

令和4年度

児童生徒の体力・運動能力調査報告書

令和5年2月

石川県教育委員会

目 次

I 調査結果の概要・結果・分析

1 令和4年度本県の児童生徒の体力・運動能力調査の概要	1
2 令和4年度本県の児童生徒の体力・運動能力調査結果	2
3 令和4年度本県の児童生徒の体力合計点と総合評価の状況	6
4 令和4年度本県の児童生徒の生活調査結果	8
5 「本県の令和4年度」と「本県の令和3年度」の平均値の比較	23
6 「本県の令和4年度」の平均値と「本県の過去10年間」の平均値の比較	24
7 本県令和4年度の小6、中3、高3の2年間(1年前、現在)での 平均値変化	26
8 運動・スポーツ実施頻度の年次推移(平成19年度～令和4年度)	32
9 調査結果のまとめ	33
10 体育の授業充実及び児童の体力向上に向けた取組	34
11 体力向上に向けて学校が取り組む視点	42

II 統計資料

12 令和3年度全国の児童生徒の体力・運動能力調査結果	43
13 本県の児童生徒の体力・運動能力の変化(昭和40年度～令和4年度)	45
14 本県の児童生徒の体格の推移(昭和40年度～令和4年度)	54
15 本県の児童生徒の体力・運動能力の推移(昭和40年度～令和4年度)	60

III 新体力テスト実施要項及び記録用紙	75
----------------------	----

I 調査の概要・結果・分析

1 令和4年度児童生徒の体力・運動能力調査の概要

(1) 調査目的

本県の児童生徒の体力・運動能力及び生活に関する実態を把握し、体育・スポーツ活動振興の基礎資料とするとともに、各学校における体育指導等に活用する。

(2) 調査対象校と調査対象児童・生徒数

校種	学校数	学年	男子	女子	合計
公立小学校	200 校	第4学年	4,588 人	4,507 人	9,095 人
		第5学年	4,833 人	4,574 人	9,407 人
		第6学年	4,656 人	4,365 人	9,021 人
公立中学校	84 校	第1学年	4,474 人	4,431 人	8,905 人
		第2学年	4,501 人	4,549 人	9,050 人
		第3学年	4,703 人	4,612 人	9,315 人
公立高等学校 (全日制)	40 校	第1学年	3,275 人	3,168 人	6,443 人
		第2学年	3,163 人	3,000 人	6,163 人
		第3学年	3,231 人	3,131 人	6,362 人
合計	324 校		37,424 人	36,337 人	73,761 人

公立高等学校 (定時制)	6 校	第1学年 (15歳)	85 人	84 人	169 人
		第2学年 (16歳)	77 人	52 人	129 人
		第3学年 (17歳)	86 人	44 人	130 人
		第4学年 (18歳)	61 人	41 人	102 人
合計			309 人	221 人	530 人

※ 定時制については、人数が少ないため分析(図表化)は行っていない

(3) 調査実施時期

5月～7月

(4) 調査内容

新体カテスト実施要項及び生活調査により実施する。

【新体カテスト】

校種	共通テスト項目	校種別テスト項目
小学校	①握力(筋力) ②上体起こし(筋力・筋持久力) ③長座体前屈(柔軟性)	⑦20mシャトルラン(全身持久力) ⑧ソフトボール投げ(筋パワー・巧み性・投能力)
中・高等学校	④反復横とび(敏捷性) ⑤50m走(スピード・走能力) ⑥立ち幅とび(筋パワー・跳能力)	⑦持久走または20mシャトルラン(全身持久力) ⑧ハンドボール投げ(ソフトボール投げと同じ)

※()内は、各項目の指標となる体力・運動能力

【生活調査】

校種	調査項目
共通	ア 運動部やスポーツクラブの所属状況 イ 運動・スポーツの実施状況 ウ 1日の運動・スポーツの実施時間 エ 朝食の摂取状況 オ 1日の睡眠時間 カ 1日のテレビの視聴時間(テレビゲームを含む) キ 体育の授業は楽しいか

2 令和4年度本県の児童生徒の体力・運動能力調査結果

【小学校】

項目		性別	男子			女子		
		学年	4年	5年	6年	4年	5年	6年
体格	身長 (cm)	標本数	4,571	4,812	4,624	4,487	4,557	4,348
		平均値	134.11	139.85	146.54	134.87	141.53	148.14
		標準偏差	5.77	6.39	7.32	6.58	6.90	6.40
	体重 (kg)	標本数	4,566	4,793	4,623	4,487	4,552	4,338
		平均値	31.63	35.62	40.41	31.03	35.31	40.25
		標準偏差	6.56	7.73	9.15	6.27	7.26	7.59
体力・運動能力	握力 (kg)	標本数	4,539	4,754	4,605	4,459	4,514	4,310
		平均値	14.42	16.69	19.79	13.88	16.40	19.28
		標準偏差	3.37	3.90	5.13	3.31	3.85	4.41
	上体起こし (回)	標本数	4,458	4,706	4,554	4,398	4,484	4,261
		平均値	17.68	19.55	21.38	16.81	18.68	19.72
		標準偏差	5.77	5.85	5.98	5.22	5.15	5.39
	長座体前屈 (cm)	標本数	4,505	4,724	4,550	4,453	4,521	4,277
		平均値	33.67	36.07	38.11	37.50	40.60	43.03
		標準偏差	8.67	9.00	10.01	8.81	9.35	9.97
	反復横とび (点)	標本数	4,481	4,698	4,515	4,432	4,495	4,260
		平均値	39.25	43.15	46.10	37.67	41.61	43.87
		標準偏差	8.84	8.45	8.44	7.81	7.48	7.43
	20mシャトルラン (回)	標本数	4,452	4,647	4,440	4,395	4,420	4,181
		平均値	44.52	52.46	59.92	35.89	43.62	48.25
		標準偏差	20.07	22.00	23.64	15.15	16.88	18.51
	50m走 (秒)	標本数	4,500	4,708	4,553	4,443	4,493	4,265
		平均値	9.78	9.42	8.97	10.02	9.57	9.24
		標準偏差	1.03	1.03	0.94	0.88	0.82	0.85
立ち幅とび (cm)	標本数	4,476	4,690	4,532	4,426	4,508	4,263	
	平均値	147.31	155.04	166.55	141.95	150.65	158.36	
	標準偏差	20.89	21.95	24.59	19.55	20.40	21.77	
ボール投げ (m)	標本数	4,500	4,708	4,524	4,420	4,482	4,242	
	小学校:ソフトボール 平均値	18.40	21.80	25.30	12.10	14.41	16.35	
	中・高校:ハンドボール 標準偏差	7.15	8.47	9.58	4.21	5.11	5.89	

【中学校】

項目		性別	男子			女子		
		学年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
体格	身長 (cm)	標本数	4,436	4,465	4,666	4,408	4,520	4,580
		平均値	154.37	161.42	166.60	152.59	155.58	157.02
		標準偏差	7.71	7.32	6.40	5.67	5.25	5.26
	体重 (kg)	標本数	4,426	4,445	4,641	4,399	4,496	4,558
		平均値	45.55	50.42	55.00	44.16	47.30	49.49
		標準偏差	9.67	9.75	9.42	7.58	7.13	6.85
体力・運動能力	握力 (kg)	標本数	4,411	4,450	4,646	4,396	4,491	4,549
		平均値	24.15	29.81	34.70	21.33	23.56	25.33
		標準偏差	6.33	7.24	7.51	4.46	4.66	4.65
	上体起こし (回)	標本数	4,367	4,405	4,604	4,357	4,430	4,490
		平均値	22.56	26.28	28.64	19.07	21.74	23.15
		標準偏差	5.85	6.23	6.29	5.65	6.17	6.09
	長座体前屈 (cm)	標本数	4,383	4,436	4,621	4,384	4,478	4,538
		平均値	41.20	46.06	49.79	45.07	47.56	50.67
		標準偏差	10.43	10.99	11.68	10.27	10.62	10.73
	反復横とび (点)	標本数	4,345	4,363	4,571	4,357	4,414	4,466
		平均値	48.36	52.10	55.69	44.70	46.79	47.74
		標準偏差	8.15	8.10	7.60	6.49	6.83	6.40
	持久走 (秒)	標本数	1,414	1,543	1,678	1,544	1,670	1,616
		平均値	451.93	409.53	393.69	317.14	304.73	311.99
		標準偏差	88.73	69.20	61.54	57.28	47.14	53.77
	20mシャトルラン (回)	標本数	4,022	4,000	4,188	3,997	4,044	4,051
		平均値	65.20	81.90	88.45	47.77	52.88	52.89
		標準偏差	23.65	25.33	25.07	18.21	20.03	19.34
50m走 (秒)	標本数	4,320	4,306	4,522	4,304	4,380	4,445	
	平均値	8.64	8.00	7.56	9.21	8.95	8.86	
	標準偏差	0.94	0.81	0.72	0.85	0.84	0.86	
立ち幅とび (cm)	標本数	4,357	4,375	4,587	4,363	4,432	4,492	
	平均値	183.60	202.46	216.21	165.46	170.77	173.66	
	標準偏差	27.43	27.03	25.97	23.72	24.57	23.58	
ボール投げ (m)	標本数	4,359	4,399	4,591	4,363	4,453	4,493	
	小学校:ソフトボール 平均値	17.87	21.32	24.23	11.58	13.16	13.96	
	中・高校:ハンドボール 標準偏差	5.45	6.09	6.59	3.81	4.34	4.54	

(注) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

【高等学校（全日制）】

項目		性別	男子			女子		
		学年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
体格	身長 (cm)	標本数	3,254	3,143	3,195	3,157	2,976	3,104
		平均値	168.98	170.25	171.14	157.42	157.95	158.19
		標準偏差	5.85	5.78	5.80	5.18	5.36	5.20
	体重 (kg)	標本数	3,237	3,134	3,175	3,138	2,952	3,086
		平均値	58.94	60.46	62.70	50.68	51.78	52.20
		標準偏差	10.57	10.26	10.06	7.22	7.30	7.24
体力・運動能力	握力 (kg)	標本数	3,261	3,146	3,219	3,155	2,992	3,122
		平均値	36.70	39.02	40.68	24.94	26.00	26.48
		標準偏差	6.85	7.22	7.29	4.40	4.51	4.62
	上体起こし (回)	標本数	3,241	3,126	3,195	3,138	2,969	3,097
		平均値	27.58	29.20	30.63	21.95	23.16	23.71
		標準偏差	6.00	6.14	6.27	5.92	6.40	6.38
	長座体前屈 (cm)	標本数	3,257	3,138	3,203	3,155	2,992	3,120
		平均値	48.03	49.97	52.05	49.47	50.76	52.42
		標準偏差	11.09	11.45	11.57	10.49	10.39	10.39
	反復横とび (点)	標本数	3,225	3,108	3,187	3,125	2,966	3,089
		平均値	55.59	57.07	58.55	47.99	48.70	49.43
		標準偏差	6.83	7.06	7.15	5.74	6.04	6.12
	持久走 (秒)	標本数	1,430	1,269	1,406	1,311	1,130	1,345
		平均値	405.47	387.20	384.09	315.58	314.91	329.00
		標準偏差	70.09	71.49	69.82	44.92	52.97	64.64
	20mシャトルラン (回)	標本数	2,507	2,404	2,465	2,442	2,345	2,360
		平均値	84.34	90.82	92.42	48.72	50.97	51.63
		標準偏差	23.49	25.61	27.12	16.35	18.53	19.66
50m走 (秒)	標本数	3,195	3,065	3,158	3,112	2,925	3,059	
	平均値	7.58	7.40	7.29	9.03	8.97	8.94	
	標準偏差	0.61	0.64	0.60	0.74	0.82	0.82	
立ち幅とび (cm)	標本数	3,238	3,106	3,207	3,142	2,974	3,104	
	平均値	217.24	225.02	230.13	172.06	173.85	175.83	
	標準偏差	24.33	25.51	24.27	21.15	22.64	22.14	
ボール投げ (m)	標本数	3,245	3,124	3,190	3,140	2,975	3,108	
	小学校:ソフトボール 平均値	23.30	24.52	25.75	13.57	14.19	14.72	
	中・高校:ハンドボール 標準偏差	5.98	6.46	6.56	4.26	4.63	4.67	

(注) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

【高等学校（定時制）】

項目		性別	男子				女子			
		学年	1年(15歳)	2年(16歳)	3年(17歳)	4年(18歳)	1年(15歳)	2年(16歳)	3年(17歳)	4年(18歳)
体格	身長(cm)	標本数	85	76	86	61	84	52	44	41
		平均値	168.22	168.90	170.94	170.56	156.96	156.96	157.41	157.12
		標準偏差	6.33	7.06	5.76	6.64	5.46	4.88	7.90	6.25
	体重(kg)	標本数	85	77	86	61	84	52	44	41
		平均値	58.84	60.12	61.11	66.45	52.81	53.65	52.06	55.10
		標準偏差	17.58	13.60	12.95	17.71	11.47	10.65	11.37	14.10
体力・運動能力	握力(kg)	標本数	85	76	86	61	82	50	44	40
		平均値	33.16	34.07	37.84	35.34	22.65	23.72	23.00	23.68
		標準偏差	7.75	7.60	6.85	7.27	4.75	5.43	5.85	5.07
	上体起こし(回)	標本数	79	73	85	58	65	43	38	34
		平均値	20.86	21.63	25.01	23.43	15.60	17.21	16.63	15.76
		標準偏差	5.24	5.73	5.42	7.16	5.61	9.31	6.04	5.38
	長座体前屈(cm)	標本数	81	73	85	61	76	46	42	39
		平均値	43.22	43.27	48.39	47.02	46.87	43.50	43.62	44.28
		標準偏差	12.48	10.83	11.65	11.22	12.04	11.86	13.00	15.06
	反復横とび(点)	標本数	82	73	84	58	67	42	40	28
		平均値	44.20	45.56	49.52	49.41	40.03	39.95	41.05	39.68
		標準偏差	9.37	8.96	8.58	8.58	7.58	6.84	6.11	6.05
	持久走(秒)	標本数	47	43	43	37	34	31	20	11
		平均値	537.34	531.33	538.86	582.05	420.35	444.19	474.10	416.09
		標準偏差	117.39	118.73	122.29	186.99	57.57	90.94	107.74	100.25
	20mシャトルラン(回)	標本数	72	66	76	45	59	33	27	27
		平均値	48.15	47.65	56.28	48.61	22.54	24.52	22.93	24.30
		標準偏差	20.82	19.60	22.47	22.61	10.66	13.96	15.59	11.84
50m走(秒)	標本数	81	76	77	57	73	44	35	30	
	平均値	8.41	8.52	8.04	8.52	10.09	11.02	10.41	11.04	
	標準偏差	1.02	1.30	1.12	1.30	1.05	2.57	2.40	2.51	
立ち幅とび(cm)	標本数	76	70	81	60	73	40	38	36	
	平均値	200.66	191.67	206.10	200.85	153.52	145.18	150.53	139.08	
	標準偏差	28.45	37.39	32.82	28.86	22.77	23.22	30.06	26.15	
ボール投げ(m)	標本数	82	74	84	60	70	42	41	38	
	小学校:ソフトボール 中・高校:ハンドボール	平均値	19.23	18.23	21.75	20.02	10.80	11.02	11.37	11.26
	標準偏差	5.38	5.49	6.16	5.87	3.41	3.74	4.49	4.35	

