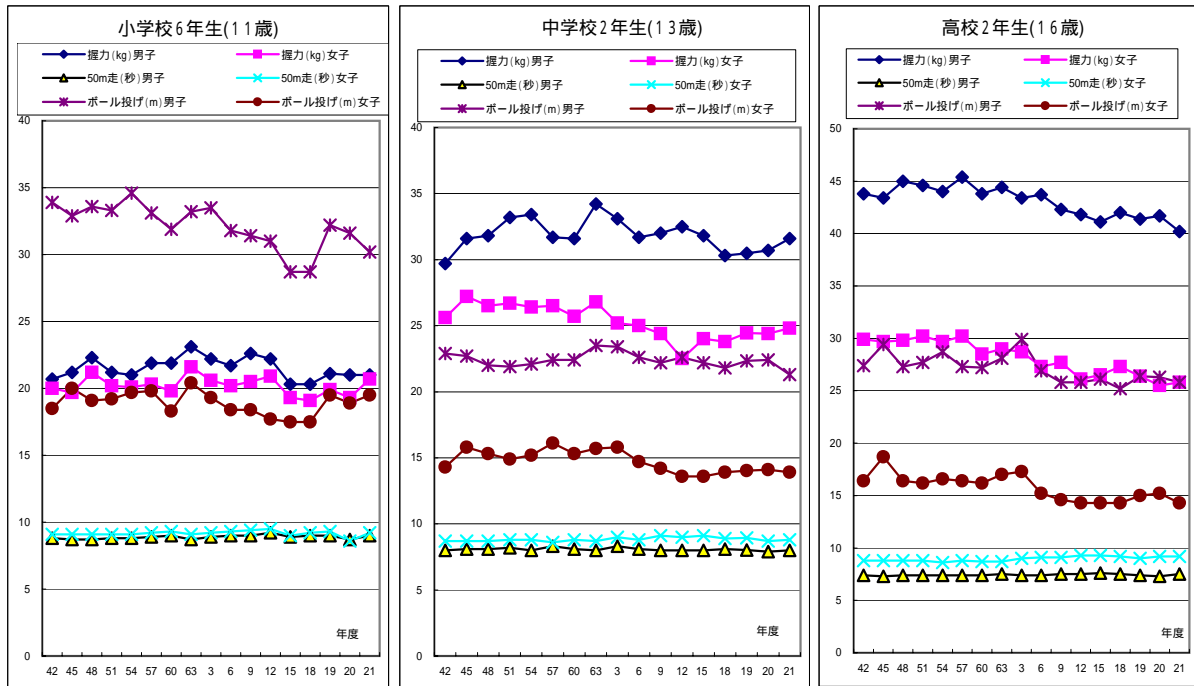


資料 調査結果(抜粋)

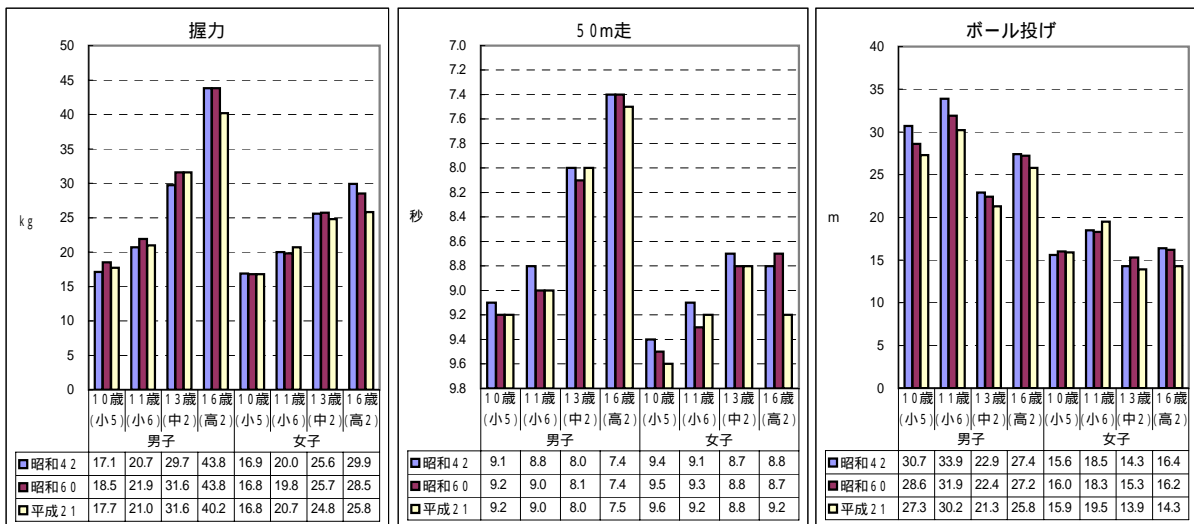
1 体力・運動能力の推移(昭和42年度~平成21年度)

