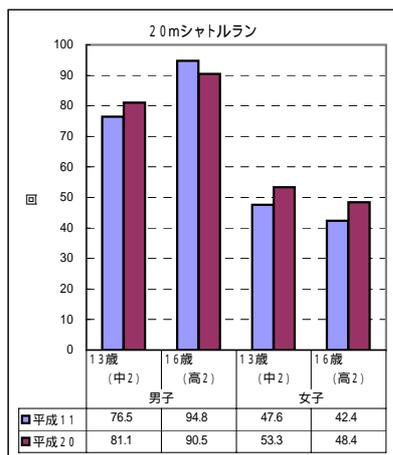
### (1) 平成11年度から平成20年度までの年次推移



上体起こしは中学校2年生の女子の平均値が、20mシャトルランは中学2年生の男子の平均値が、さらに、立ち幅跳びは高校2年生の男子の平均値が、平成11年以来、もっとも高い値となった。なお、長座体前屈の高校2年生の女子の平均値は、平成11年以来最も低い値となった。

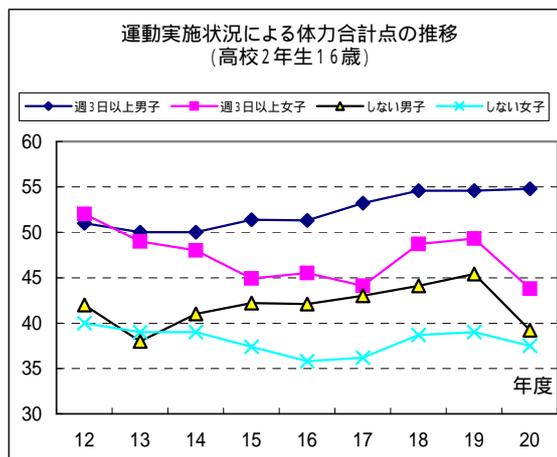
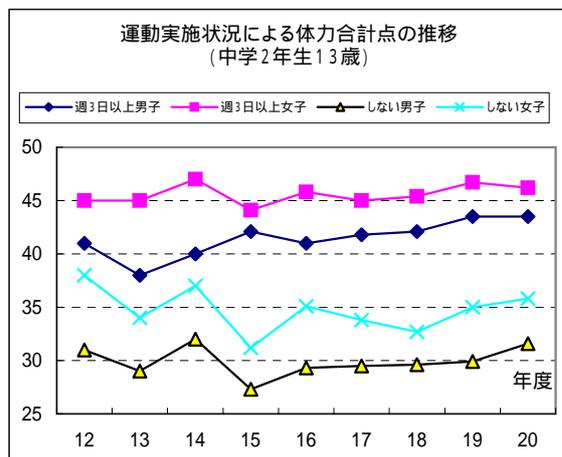
### (2) 平成11年度と平成20年度との比較





平成11年度と比較すると、長座体前屈の高校2年生の女子の平均値、20mシャトルランの高校2年生の男子の平均値、立ち幅跳びの中学校2年生の男子の平均値以外は全て上回った。