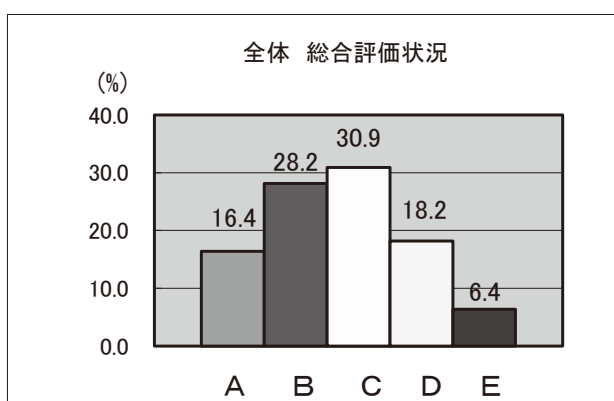
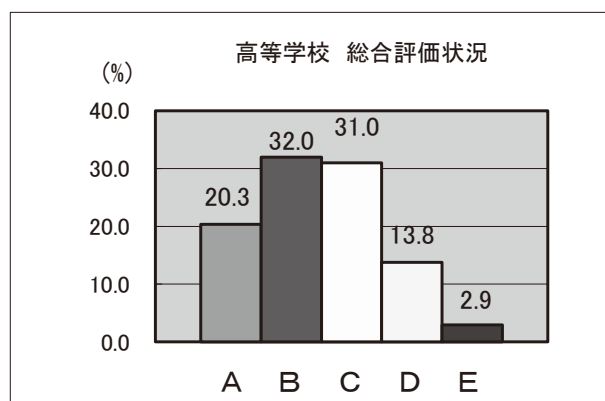
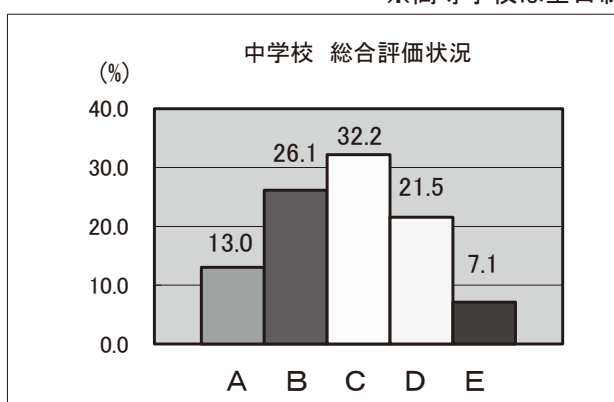
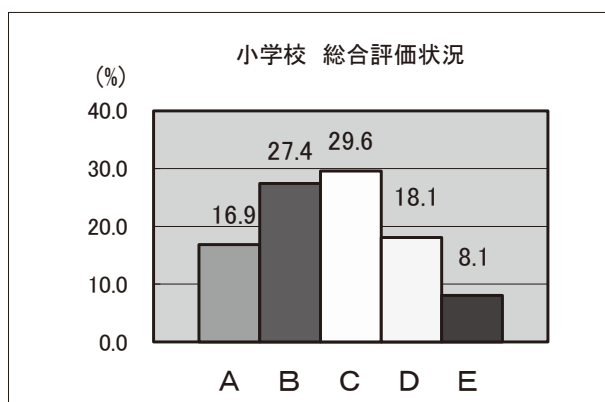
(注) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

3 令和4年度本県の児童生徒の体力合計点と総合評価の状況

【男子】

男子		体力合計点	総合評価(段階別割合) (%)				
			A	B	C	D	E
小学校	4年	49.89	17.1	26.6	29.8	17.9	8.5
	5年	55.18	16.3	26.5	30.9	18.0	8.2
	6年	60.66	17.1	29.2	27.9	18.2	7.5
中学校	1年	33.80	3.9	21.0	34.3	30.6	10.3
	2年	43.33	12.0	27.5	33.6	20.3	6.5
	3年	50.42	22.6	29.7	28.9	14.2	4.7
高等学校	1年	48.95	12.8	29.1	37.8	16.6	3.7
	2年	52.90	22.0	32.1	29.1	13.8	3.0
	3年	55.93	26.5	34.7	25.9	10.8	2.0
小学校		55.27	16.9	27.4	29.6	18.1	8.1
中学校		42.66	13.0	26.1	32.2	21.5	7.1
高等学校		52.58	20.3	32.0	31.0	13.8	2.9
全体		49.99	16.4	28.2	30.9	18.2	6.4

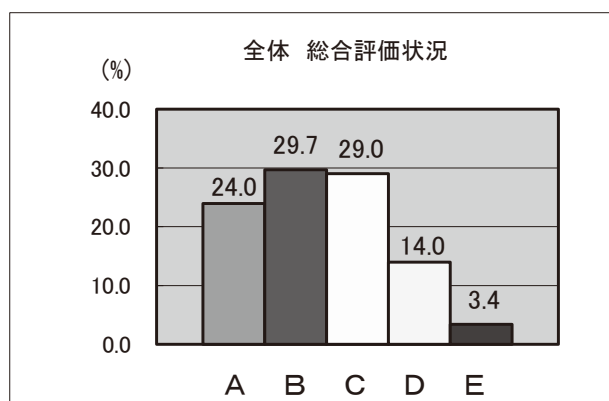
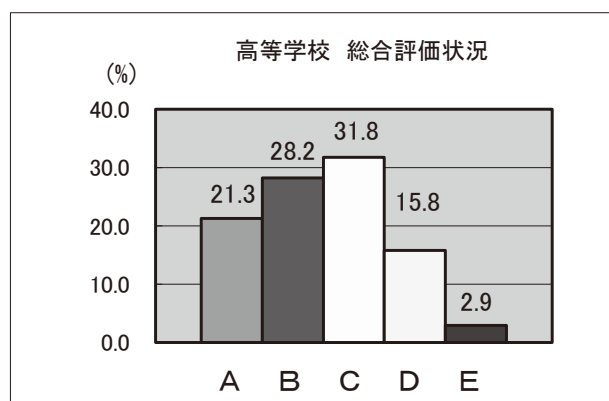
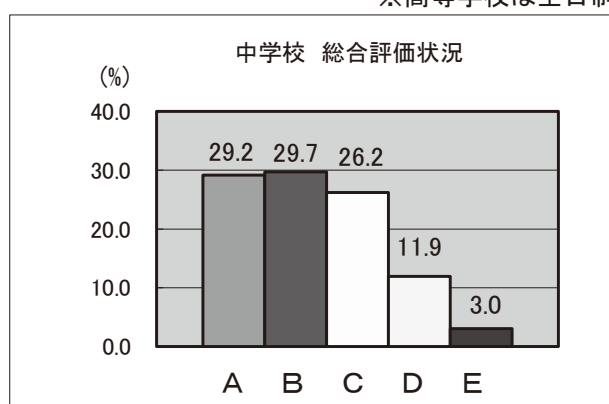
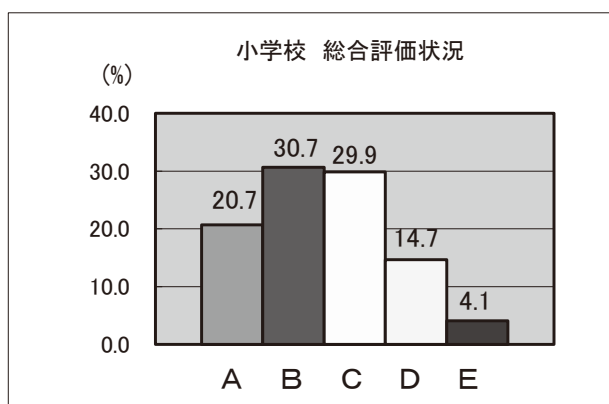
※高等学校は全日制



【女子】

女子		体力 合計点	総合評価(段階別割合) (%)				
			A	B	C	D	E
小学校	4年	51.45	20.5	29.3	29.5	15.8	5.0
	5年	57.75	22.8	29.3	31.0	13.7	3.2
	6年	62.22	18.6	33.6	29.1	14.5	4.2
中学校	1年	43.61	27.0	33.3	26.4	11.4	1.8
	2年	49.21	29.8	29.7	25.4	11.8	3.3
	3年	52.23	30.6	26.1	26.7	12.6	4.0
高等学校	1年	50.11	18.0	27.5	35.4	15.7	3.4
	2年	52.16	21.3	27.9	31.1	16.6	3.0
	3年	54.49	24.6	29.2	28.7	15.1	2.4
小学校		57.07	20.7	30.7	29.9	14.7	4.1
中学校		48.38	29.2	29.7	26.2	11.9	3.0
高等学校		52.24	21.3	28.2	31.8	15.8	2.9
全体		52.60	24.0	29.7	29.0	14.0	3.4

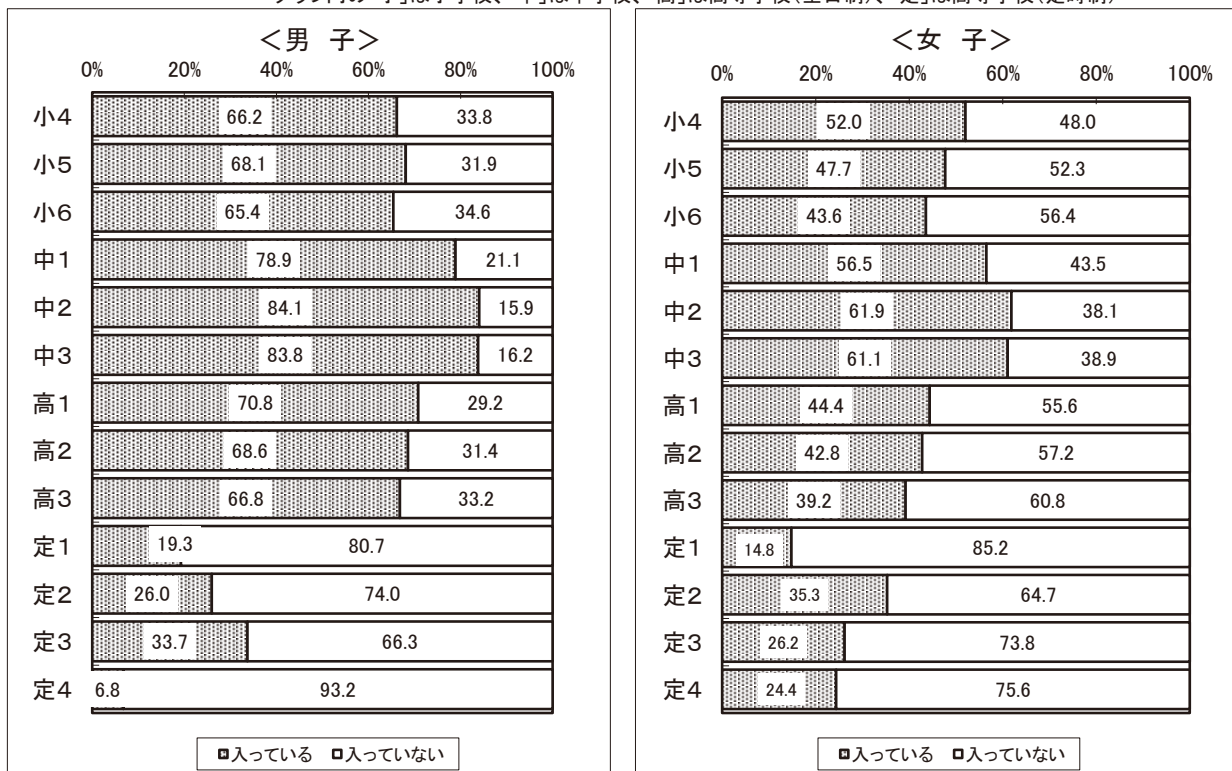
※高等学校は全日制



4 令和4年度本県の児童生徒の生活調査結果

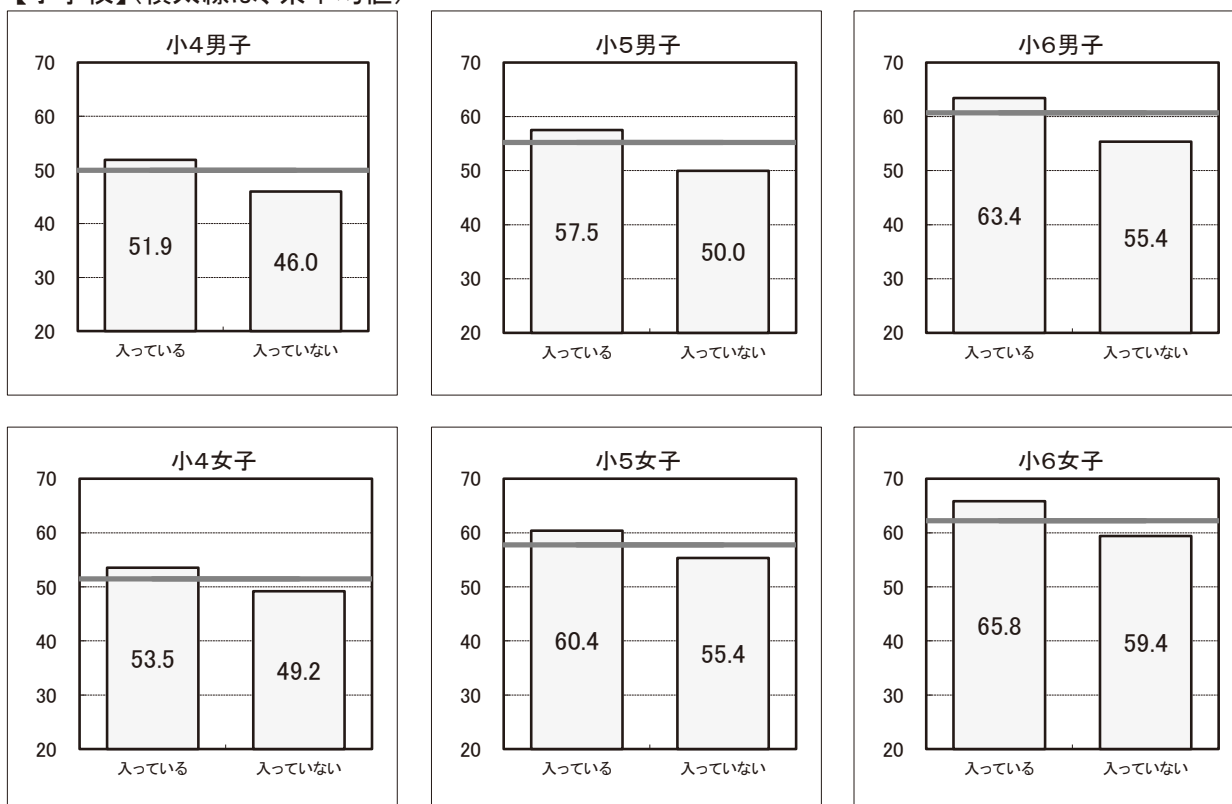
運動部やスポーツクラブの所属状況

グラフ内の「小」は小学校、「中」は中学校、「高」は高等学校(全日制)、「定」は高等学校(定時制)

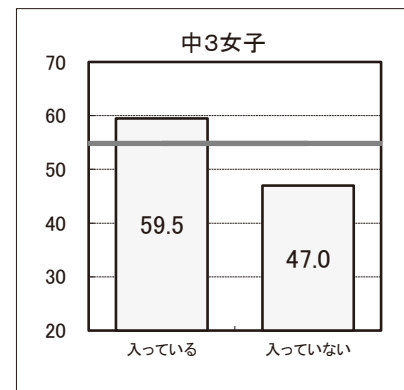
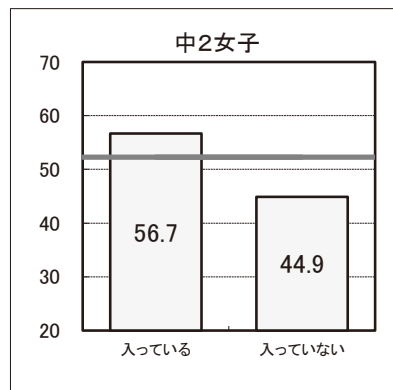
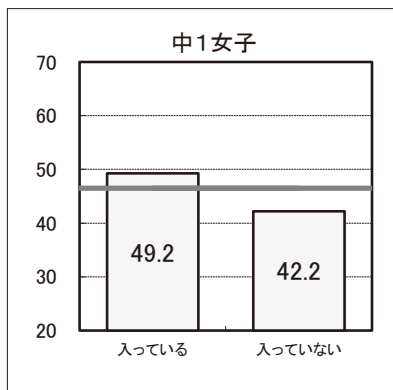
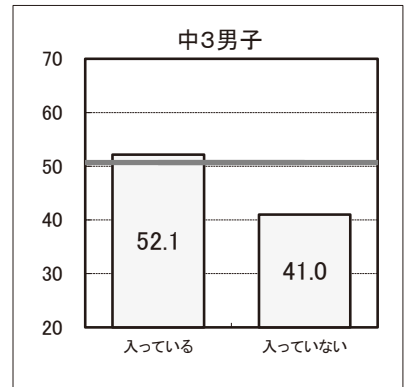
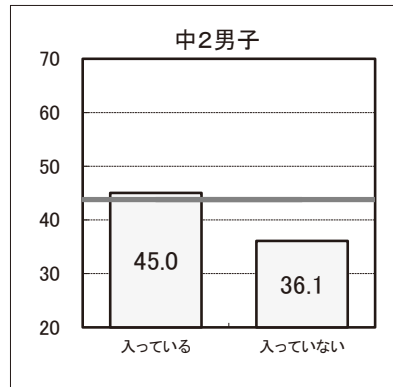
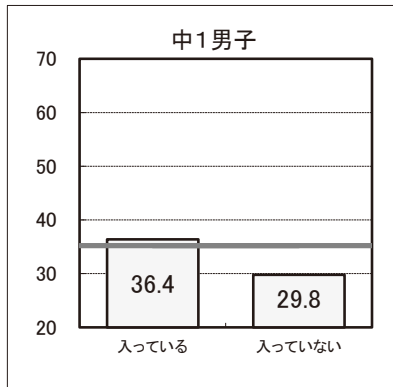