(1) 昭和42年度から平成21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21年度との比較



握力の小学校6年生女子とボール投げ小学校6年生女子の平均値が、昭和42年、60年を超え、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、全体的に低い傾向にある。高校は、男女ともどの種目でも過去の平均を下回った。

2 平成21年度長野県の平均値（H20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	9.1	11.1	12.4	15.5	17.7	21.0	26.4	31.6	33.7	37.5	40.2	41.8	握力計使用
	女	8.4	10.8	11.6	14.6	16.8	20.7	22.3	24.8	25.9	24.6	25.8	26.0	
上体起 こし(回)	男	11.1	14.0	14.1	16.5	19.2	19.5	22.7	25.9	27.1	26.1	27.6	28.6	30秒間の上 体起こし回数
	女	10.2	13.5	13.7	14.8	17.2	18.1	19.1	21.7	22.2	18.6	19.9	20.5	
長座体 前屈(cm)	男	25.4	26.1	28.8	30.2	32.8	33.3	37.8	43.0	44.5	44.9	46.2	47.9	長座で前屈
	女	27.7	29.4	31.0	34.2	37.2	38.2	42.6	45.8	46.4	43.5	44.9	44.0	
反復横 とび(点)	男	26.3	30.4	32.7	38.5	41.3	42.5	45.9	50.0	49.6	50.3	52.3	54.3	20秒で線を 越す点数
	女	25.2	30.1	32.2	36.6	38.2	41.3	42.1	43.5	44.9	42.6	43.5	42.8	
20mシャトル ラン(回)	男	19.3	27.7	37.5	44.0	55.0	59.2	65.3	77.4	88.2	74.0	81.4	88.1	20mの折り 返し回数
	女	15.9	20.8	30.1	35.4	40.2	49.1	47.0	56.0	55.2	41.8	45.6	45.2	
50m 走(秒)	男	11.2	10.3	9.9	9.7	9.2	9.0	8.5	8.0	7.2	7.8	7.5	7.4	
	女	11.4	11.1	10.0	9.9	9.6	9.2	9.0	8.8	8.7	9.1	9.2	9.3	
立ち幅 とび(cm)	男	112.1	121.2	131.4	143.6	155.7	158.7	179.6	195.9	198.7	209.7	214.7	220.4	
	女	105.7	116.5	125.3	136.8	144.1	155.6	162.0	167.0	171.5	158.2	163.2	157.1	
ボール 投げ(m)	男	9.2	13.8	17.5	22.9	27.3	30.2	19.2	21.3	22.0	25.0	25.8	27.4	
	女	6.0	8.3	10.8	14.3	15.9	19.5	12.8	13.9	14.6	14.2	14.3	14.4	