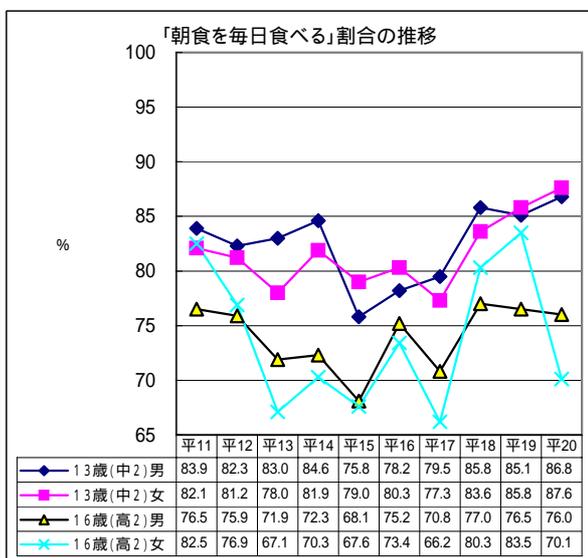
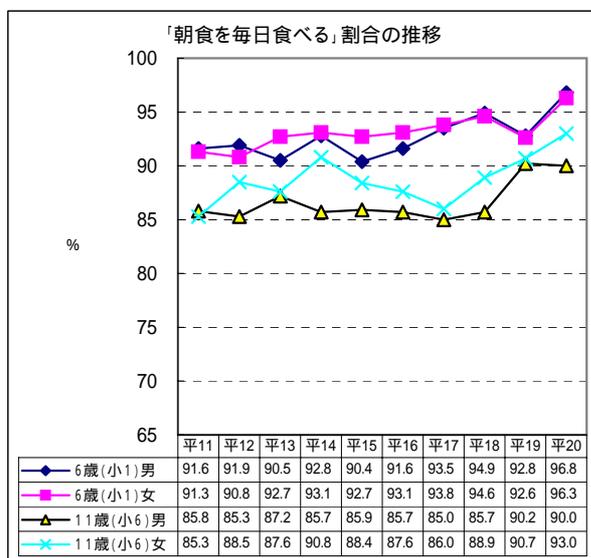
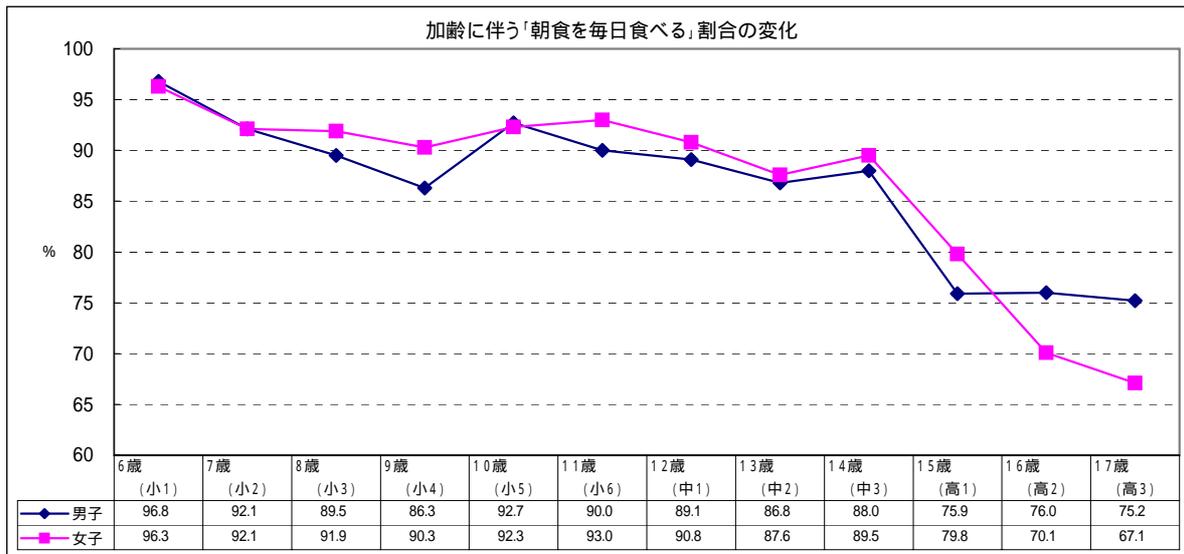
## 6 中・高生の運動実施状況による得点合計の推移 (平成12年度～20年度)



中学校2年生・高校2年生の男女とも、「週3日以上」運動すると回答した生徒は、「しない」と回答した生徒より、体力合計点が高くなる傾向がみられた。

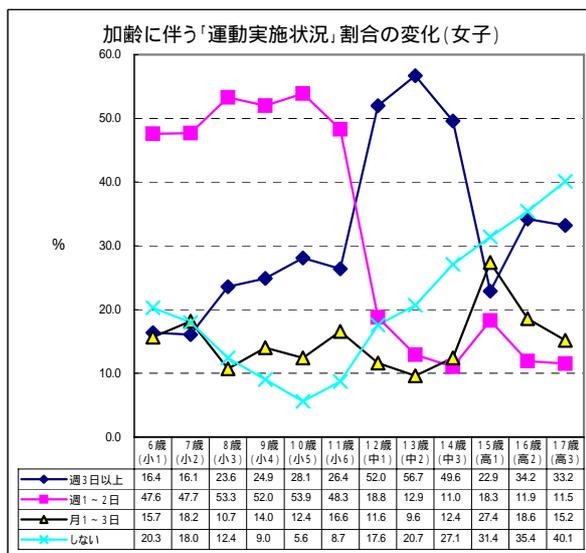
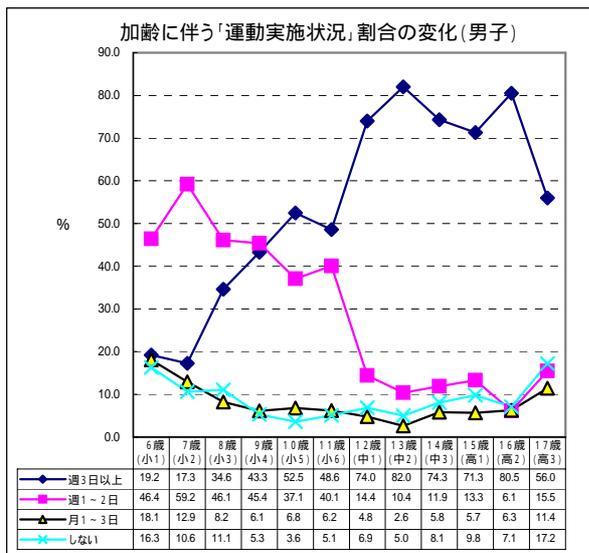
「週3日以上」運動すると回答した生徒のうち、中学校2年生の男子、高校2年生の男子の体力合計点が、平成12年度以来、最も高い値となった。