運動部やスポーツクラブの所属状況と体力合計点との関連

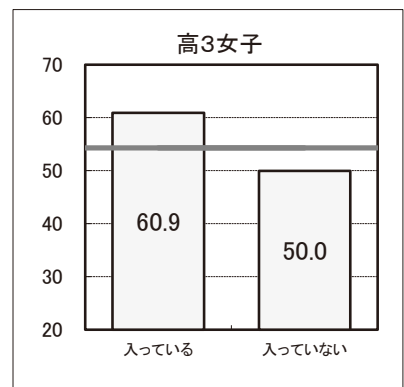
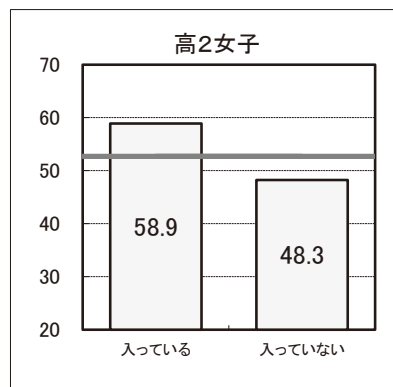
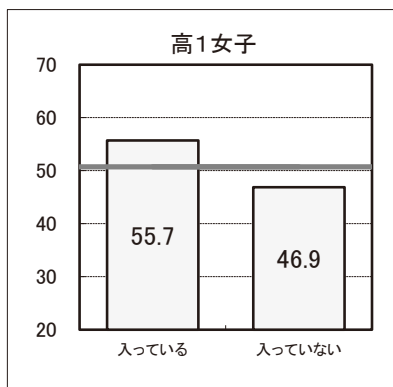
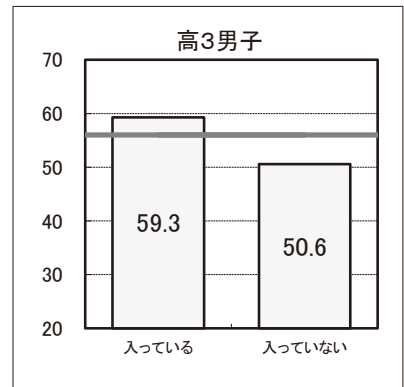
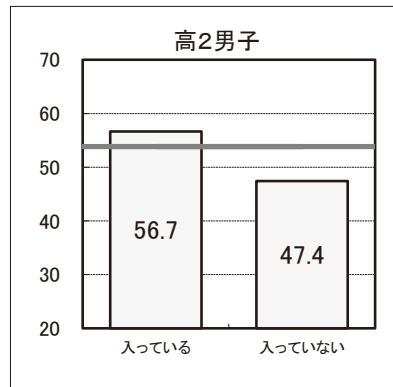
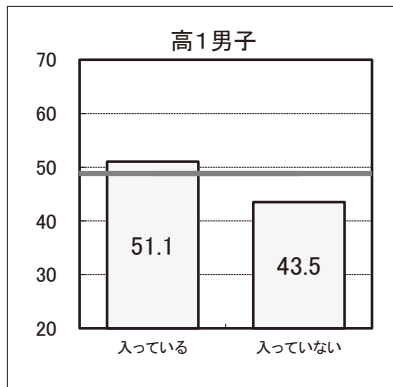
【小学校】(横太線は、県平均値)



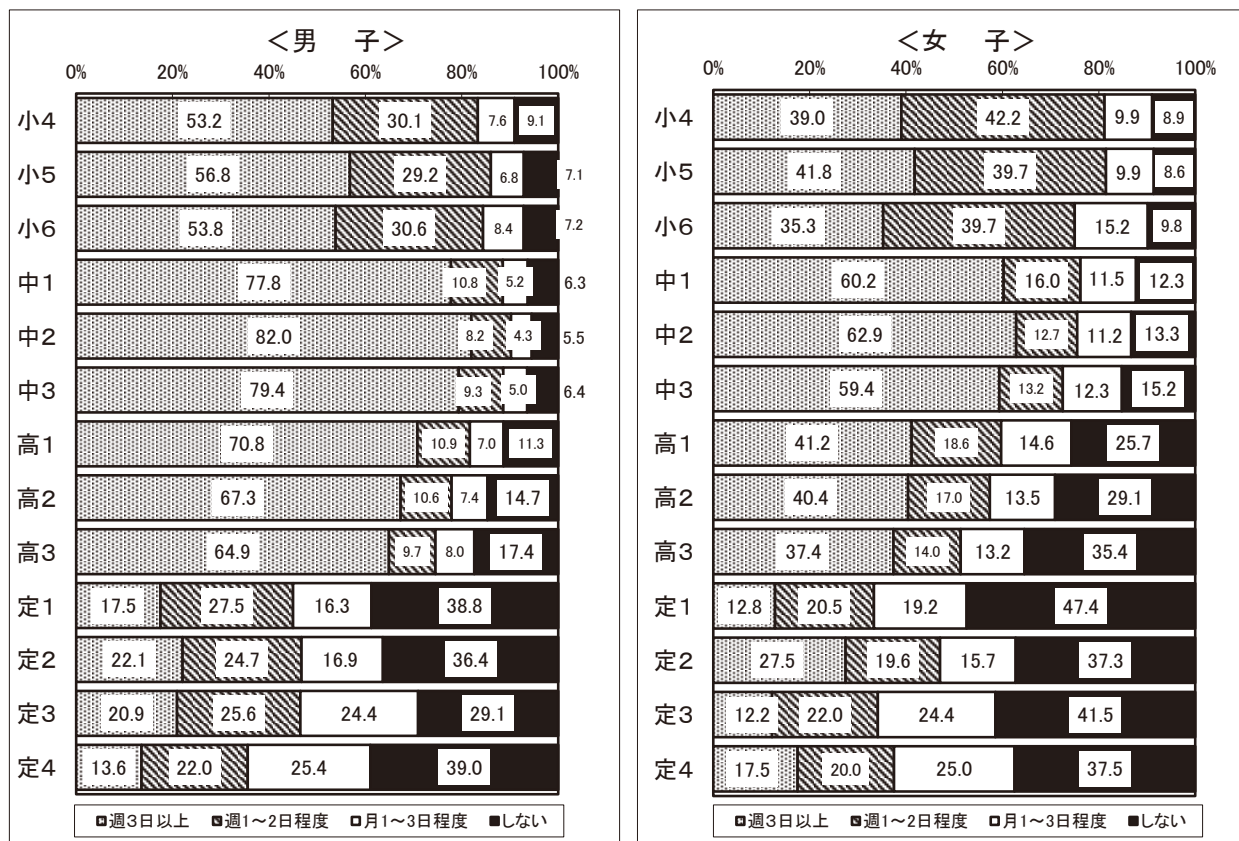
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

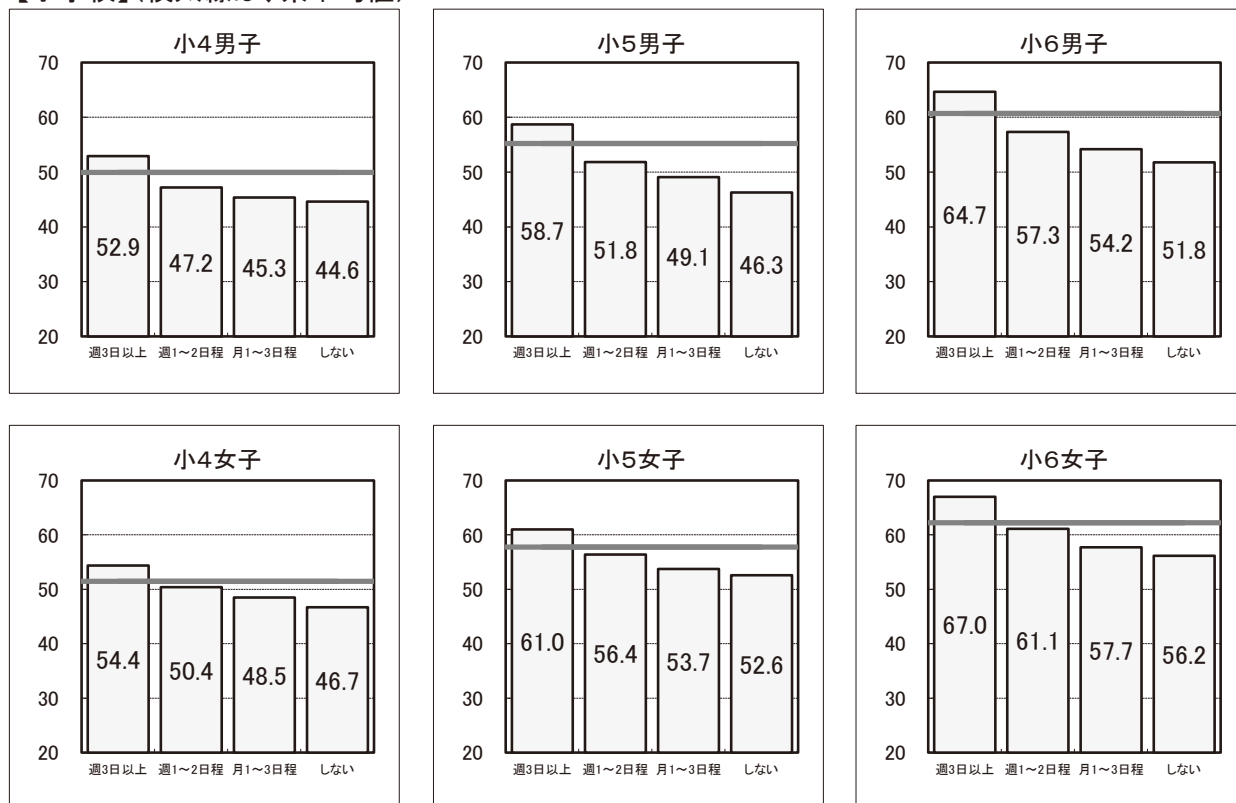


運動・スポーツの実施状況(体育の授業をのぞく)

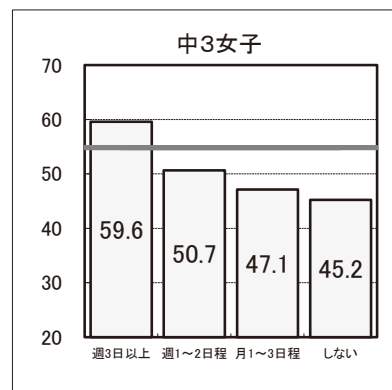
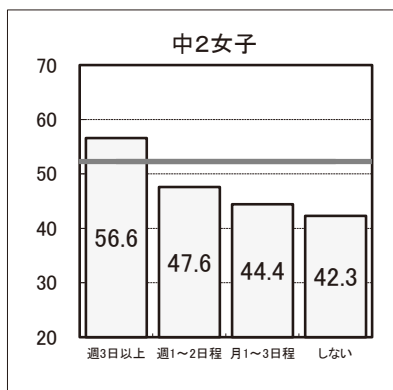
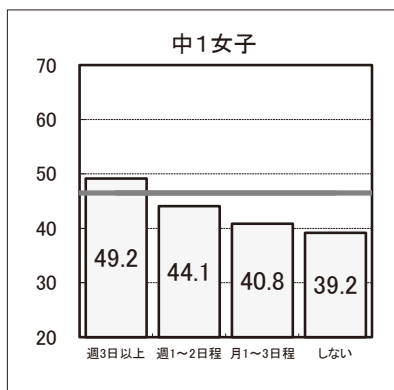
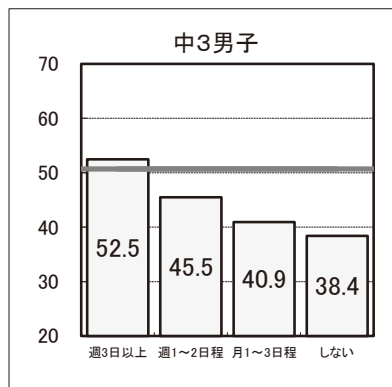
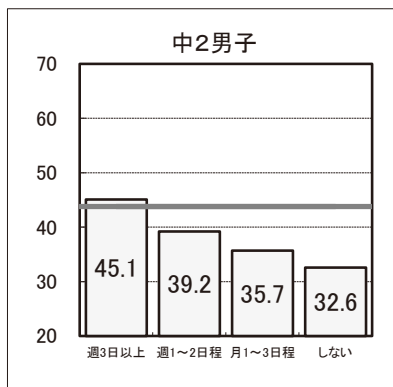
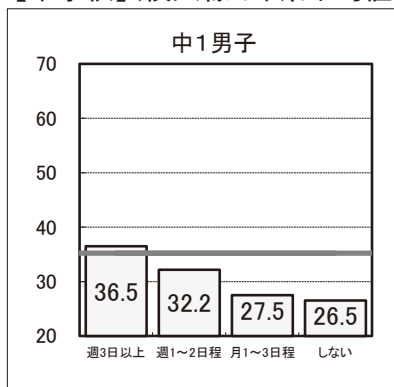


運動・スポーツの実施状況と体力合計点との関連

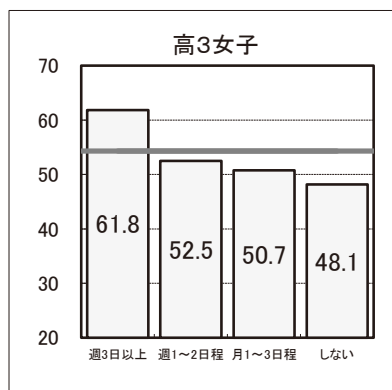
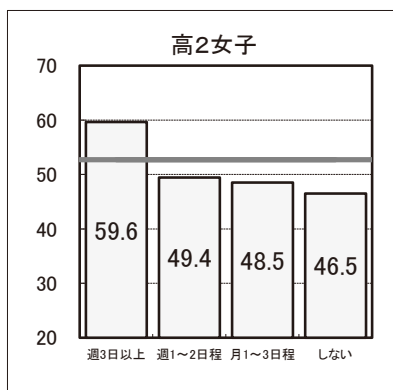
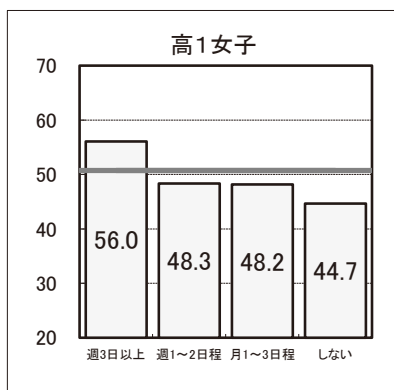
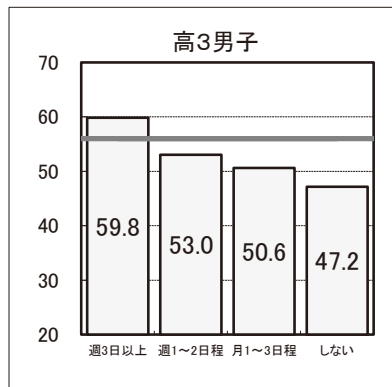
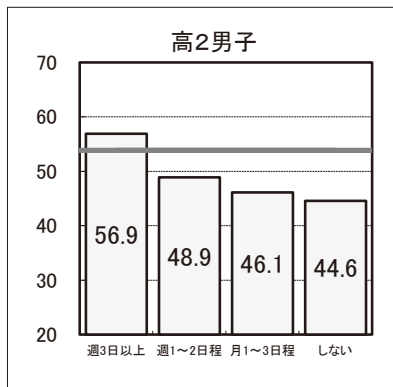
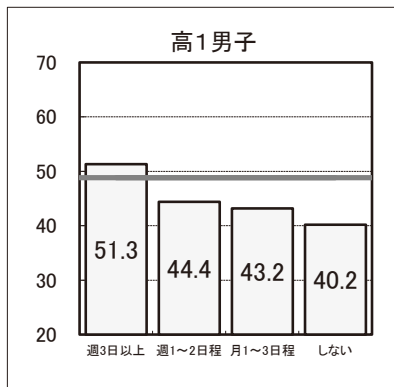
【小学校】(横太線は、県平均値)