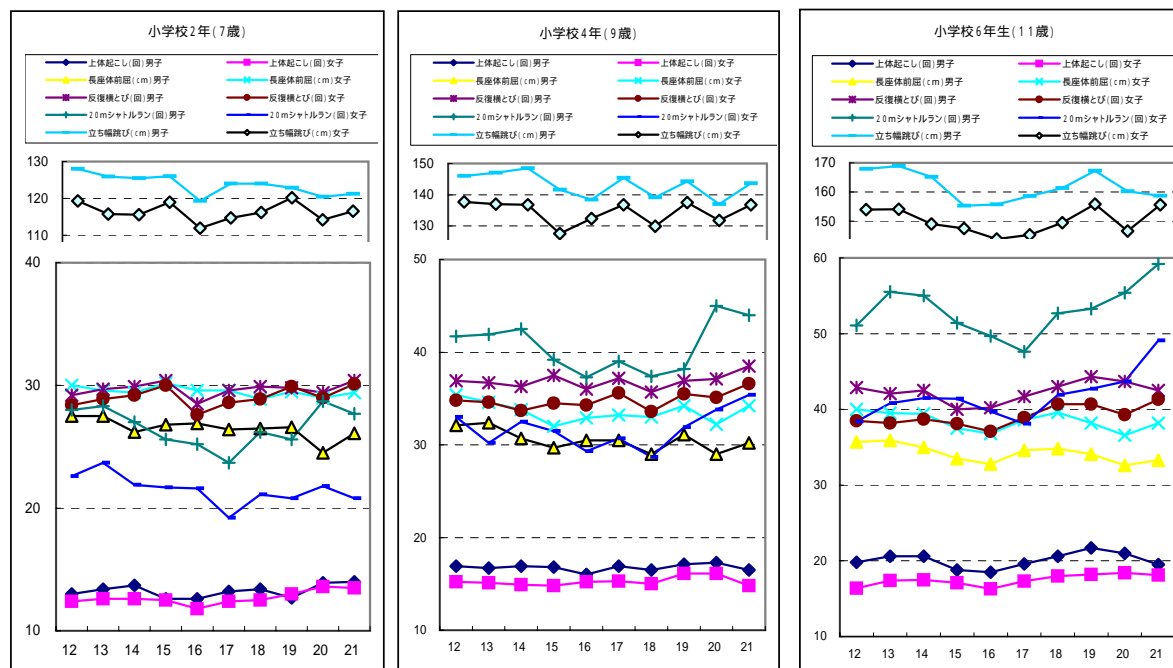
ボール投げは小学生が「ソフトボール」、中・高校生は「ハンドボール」

網掛けは昨年度の平均を上回っているもの

平成21年度の児童生徒の体力水準は、小学校の54.2%、中学校の66.7%、高校の20.3%、全体の49.0%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12年度～21年度）