## 7 食生活の状況



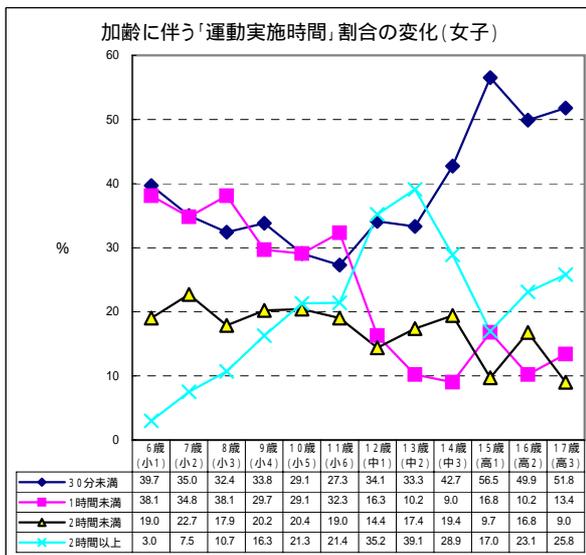
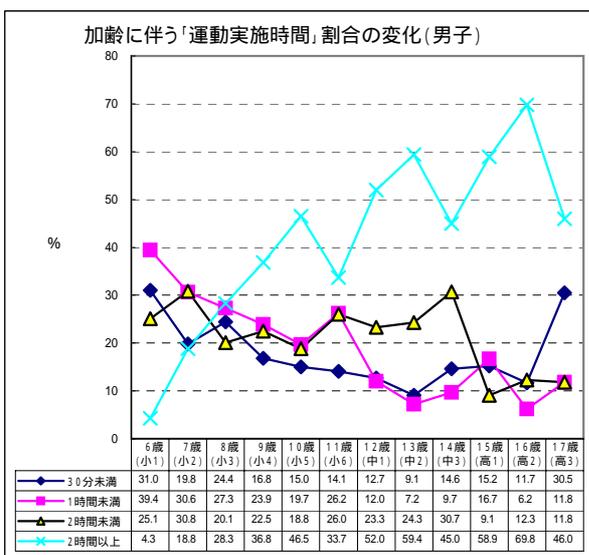
「朝食を毎日食べる」割合は、加齢に伴い減少する傾向にある。  
 朝食を「毎日食べる」と回答した児童のうち、小学校1年生の男女と小学校6年生の女子、  
 中学校2年生の男女は、平成11年度以来、最も高い値となった。

( 1 ) 加齢に伴う運動の実施状況の変化



「週3日以上」運動をすると回答した児童・生徒の割合は、小学校段階では男女とも学年を重ねるごとに増加し、中学校1年生で激増する。その後、女子は、高校1年生で激減する。  
 「しない」と回答した児童・生徒の割合は、男子はほぼ横ばいであるのに対し、女子は小学校5年生から学年を重ねるごとに増加し、高校3年生では全体の4割を超える。

( 2 ) 加齢に伴う運動実施時間の变化



「2時間以上」運動をすると回答した児童・生徒の割合は、男子は小学校の6年生、中学校の3年生、高校の3年生を除き、学年を重ねるごとに増加していく。女子は中学校の2年生まで増加し、その後、減少している。  
 「30分未満」と回答した児童・生徒の割合は、男子はほぼ横ばいであるが、女子は小学校の5年生以降増加傾向となり、高校の1年生では6割弱にまで達する。