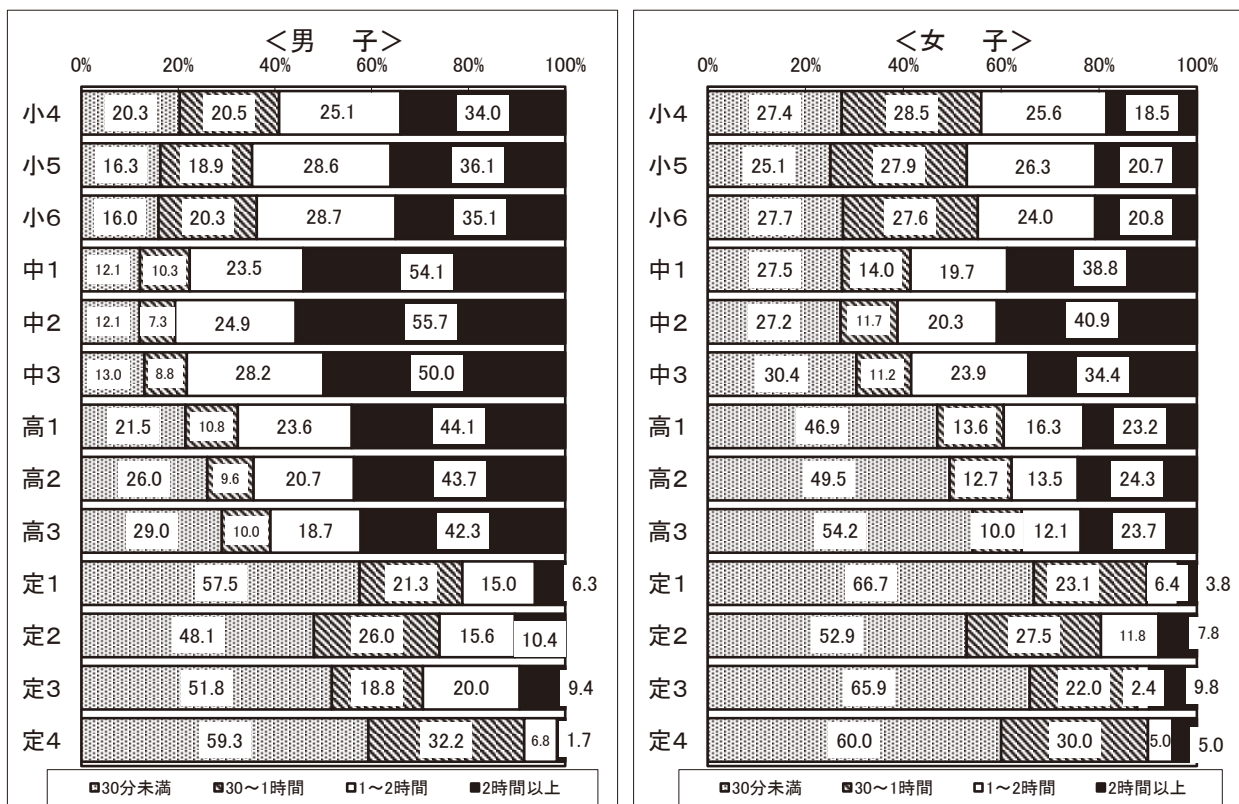
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

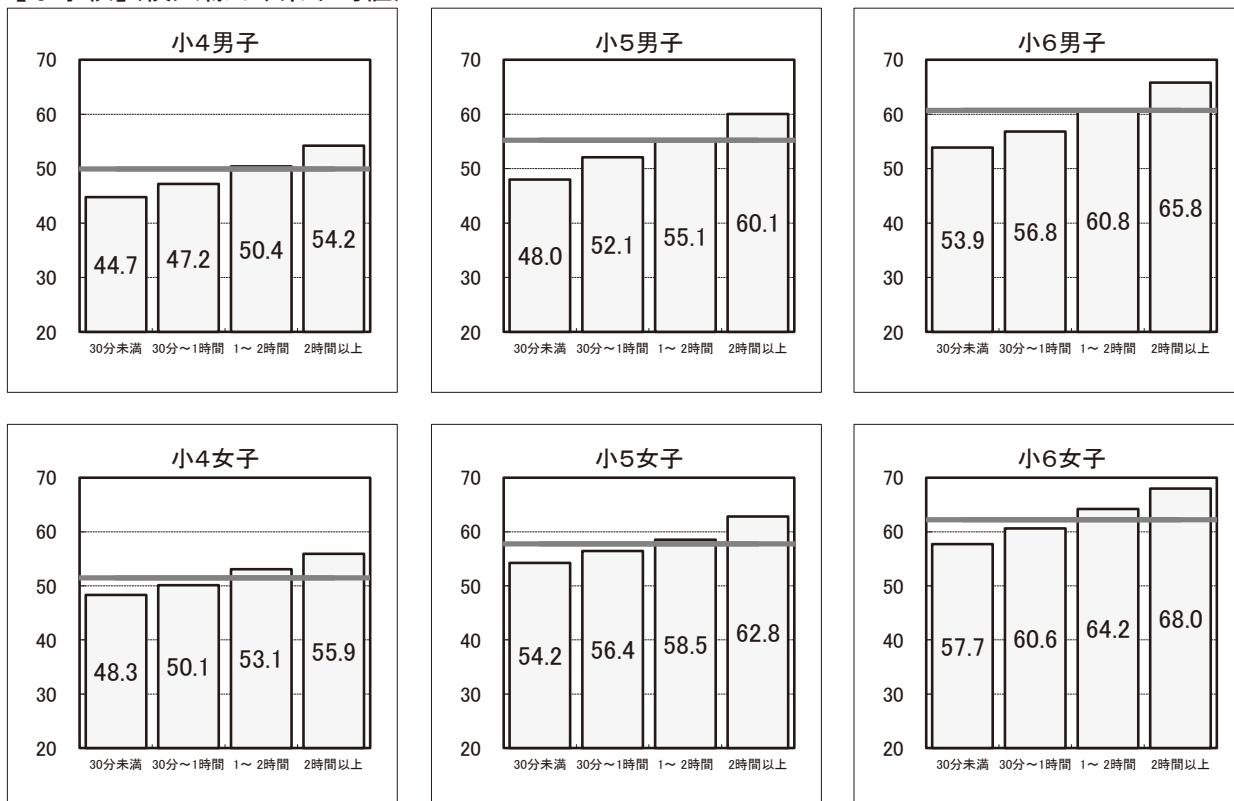


1日の運動・スポーツ実施時間(体育の授業をのぞく)

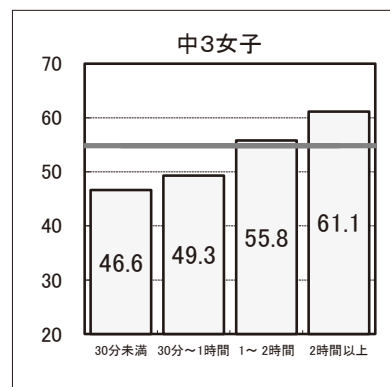
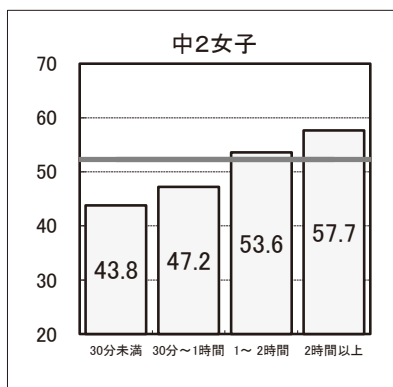
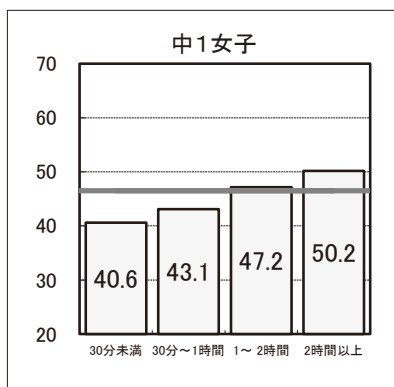
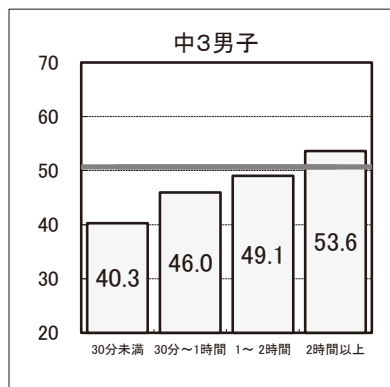
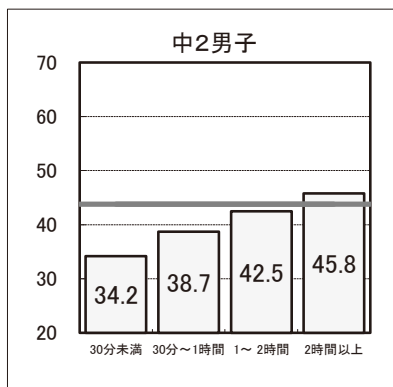
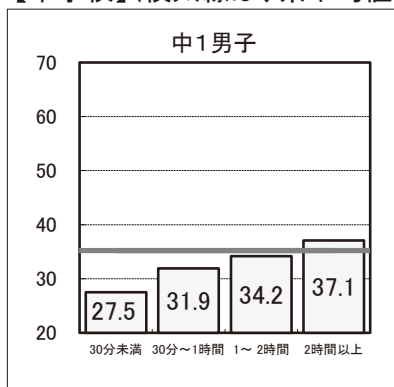


1日の運動・スポーツ実施時間と体力合計点との関連

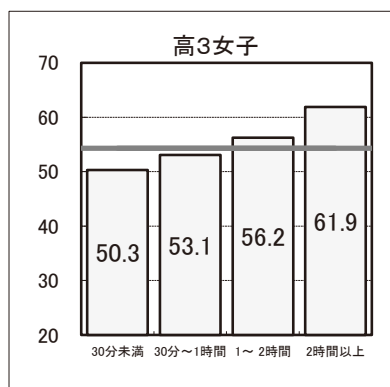
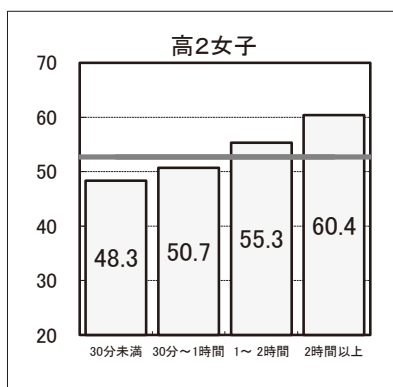
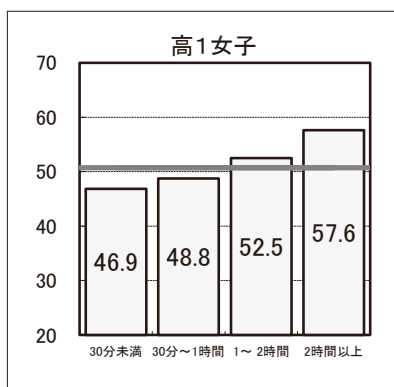
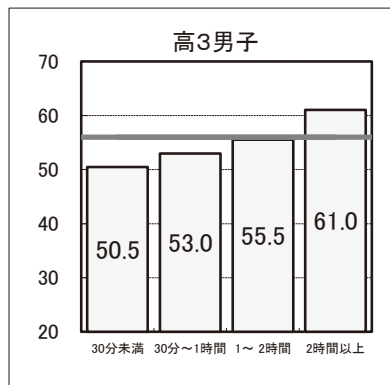
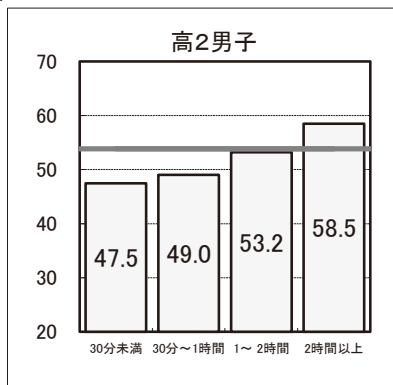
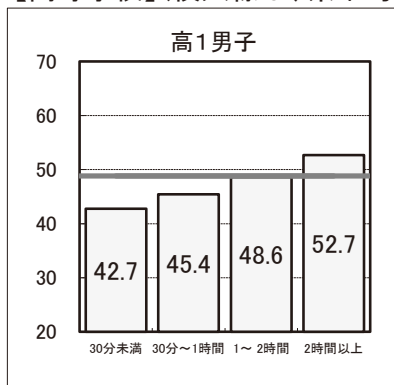
【小学校】(横太線は、県平均値)



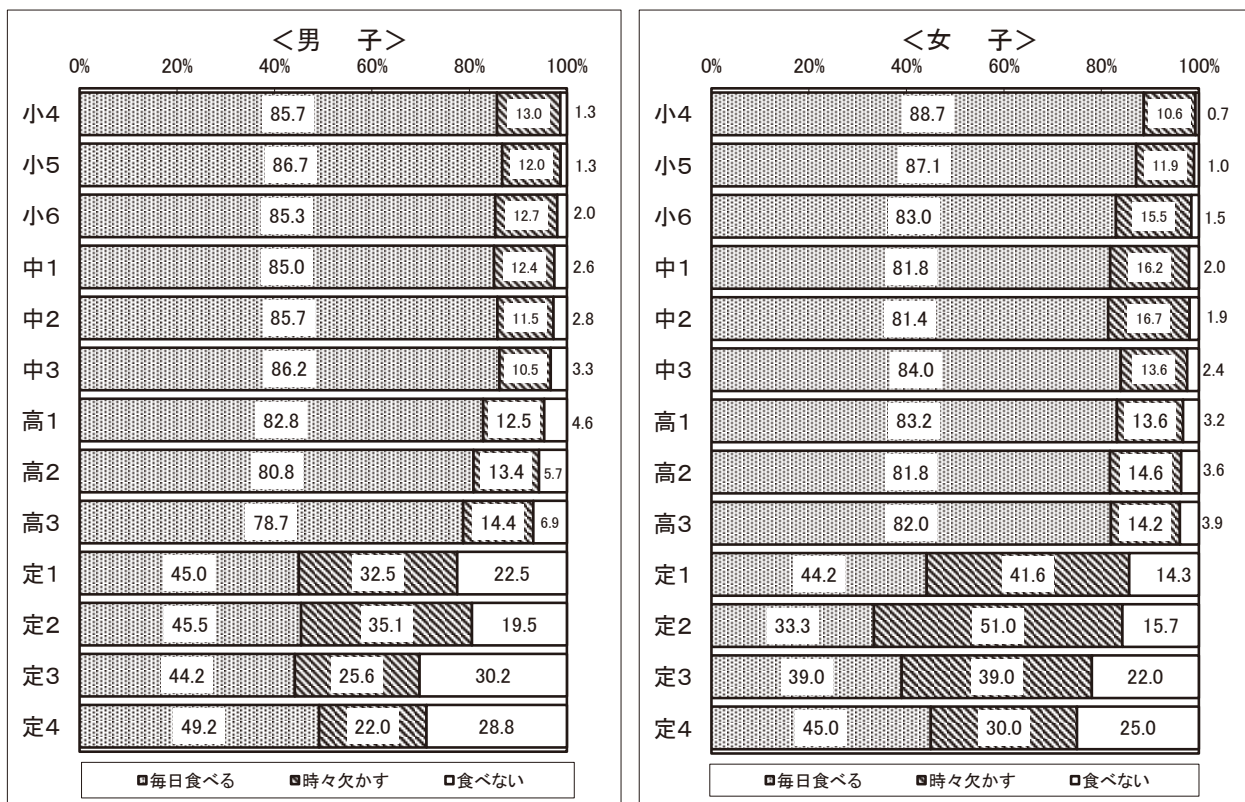
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