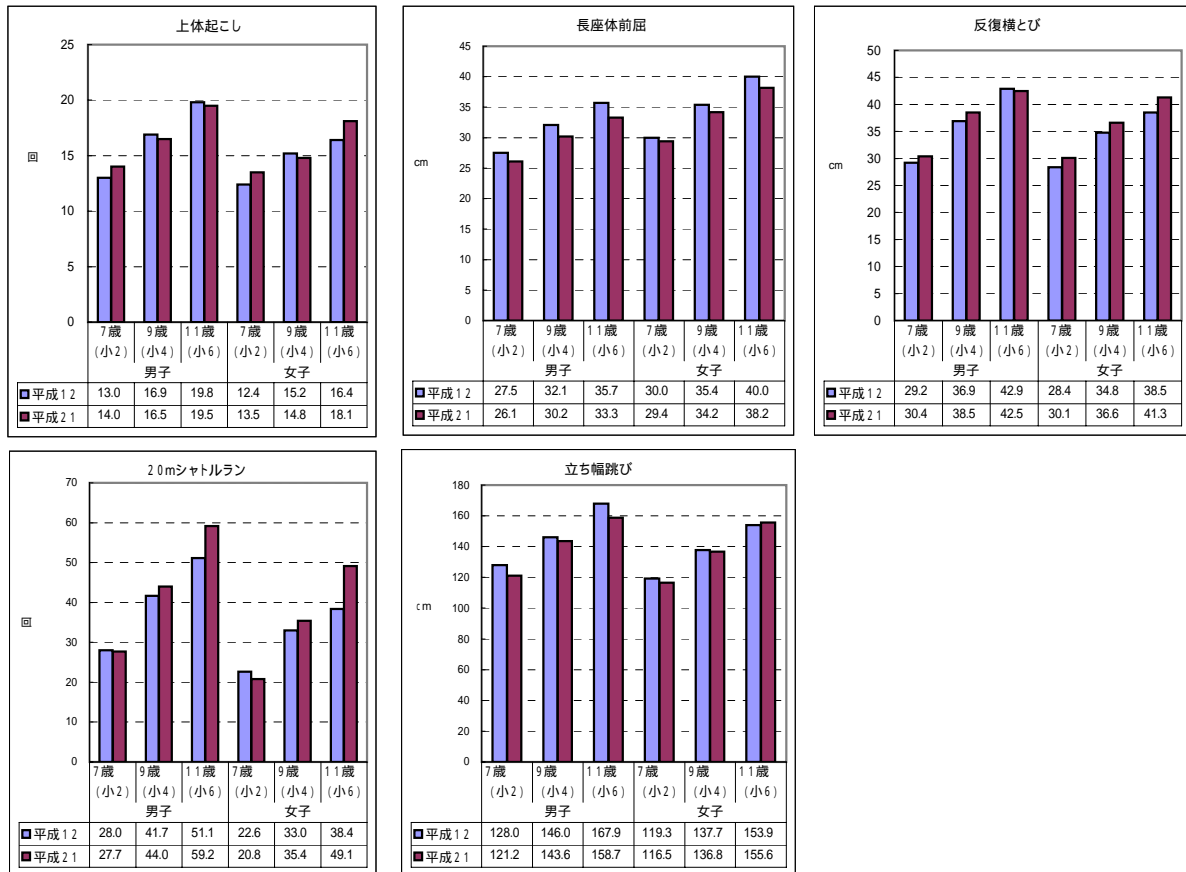
(1) 平成12年度から平成21年度までの年次推移



ここ10年間では、若干の増減はあるものの、概ね横ばいの傾向にある。

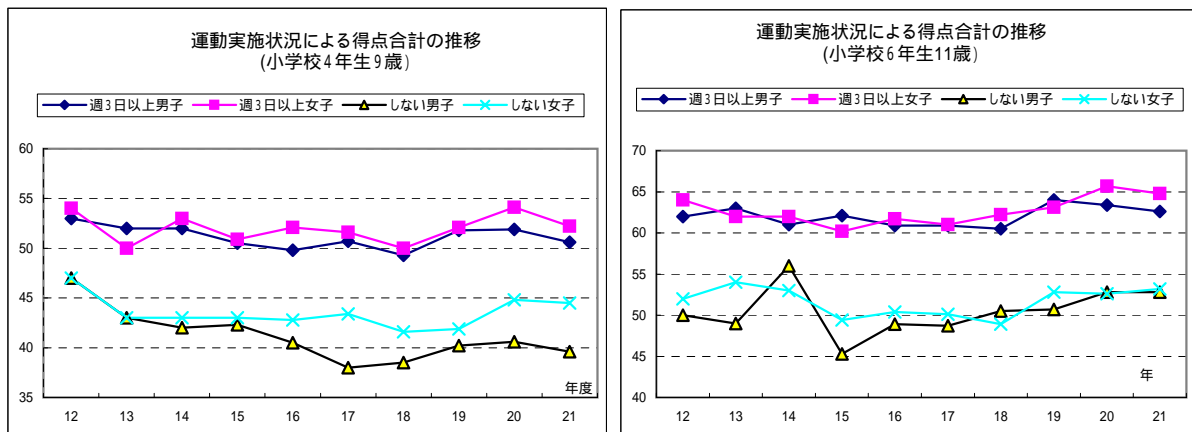
2年生男子の上体起こし、2年生・4年生男女と6年生女子の反復横とび、6年生男女のシャトルラン平均値が、平成12年度以降、最も高い値となった。

(2) 平成12年度と平成21年度との比較



平成12年度と比較すると、長座体前屈はすべての学年で男女とも下回り、立ち幅とびも6年生女子を除いて下回っている。反復横とびは6年生男子を除いて上回っており、20mシャトルランも4年生6年生は男女とも上回った。

