

## 2024年度 長野県 体力の変遷

作成日: 2024年12月25日 Page:1

### 昭和42年～令和6年

小6 11歳	昭和42	45	48	51	54	57	60	63	平成3年	6	9	12	15	18	21	5	6
握力(kg)男子	20.7	21.2	22.3	21.2	21.0	21.9	21.9	23.1	22.2	21.7	22.6	22.2	20.3	20.3	21.0	20.5	20.0
握力(kg)女子	20.0	19.7	21.2	20.2	20.1	20.3	19.8	21.6	20.6	20.2	20.5	20.9	19.3	19.1	20.7	19.6	19.4
50m走(秒)男子	8.8	8.7	8.7	8.8	8.8	8.9	9.0	8.7	8.9	9.0	9.0	9.2	8.9	9.0	9.0	9.1	9.2
50m走(秒)女子	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	9.2	9.3	9.1	9.2	9.3	9.4	9.5	9.0	9.2	9.2	9.4	9.5
ボール投げ(m)男子	33.9	32.9	33.6	33.3	34.6	33.1	31.9	33.2	33.5	31.8	31.4	31.0	28.7	28.7	30.2	25.1	25.3
ボール投げ(m)女子	18.5	20.0	19.1	19.2	19.7	19.8	18.3	20.4	19.3	18.4	18.4	17.7	17.5	17.5	19.5	15.9	15.7
中2 13歳	昭和42	45	48	51	54	57	60	63	平成3年	6	9	12	15	18	21	5	6
握力(kg)男子	29.7	31.6	31.8	33.2	33.4	31.7	31.6	34.2	33.1	31.7	32.0	32.5	31.8	30.3	31.6	29.7	29.6
握力(kg)女子	25.6	27.2	26.5	26.7	26.4	26.5	25.7	26.8	25.2	25.0	24.4	22.5	24.0	23.8	24.8	23.8	23.6
50m走(秒)男子	8.0	8.1	8.1	8.2	8.0	8.3	8.1	8.0	8.3	8.1	8.0	8.0	8.0	8.1	8.0	7.9	7.9
50m走(秒)女子	8.7	8.7	8.7	8.8	8.8	8.6	8.8	8.7	9.0	8.8	9.1	9.0	9.1	8.9	8.8	8.9	8.9
ボール投げ(m)男子	22.9	22.7	22.0	21.9	22.1	22.4	22.4	23.5	23.4	22.6	22.2	22.6	22.2	21.8	21.3	21.0	21.3
ボール投げ(m)女子	14.3	15.8	15.3	14.9	15.2	16.1	15.3	15.7	15.8	14.7	14.2	13.6	13.6	13.9	13.9	12.7	12.5
高2 16歳	昭和42	45	48	51	54	57	60	63	平成3年	6	9	12	15	18	21	5	6
握力(kg)男子	43.8	43.4	45.0	44.6	44.0	45.4	43.8	44.4	43.4	43.7	42.3	41.8	41.1	42.0	40.2	38.8	38.7
握力(kg)女子	29.9	29.7	29.8	30.2	29.7	30.2	28.5	29.0	28.7	27.3	27.7	26.1	26.5	27.3	25.8	25.9	25.6
50m走(秒)男子	7.4	7.3	7.4	7.4	7.4	7.4	7.4	7.5	7.4	7.4	7.5	7.5	7.6	7.5	7.5	7.3	7.4
50m走(秒)女子	8.8	8.8	8.8	8.8	8.6	8.8	8.7	8.7	9.0	9.1	9.1	9.3	9.3	9.2	9.2	9.0	9.1
ボール投げ(m)男子	27.4	29.4	27.3	27.7	28.7	27.3	27.2	28.1	29.9	26.9	25.8	25.8	26.1	25.2	25.8	24.5	25.1
ボール投げ(m)女子	16.4	18.7	16.4	16.2	16.6	16.4	16.2	17.0	17.3	15.2	14.6	14.3	14.3	14.3	14.3	13.9	13.5