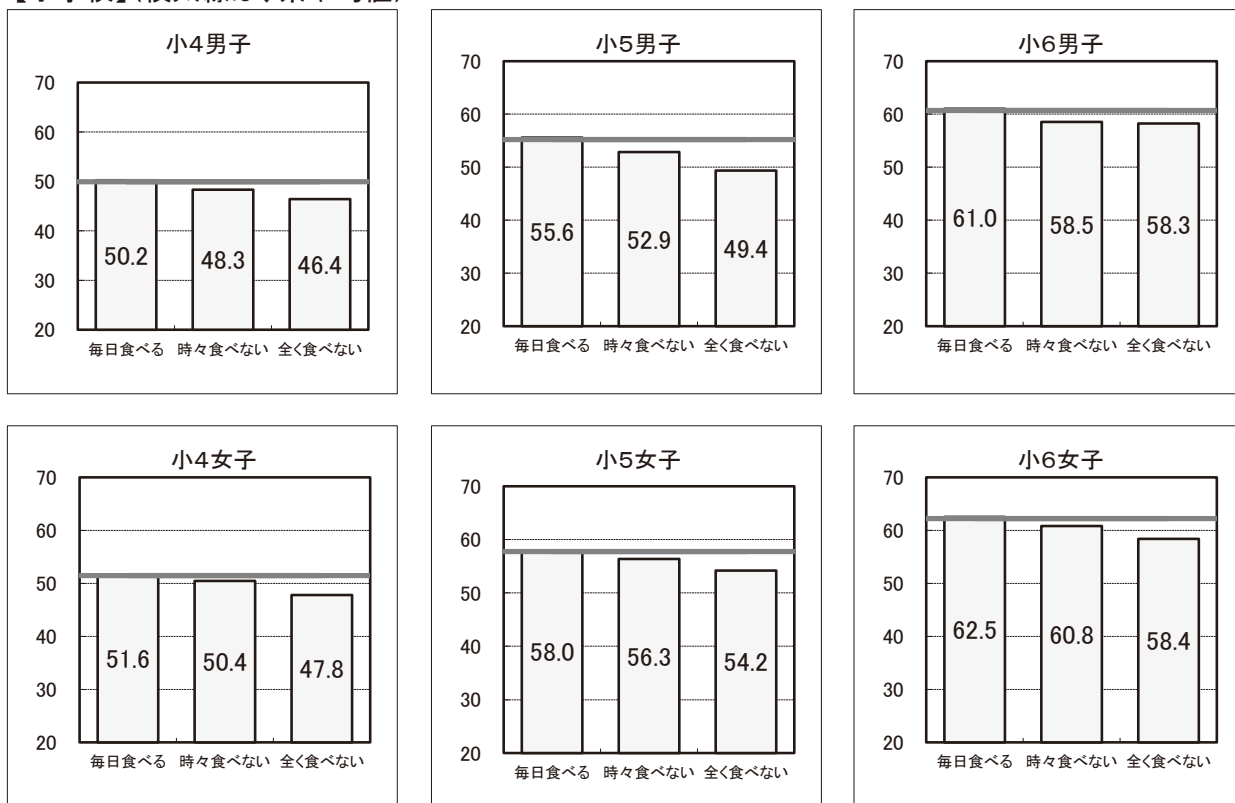


朝食の有無

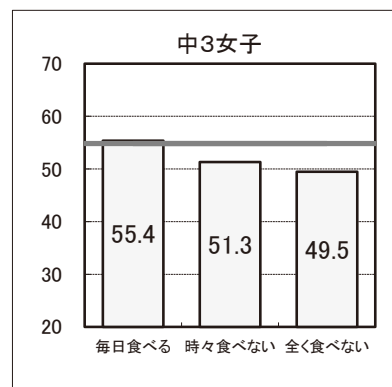
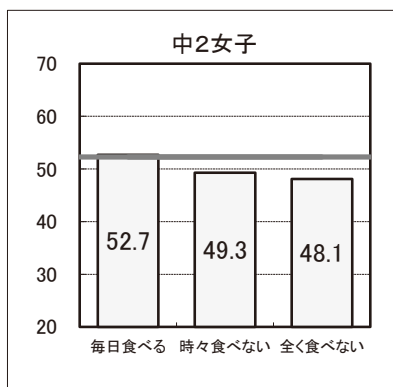
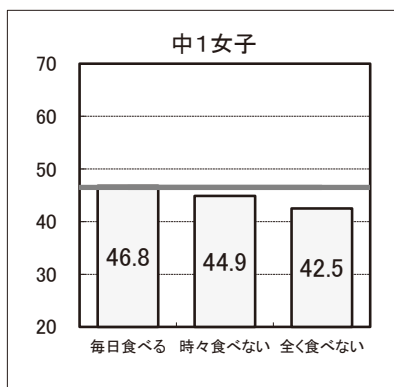
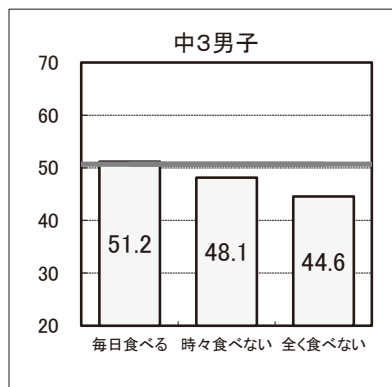
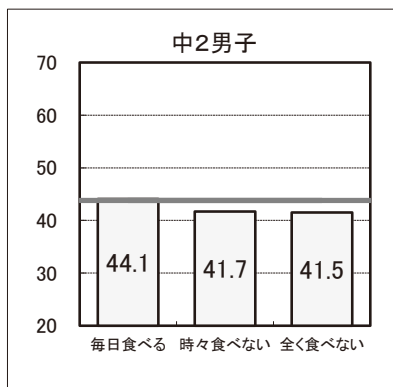
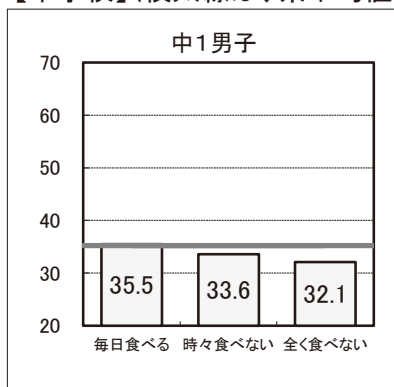


朝食の有無と体力合計点との関連

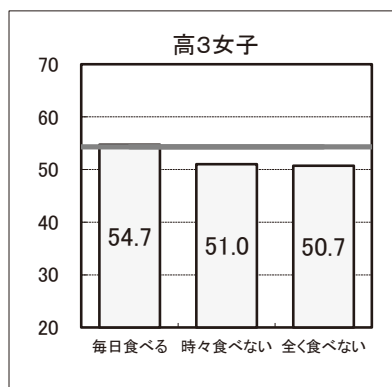
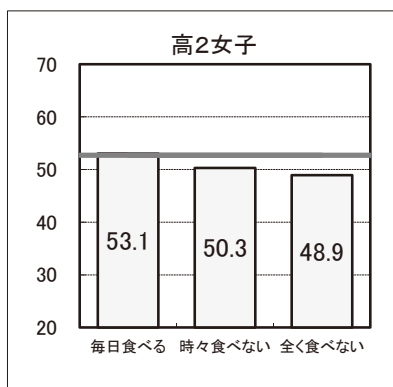
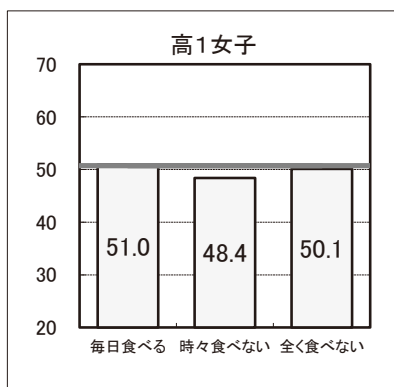
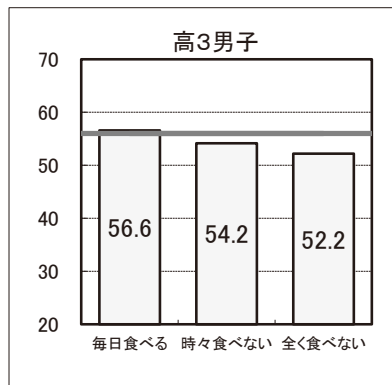
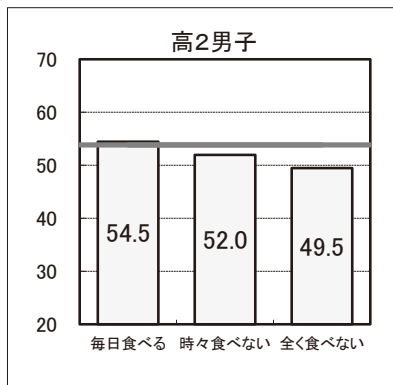
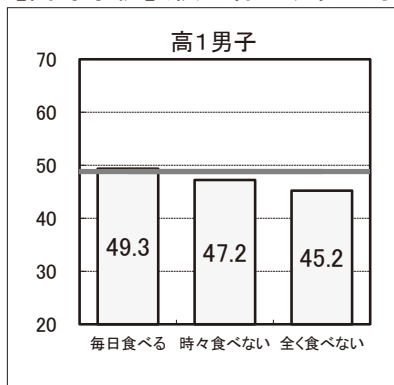
【小学校】(横太線は、県平均値)



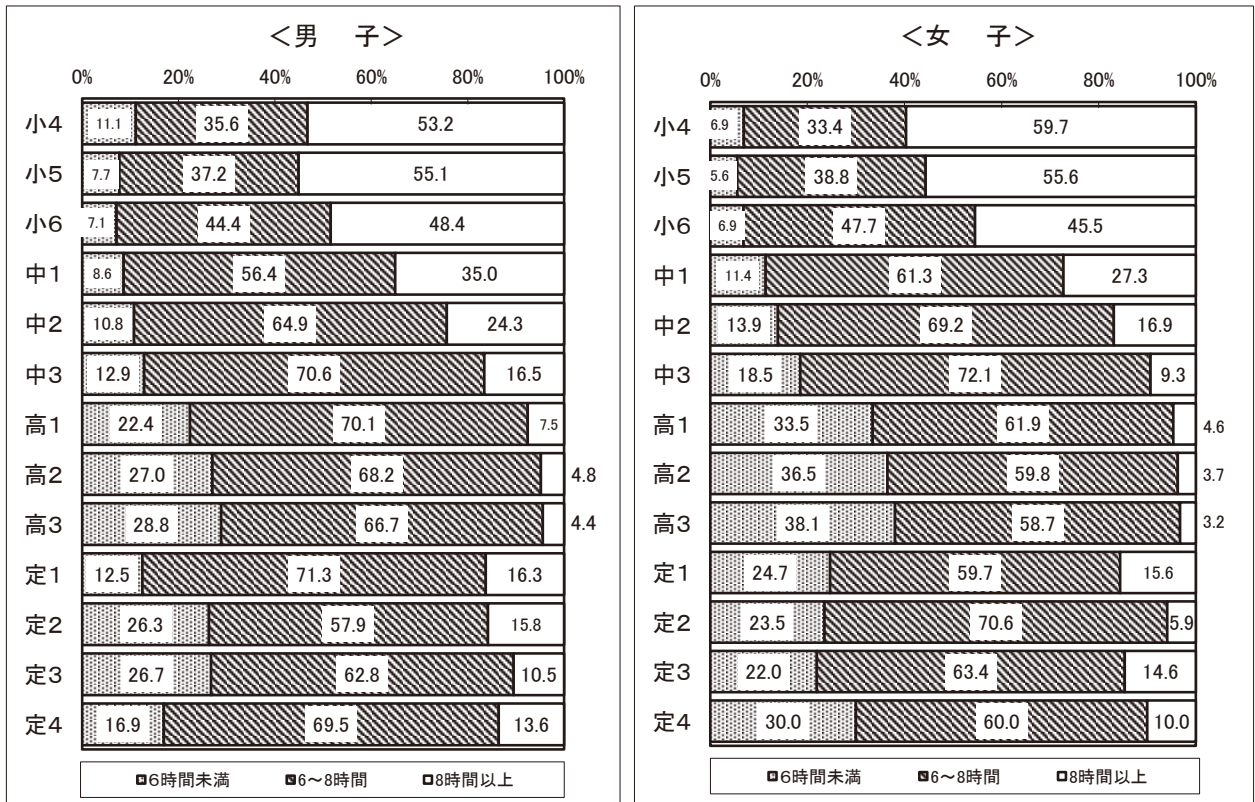
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

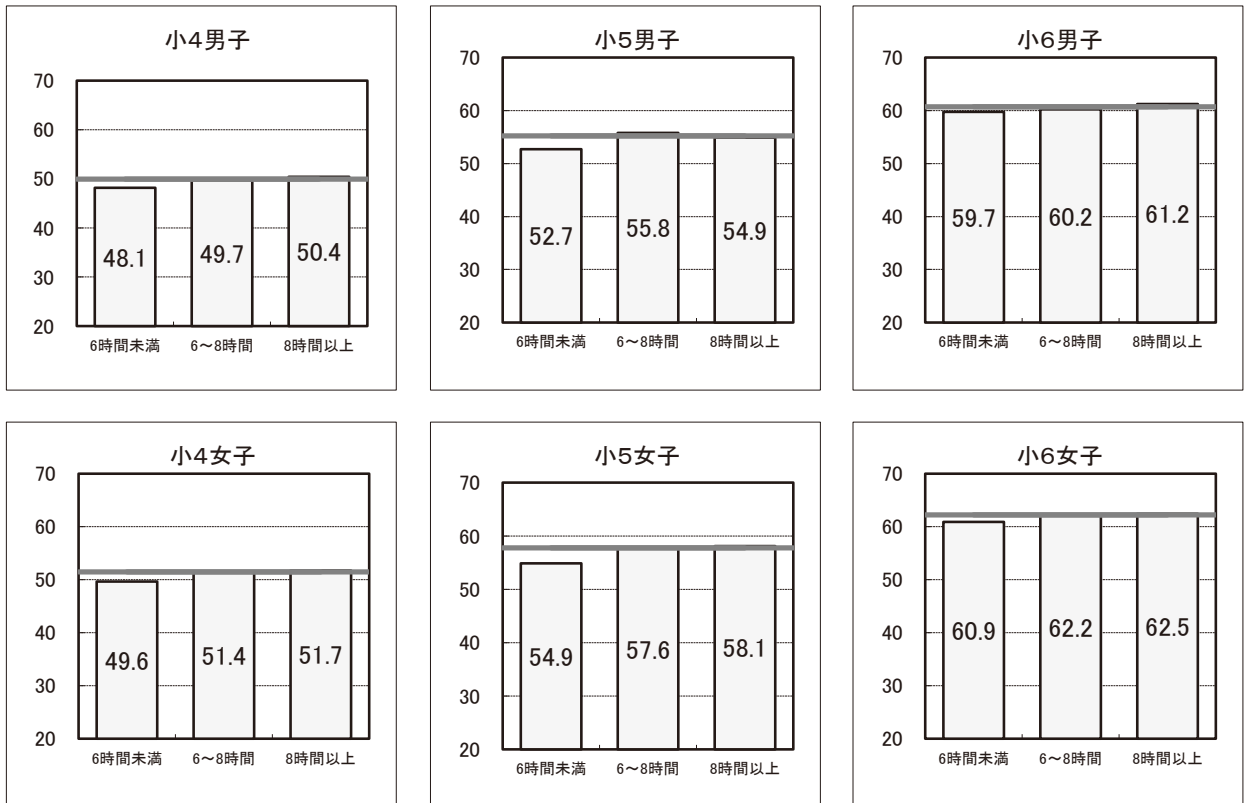


1日の睡眠時間

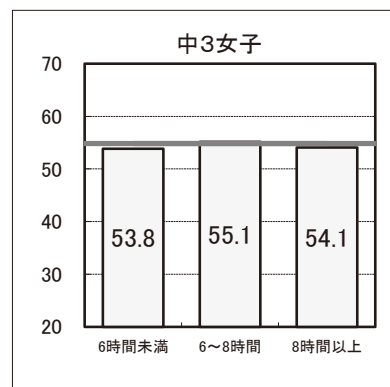
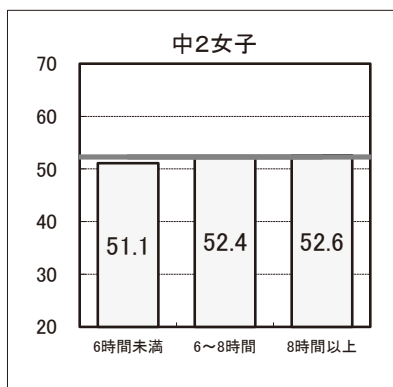
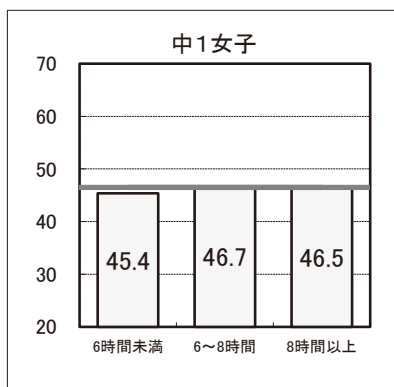
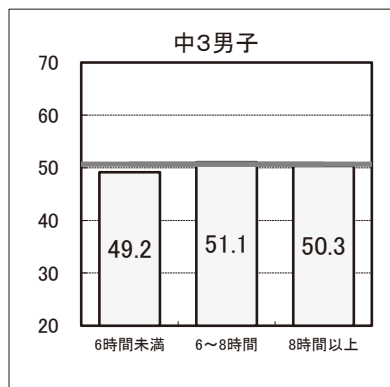
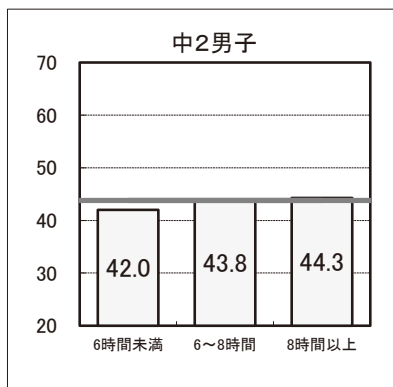
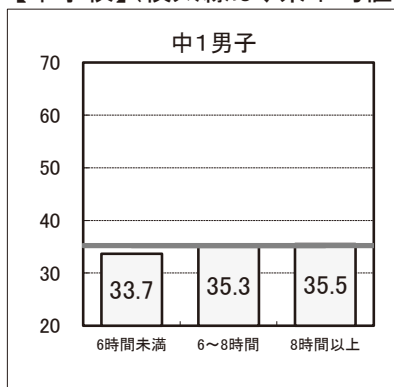