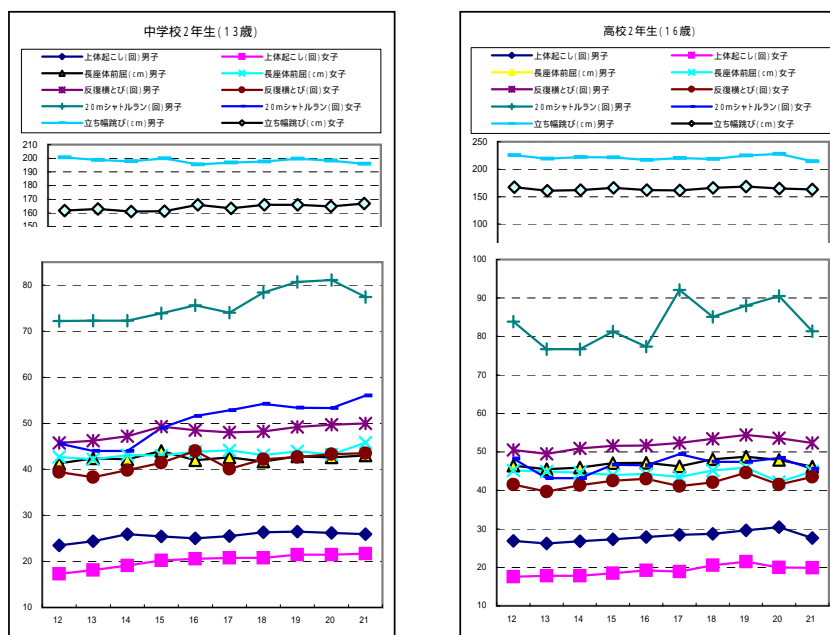
4 小学生の運動実施状況による体力合計点の推移 (平成12年度～21年度)



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。ここ10年間では、若干の増減はあるものの、概ね横ばいの傾向にある。