1日の睡眠時間と体力合計点との関連

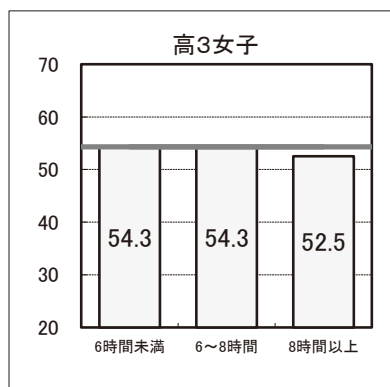
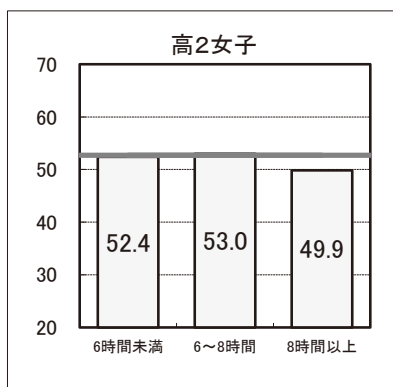
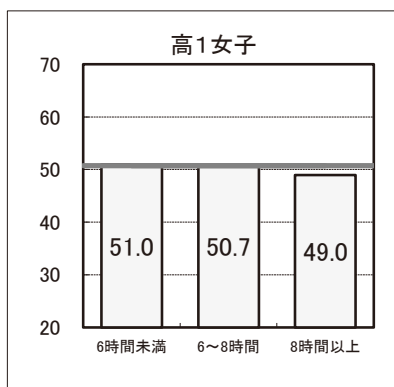
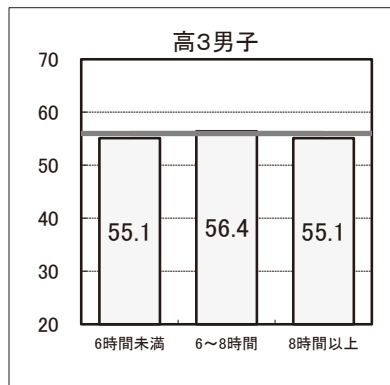
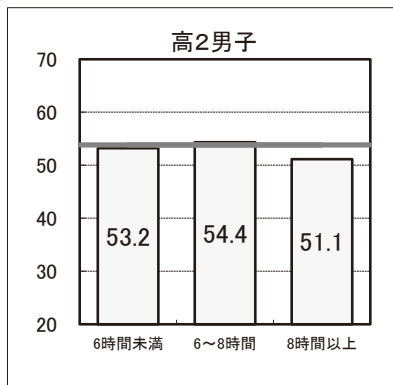
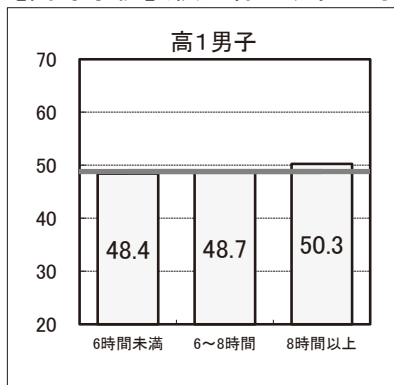
【小学校】(横太線は、県平均値)



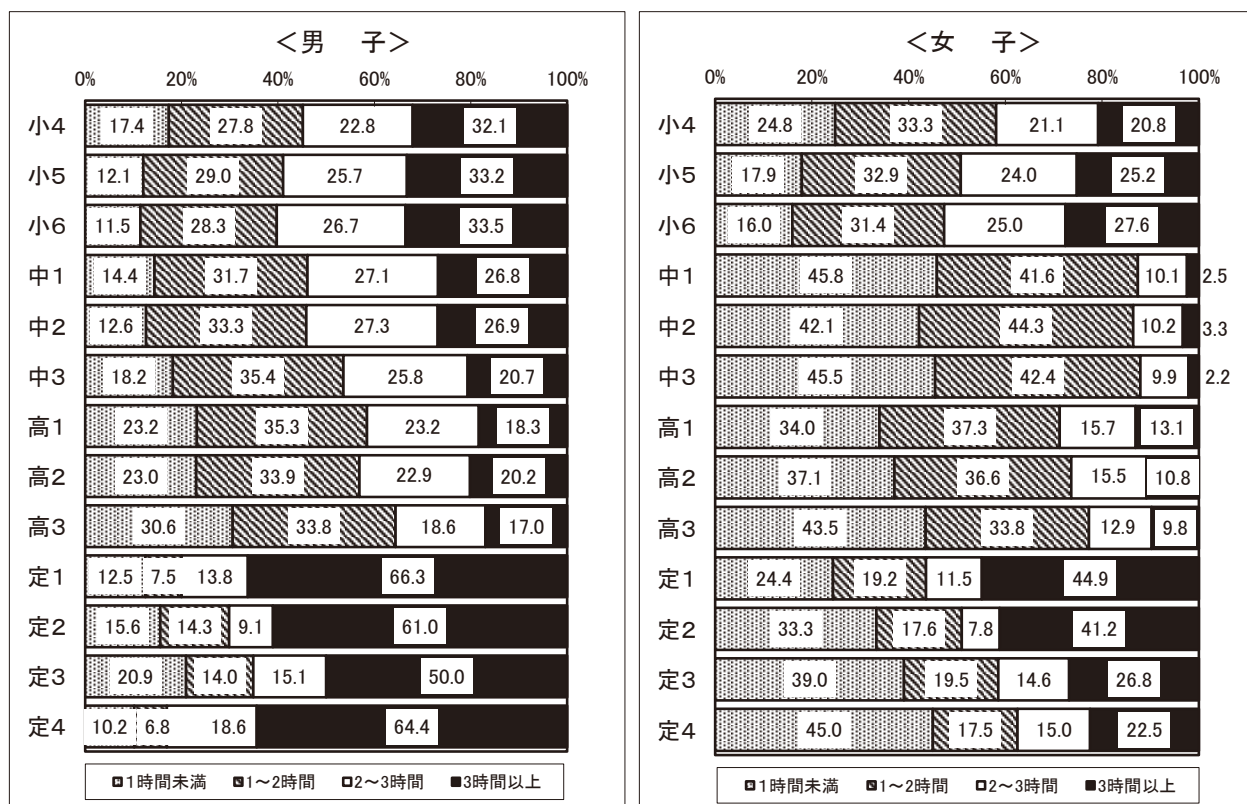
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

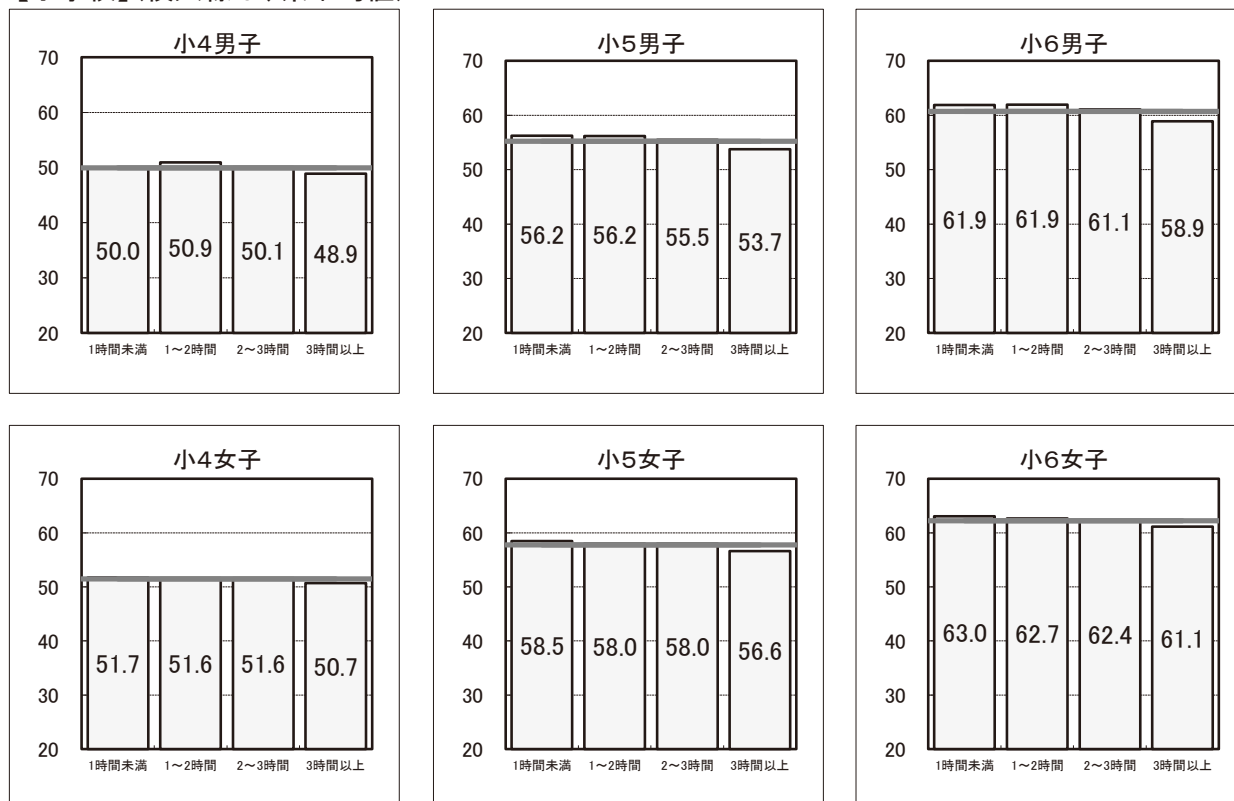


1日のテレビ(ゲームを含む)の視聴時間

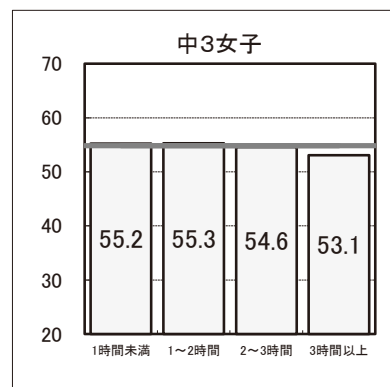
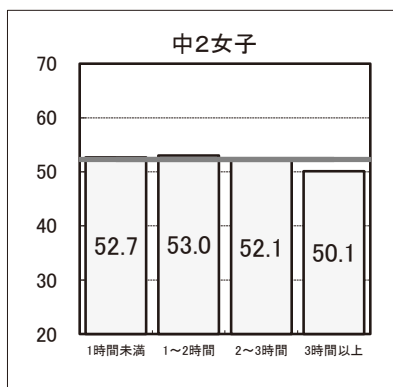
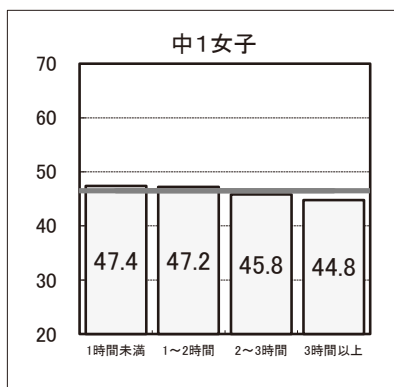
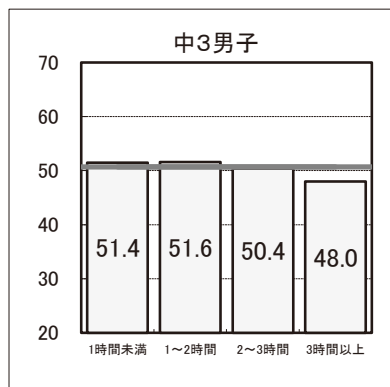
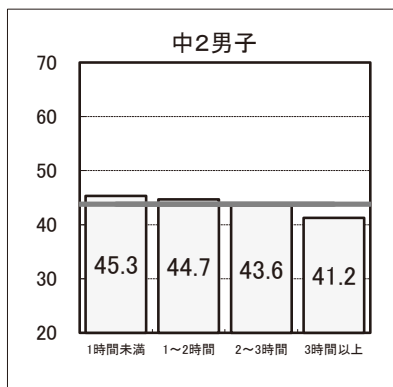
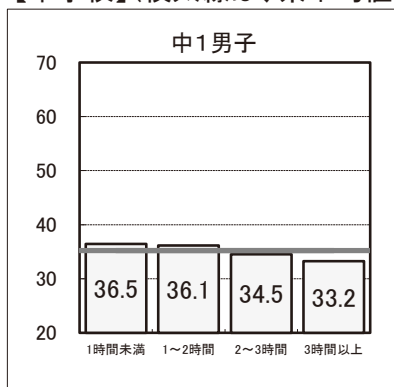


1日のテレビ(ゲームを含む)の視聴時間と体力合計点との関連

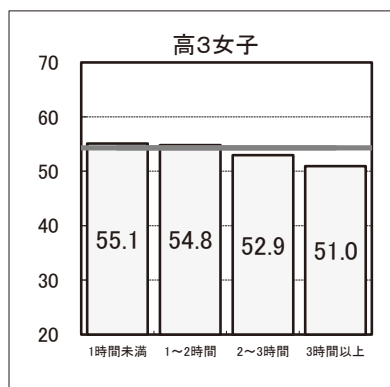
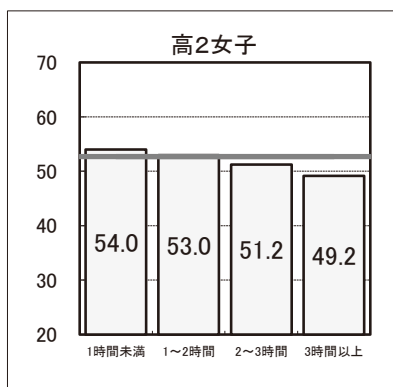
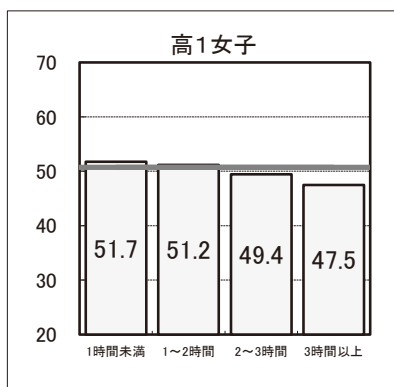
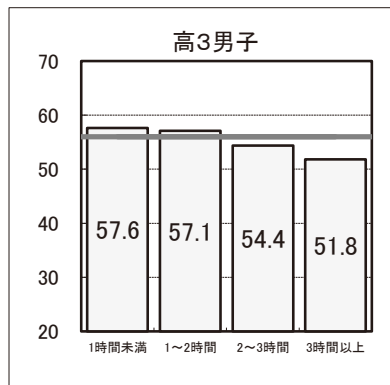
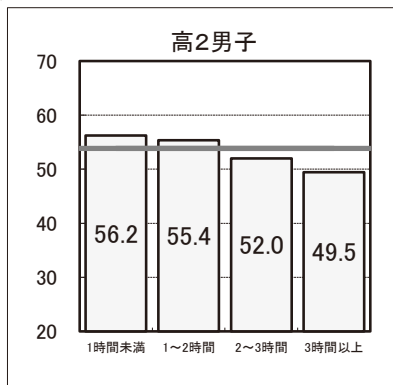
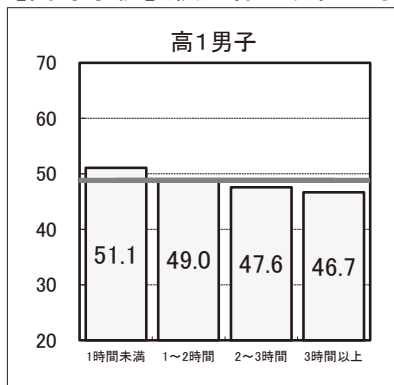
【小学校】(横太線は、県平均値)