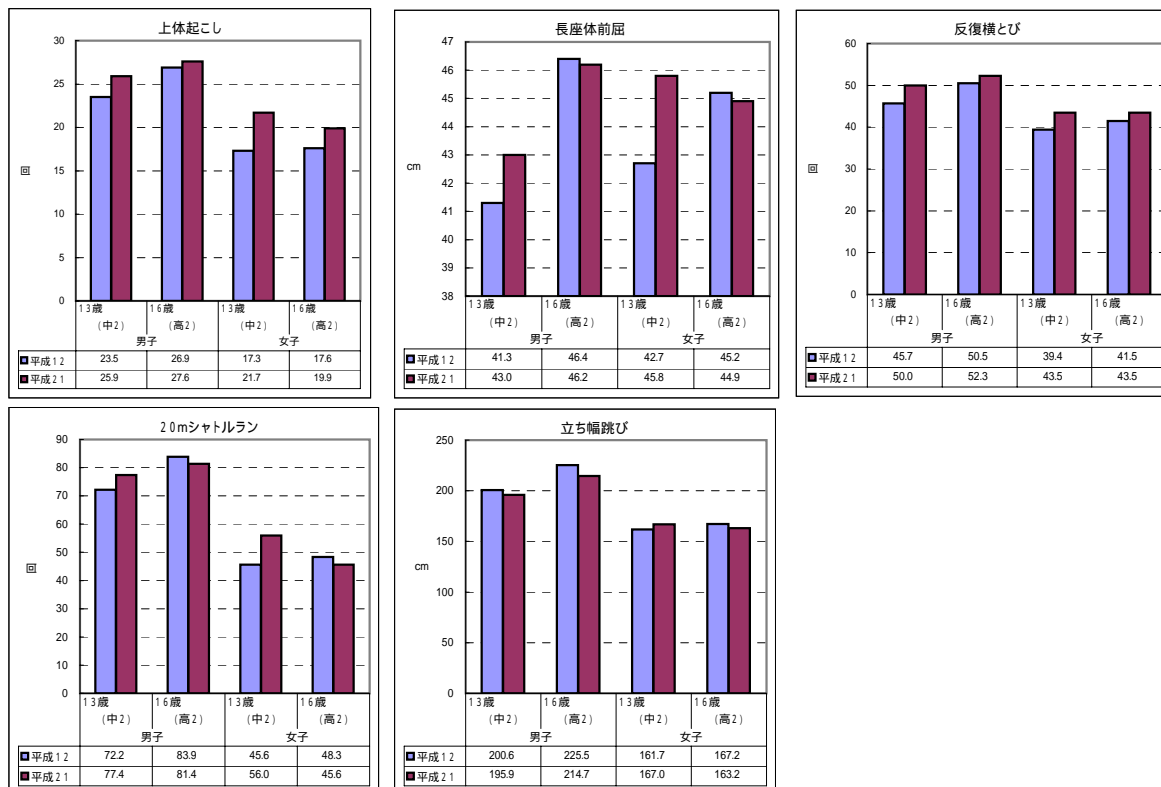
5 中・高生の過去10年間における体力の特徴（平成12年度～21年度）

（1）平成12年度から平成21年度までの年次推移



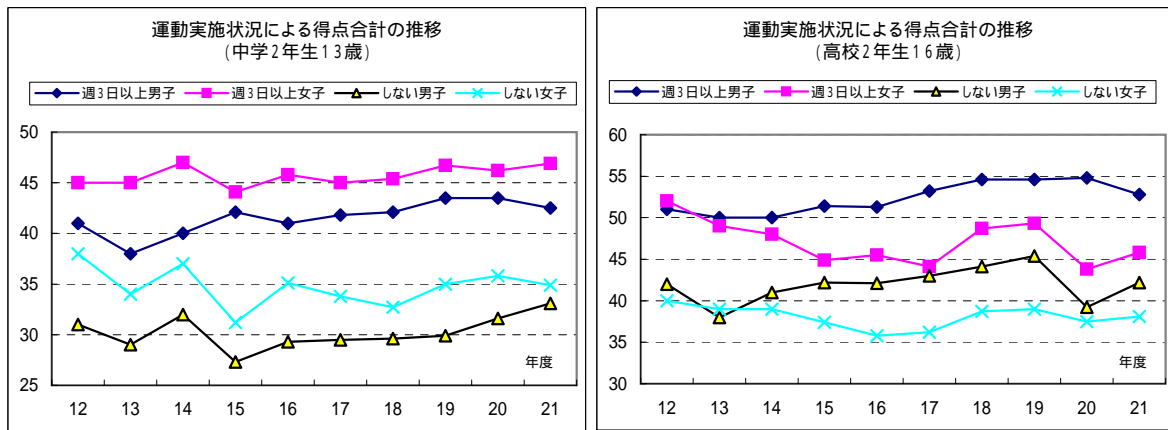
中学校2年生女子の上半起こし、立ち幅とび、20mシャトルラン、長座体前屈の平均値と、中学校2年生男子の反復横とびの平均値が、平成12年度以降最も高い値となった。
 中学校2年生と高校2年生の男子の立ち幅とびの平均値が、平成12年度以降、最も低い値となった。

（2）平成12年度と平成21年度との比較



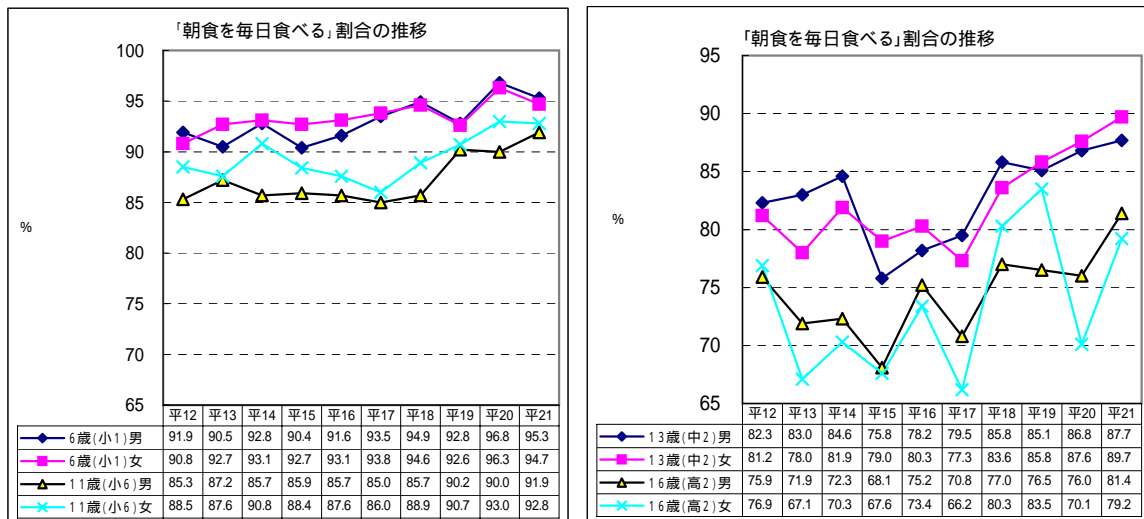
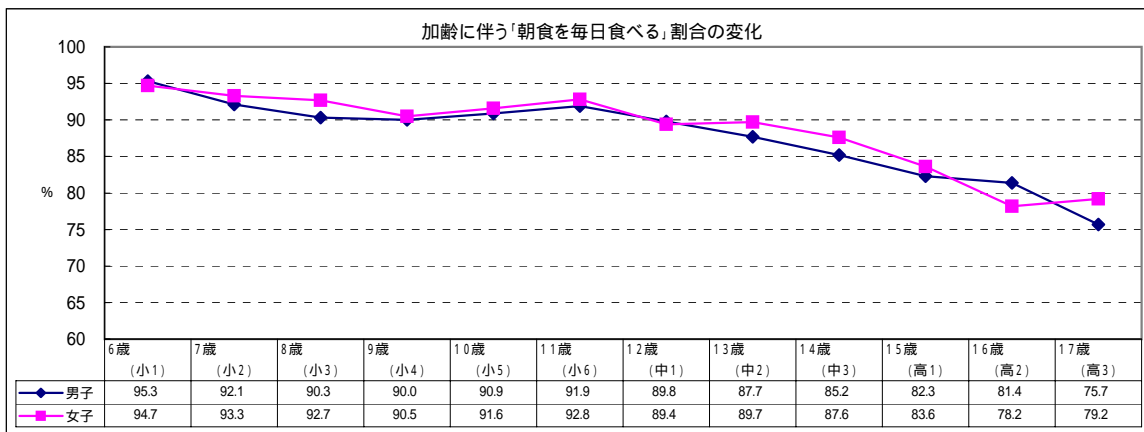
平成12年度と比較すると、上半起こしと反復横とびでは、中学校2年生と高校2年生の男女ともに上回った。

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～21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。