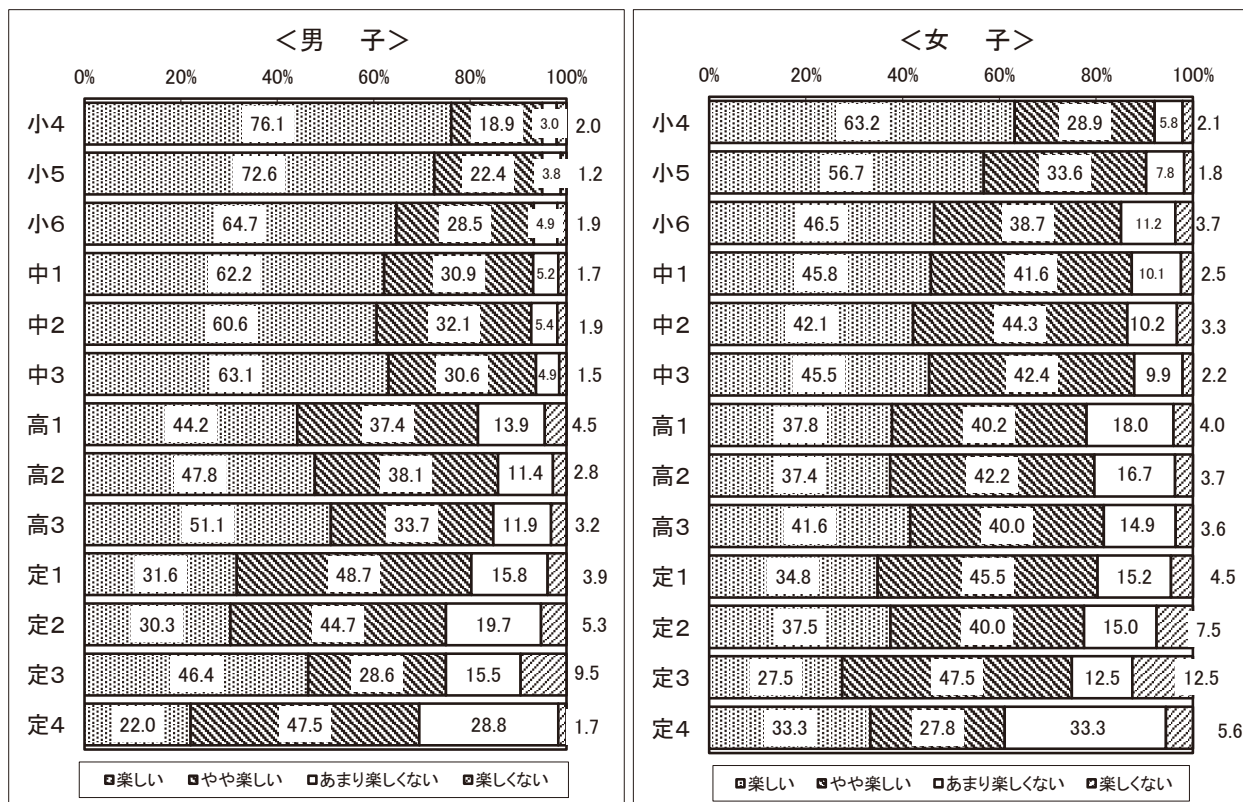
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

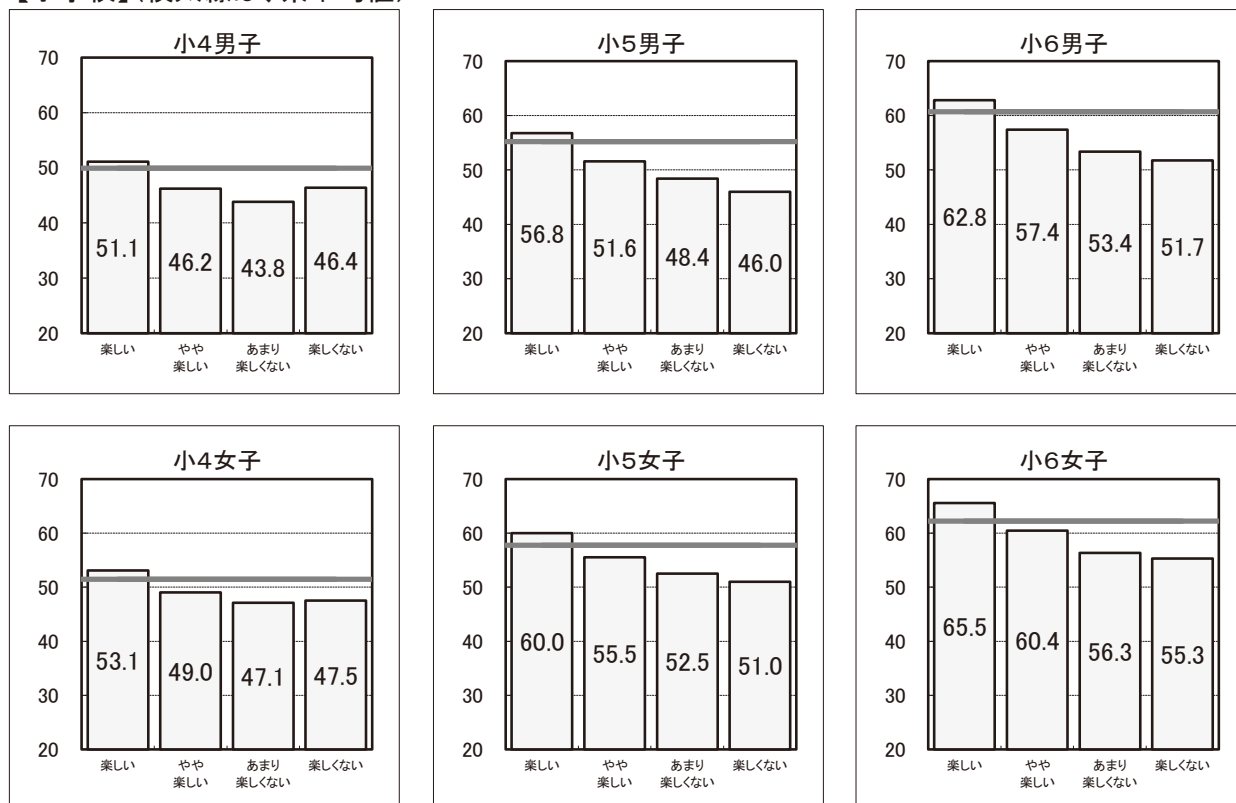


体育の授業は楽しいか

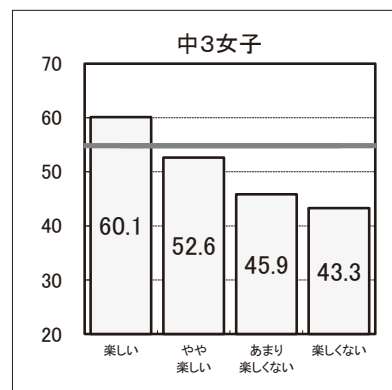
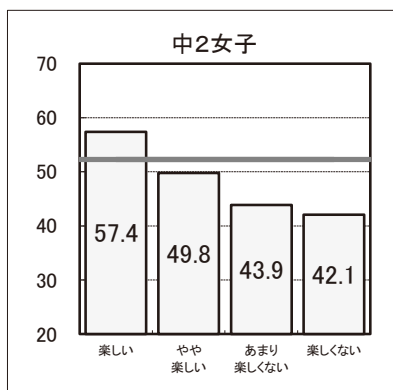
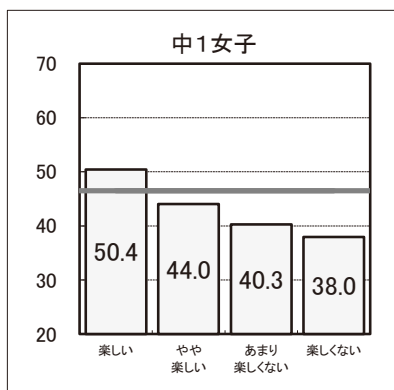
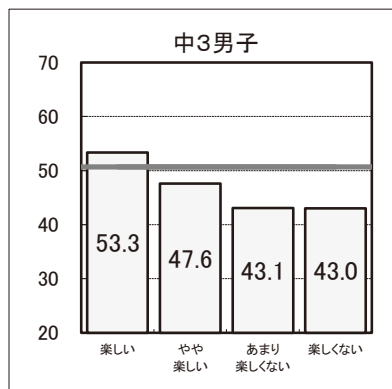
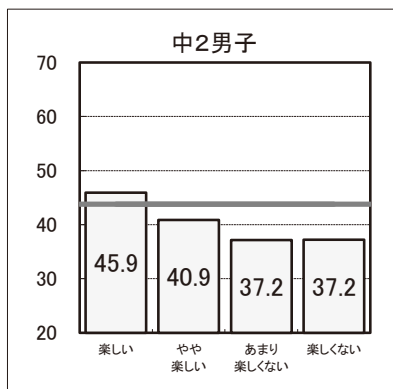
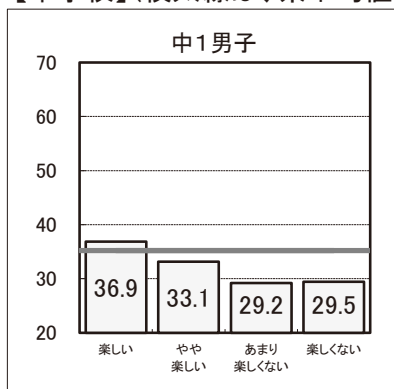


体育の授業の楽しさと体力合計点との関連

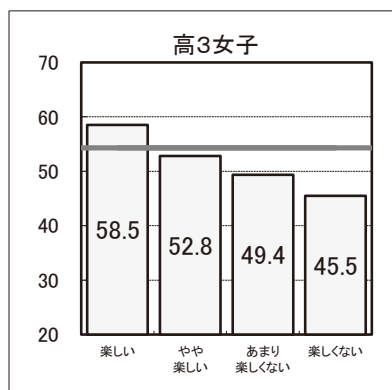
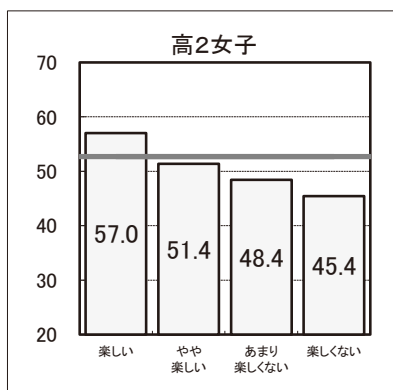
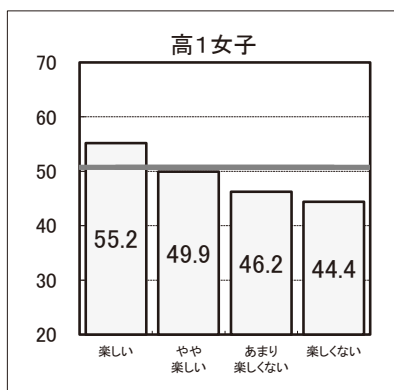
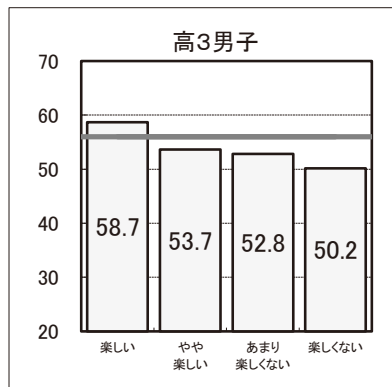
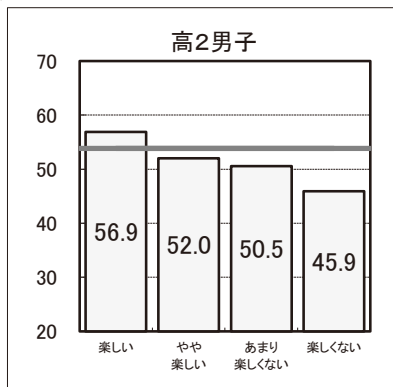
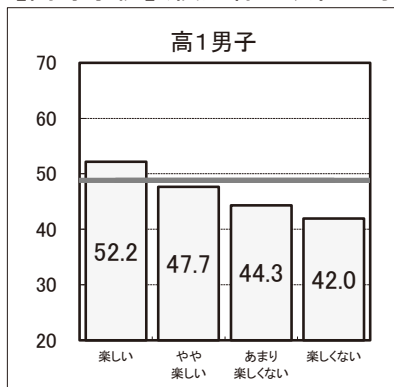
【小学校】(横太線は、県平均値)



【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)



生活調査のアンケート項目

ア 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況

1. 所属している
2. 所属していない

イ 運動やスポーツの実施状況(学校の体育の授業の時間を除きます)

1. ほとんど毎日(週3日以上)
2. ときどき(週1~2日くらい)
3. ときたま(月1~3日くらい)
4. しない

ウ 1日の運動・スポーツの時間

1. 30分未満
2. 30分以上1時間未満
3. 1時間以上2時間未満
4. 2時間以上

エ 朝食の有無

1. 毎日食べる
2. 時々食べない
3. まったく食べない

オ 1日の睡眠時間

1. 6時間未満
2. 6時間以上8時間未満
3. 8時間以上

カ 1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間

1. 1時間未満
2. 1時間以上2時間未満
3. 2時間以上3時間未満
4. 3時間以上

キ 体育の授業は楽しいか

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. あまり楽しくない
4. 楽しくない

※アンケートは、小・中・高等学校共通である。

5 「本県の令和4年度」と「本県の令和3年度」の平均値の比較

体格及び体力・運動能力について、令和4年度と令和3年度の平均値を対応のないt-検定を用いて比較した。有意水準は5%とし、有意差の認められた項目を○と▲で示した。

男子	小学校では「50m走」、中学校では「20mシャトルラン」において、すべての学年で令和3年度を下回った。中学校1年の「握力」、3年の「握力」「長座体前屈」「反復横とび」、高等学校2・3年の「上体起こし」において令和3年度を上回った。
----	---

【令和4年度と令和3年度の平均値の比較(男子)】

項目		小学校			中学校			高等学校			○数	▲数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長	—	—	○	○	—	—	—	—	—	2	0
	体重	○	—	○	○	○	—	—	—	—	4	0
	○数	1	0	2	2	1	0	0	0	0	6	
	▲数	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0
体力・運動能力	握力	—	—	—	○	—	○	—	—	—	2	0
	上体起こし	—	—	—	▲	▲	—	—	○	○	2	2
	長座体前屈	—	—	—	—	—	○	—	—	—	1	0
	反復横とび	—	▲	▲	—	▲	○	—	—	—	1	3
	持久走	△	△	△	▲	▲	—	▲	▲	—	0	4
	20mシャトルラン	▲	—	▲	▲	▲	▲	—	▲	▲	0	7
	50m走	▲	▲	▲	—	▲	—	—	▲	—	0	5
	立ち幅とび	—	—	—	▲	—	—	—	—	▲	0	2
	ボール投げ	▲	—	—	—	—	—	—	—	—	0	1
	○数	0	0	0	1	0	3	0	1	1	6	
	▲数	3	2	3	4	5	1	1	3	2		24

女子	小学校では「50m走」が令和3年度を下回った。中学校で各学年、多くの種目で令和3年度を下回った。高等学校では「上体起こし」はすべての学年で令和3年度を上回ったが、「持久走」はすべての学年で令和3年度を下回った。
----	---

【令和4年度と令和3年度の平均値の比較(女子)】

項目		小学校			中学校			高等学校			○数	▲数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長	○	—	○	—	—	—	—	—	—	2	0
	体重	○	○	○	—	—	—	○	—	—	4	0
	○数	2	1	2	0	0	0	1	0	0	6	
	▲数	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0
体力・運動能力	握力	—	—	—	—	▲	—	○	—	—	1	1
	上体起こし	—	○	—	▲	▲	▲	○	○	○	4	3
	長座体前屈	—	○	○	○	▲	○	—	—	▲	4	2
	反復横とび	—	○	▲	▲	▲	—	—	—	—	1	3
	持久走	△	△	△	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	6
	20mシャトルラン	▲	—	—	▲	▲	▲	▲	▲	—	0	6
	50m走	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	—	0	8
	立ち幅とび	—	—	—	▲	▲	▲	—	—	▲	0	4
	ボール投げ	▲	▲	—	▲	—	▲	○	—	—	1	4
	○数	0	3	1	1	0	1	3	1	1	11	
	▲数	3	2	2	7	8	6	3	3	3		37

- (注) 1. ○：R4が上回っている。 ▲：R4が下回っている。 —：R4とR3の間に有意差なし。
 2. △は、当該学年にない項目。
 3. 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

6 「本県の令和4年度」の平均値と「本県の過去10年間」の平均値の比較

方法

各学年において、平成24年～令和3年までの値を平均し、過去10年平均データ※とした。令和4年度のデータと過去10年平均データとを各学年、男女別に比較した。
 ※R2年度は実施していないため、令和2年度分のデータを除いた9年分のデータを用いた。