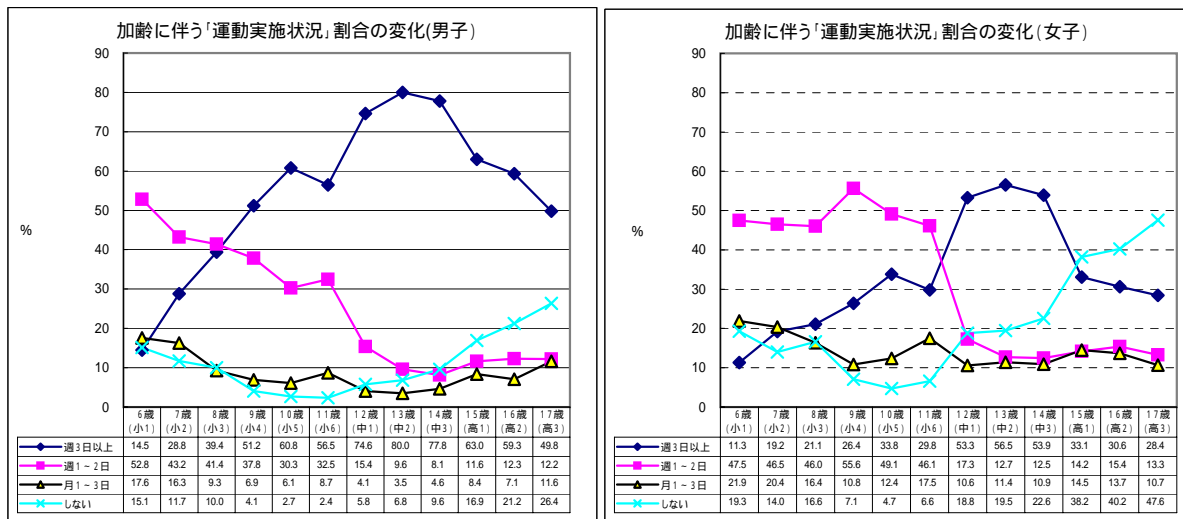
7 食生活の状況



「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6年生の男子と中学校2年生の男女、高校2年生の男子は、平成12年度以降、最も高い値となった。

8 運動の実施状況

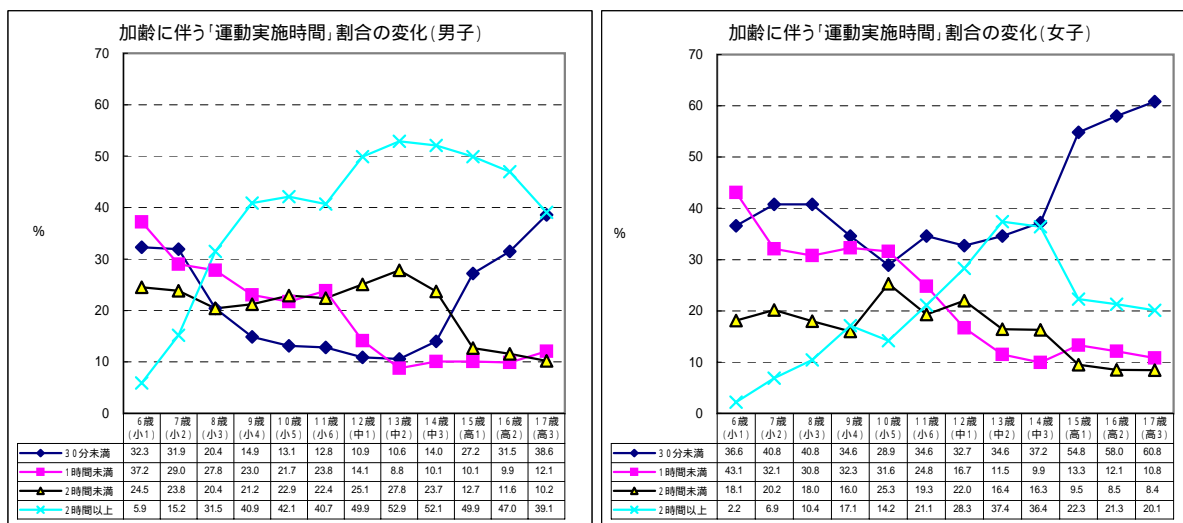
(1) 加齢に伴う運動の実施状況の変化



「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6年生で一旦落ち込むものの、学年を重ねるごとに増加傾向を示し、中学2年生をピークに減少傾向に転ずる。

「しない」と回答した児童・生徒の割合は、小学校5～6年生から学年を重ねるごとに増加し、特に女子が著しい増加を見せ、高校3年生では約半数に達する。

(2) 加齢に伴う運動実施時間の変化



「2時間以上」運動をすると回答した児童・生徒の割合は、小学校5～6年生で一旦落ち込むものの、学年を重ねるごとに増加傾向を示し、中学2年生をピークに減少傾向に転ずる。

「30分未満」と回答した児童・生徒の割合は、中学校1～2年生から学年を重ねるごとに増加し、高校1年生からの増加割合が大きい。特に女子では、高校3年生で6割弱にまで達する。