(例) 上体おこし

平成	小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
14	16.7	18.5	20.0	22.1	25.4	26.6	26.9	28.6	29.7
15	16.4	18.4	20.4	22.8	26.7	27.7	27.9	30.4	30.7
16	17.0	19.1	20.7	22.4	25.3	26.9	28.2	30.9	31.5
17	16.6	18.9	20.8	22.7	26.4	27.7	29.1	31.3	32.2
18	16.9	19.0	20.9	22.6	26.8	28.6	28.4	31.6	32.2
19	17.0	19.2	21.2	22.9	27.1	29.1	29.6	31.3	33.0
20	17.6	19.4	21.4	23.2	27.2	29.6	29.8	32.6	33.0
21	17.3	19.6	21.6	23.7	27.4	29.3	29.9	31.9	33.3
22	17.4	19.4	21.4	23.8	28.0	29.8	29.6	32.6	33.6
23	17.6	19.7	21.7	23.7	27.8	30.3	29.8	31.9	33.5
24	17.8	20.1	22.1	24.0	28.2	30.4	30.1	32.9	33.4
25	17.8	20.1	22.2	24.3	28.3	30.5	29.9	32.7	33.9
26	17.8	20.3	22.4	24.2	28.2	30.4	29.9	32.3	33.6
27	17.9	20.3	22.5	24.1	28.2	30.5	29.4	31.8	33.1
28	18.3	20.4	22.6	24.0	28.2	30.2	29.7	31.5	32.9
29	18.6	20.9	22.6	24.0	28.1	30.1	29.5	31.7	32.6
30	18.6	20.8	22.8	23.8	28.0	30.0	29.1	31.5	32.5
R1	18.2	20.7	22.5	23.8	27.1	29.5	28.9	31.0	32.4
R2	COVID-19の影響により中止								
R3	17.6	19.6	21.4	23.0	26.6	28.6	27.3	29.6	31.0
R4	17.7	19.6	21.4	22.6	26.3	28.6	27.6	29.2	30.6

「本県の令和4年度」の平均値と「本県の過去10年間」の平均値の比較表

体格及び体力・運動能力について、令和4年度と過去10年平均を比較した結果は以下のとおりである。

男子	体力・運動能力において、すべての学年で過去10年平均を上回った種目は、小学校の「長座体前屈」、中学校の「長座体前屈」「立ち幅とび」であった。すべての学年で過去10年平均を下回った種目は、小学校では「長座体前屈」「立ち幅とび」を除くすべての種目、中学校では「上体起こし」「持久走」「20mシャトルラン」「ボール投げ」、高等学校ではすべての種目であった。
----	---

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	▲数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長	○	○	○	○	○	○	○	▲	○	8	1
	体重	○	○	○	○	○	○	▲	▲	▲	6	3
	○数	2	2	2	2	2	2	1	0	1	14	
	▲数	0	0	0	0	0	0	1	2	1		4
体力・運動能力	握力	▲	▲	▲	○	○	▲	▲	▲	▲	2	7
	上体起こし	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	長座体前屈	○	○	○	○	○	○	▲	▲	▲	6	3
	反復横とび	▲	▲	▲	▲	▲	○	▲	▲	▲	1	8
	持久走	△	△	△	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	6
	20mシャトルラン	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	50m走	▲	▲	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	0	8
	立ち幅とび	○	▲	○	○	○	○	▲	▲	▲	5	4
	ボール投げ	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	○数	2	1	2	3	3	3	0	0	0	14	
	▲数	6	7	6	6	6	5	9	9	9		63

女子	体力・運動能力において、すべての学年で過去10年平均を上回った種目は、小学校では「長座体前屈」「立ち幅とび」、中学校・高等学校では「長座体前屈」であった。すべての学年で過去10年平均を下回った種目は、小学校では「長座体前屈」「立ち幅とび」を除くすべての種目、中学校では「長座体前屈」「反復横とび」を除くすべての種目、高等学校では「長座体前屈」「反復横とび」「立ち幅とび」を除くすべての種目であった。
----	---

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	▲数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長	○	○	○	○	○	○	○	○	○	9	0
	体重	○	○	○	○	○	▲	▲	▲	▲	5	4
	○数	2	2	2	2	2	1	1	1	1	14	
	▲数	0	0	0	0	0	1	1	1	1		4
体力・運動能力	握力	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	上体起こし	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	長座体前屈	○	○	○	○	○	○	○	○	○	9	0
	反復横とび	▲	▲	▲	▲	▲	-	▲	▲	○	1	7
	持久走	△	△	△	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	6
	20mシャトルラン	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	50m走	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	立ち幅とび	○	○	○	▲	▲	▲	○	▲	○	5	4
	ボール投げ	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	○数	2	2	2	1	1	1	2	1	3	15	
	▲数	6	6	6	8	8	7	7	8	6		62

- (注) 1. ○：R4年が上回っている。 ▲：R4年が下回っている。 -：R4年と過去10年平均が同じ。
 2. △は、当該学年にない項目。
 3. 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

7 本県令和4年度の小6、中3、高3の2年間(1年前、現在)での平均値変化

※R2年度はCOVID-19の影響により中止したため、2年前の比較は行わなかった。

小・中・高において、各種目の伸びを分析するため、対象を継続的に調査する『縦断調査』を行った。

縦断調査の方法

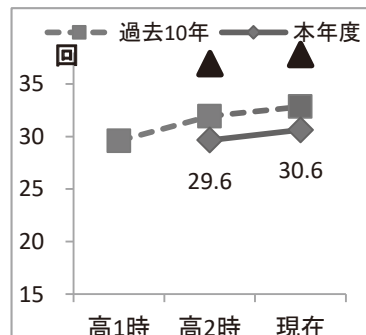
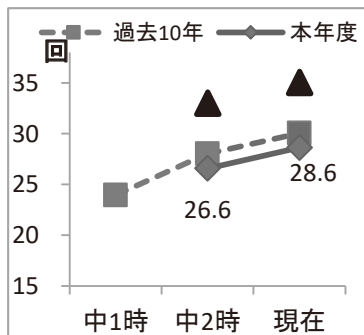
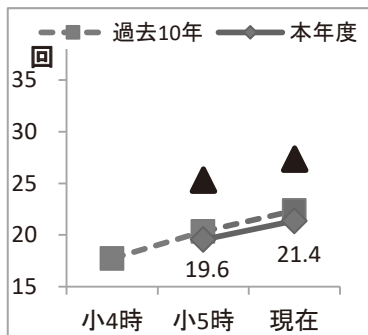
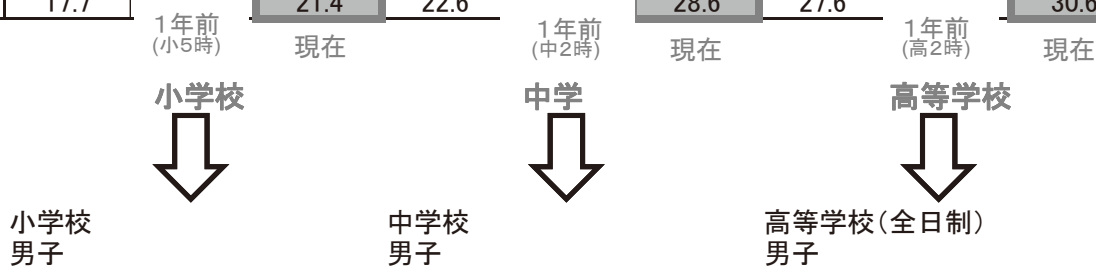
現在の小6、中3、高3を各校種の代表データとして、それぞれ『現在』と『1年前』のデータを参照し、2年間の値の変化を調べた。

また、『現在』に対しては平成23年～令和3年までの値の平均、『1年前』に対しては平成22年～令和3年までの値の平均を、過去10年平均データとし、2年間の値の変化を比較した。

(例) 上体おこし

平成	小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
15	16.4	18.4	20.4	22.8	26.7	27.7	27.9	30.4	30.7
16	17.0	19.1	20.7	22.4	25.3	26.9	28.2	30.9	31.5
17	16.6	18.9	20.8	22.7	26.4	27.7	29.1	31.3	32.2
18	16.9	19.0	20.9	22.6	26.8	28.6	28.4	31.6	32.2
19	17.0	19.2	21.2	22.9	27.1	29.1	29.6	31.3	33.0
20	17.6	19.4	21.4	23.2	27.2	29.6	29.8	32.6	33.0
21	17.3	19.6	21.6	23.7	27.4	29.3	29.9	31.9	33.3
22	17.4	19.4	21.4	23.8	28.0	29.8	29.6	32.6	33.6
23	17.6	19.7	21.7	23.7	27.8	30.3	29.8	31.9	33.5
24	17.8	20.1	22.1	24.0	28.2	30.4	30.1	32.9	33.4
25	17.8	20.1	22.2	24.3	28.3	30.5	29.9	32.7	33.9
26	17.8	20.3	22.4	24.2	28.2	30.4	29.9	32.3	33.6
27	17.9	20.3	22.5	24.1	28.2	30.5	29.4	31.8	33.1
28	18.3	20.4	22.6	24.0	28.2	30.2	29.7	31.5	32.9
29	18.6	20.9	22.6	24.0	28.1	30.1	29.5	31.7	32.6
30	18.6	20.8	22.8	23.8	28.0	30.0	29.1	31.5	32.5
R1	18.2	20.7	22.5	23.8	27.1	29.5	28.9	31.0	32.4
R2									
R3	17.6	19.6	21.4	23.0	26.6	28.6	27.3	29.6	31.0
R4	17.7		21.4	22.6		28.6	27.6		30.6

COVID-19の影響により中止

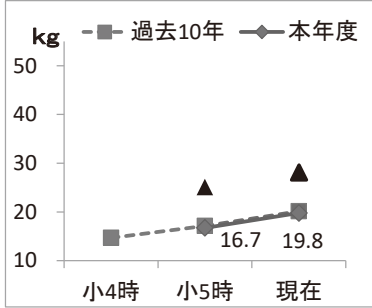


現在の小6、中3、高3が過去10年平均よりも上回っていれば○、下回っていれば▲、同じであれば- をそれぞれ記載している。

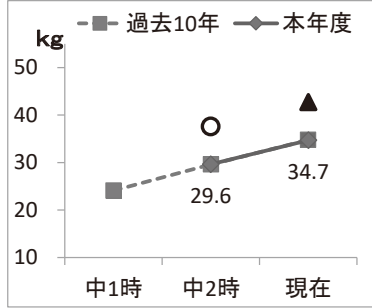
本県令和4年度の小6、中3、高3の2年間(1年前、現在)での平均値変化のグラフ

【 握力 】

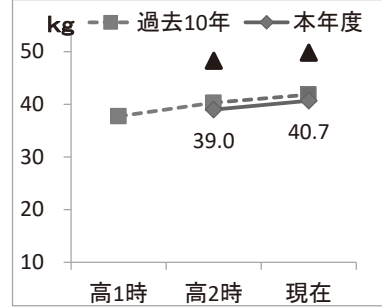
小学校
男子



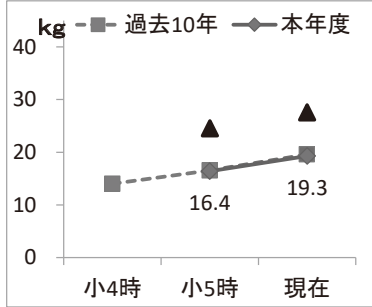
中学校
男子



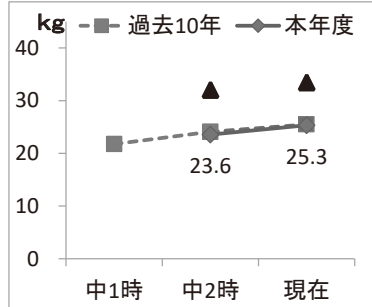
高等学校(全日制)
男子



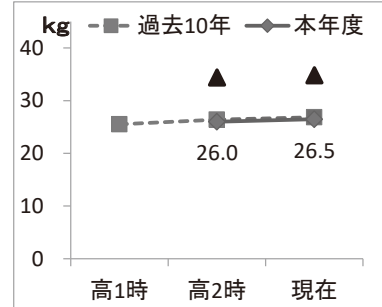
小学校
女子



中学校
女子



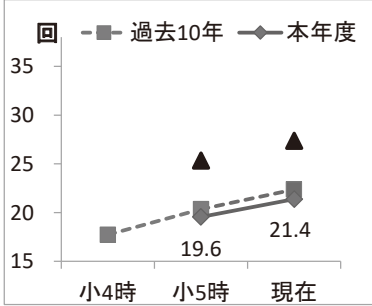
高等学校(全日制)
女子



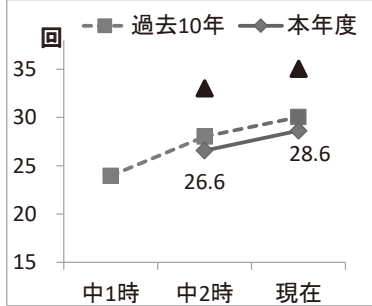
・握力は、過去10年平均と比較し、中学校男子のみが1年前時において高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 上体おこし 】

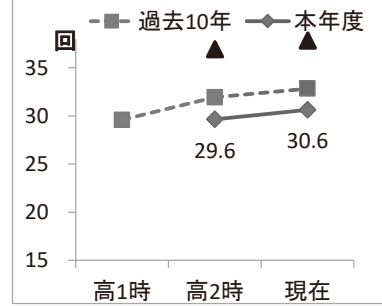
小学校
男子



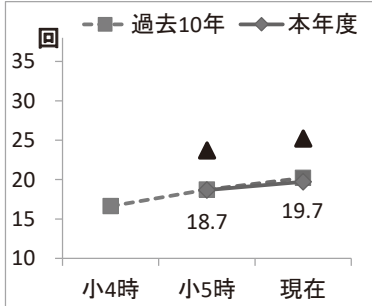
中学校
男子



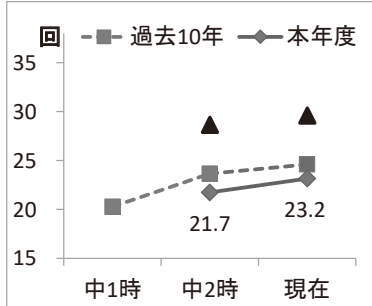
高等学校(全日制)
男子



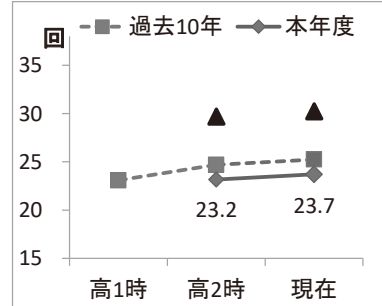
小学校
女子



中学校
女子



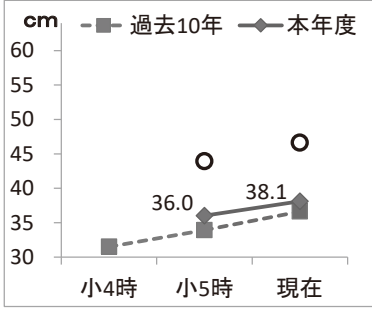
高等学校(全日制)
女子



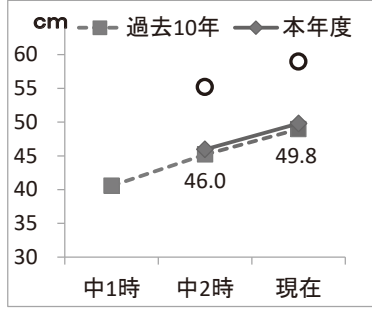
・上体おこしは、過去10年平均と比較し、すべての校種・性別で低く推移している。

【 長座体前屈 】

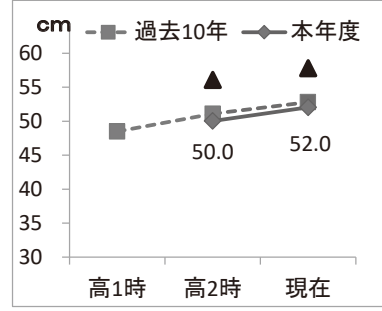
小学校
男子



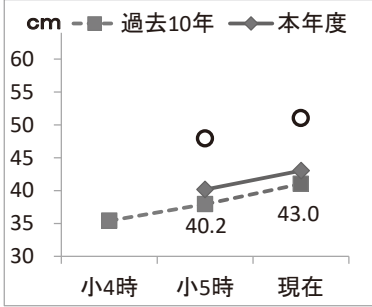
中学校
男子



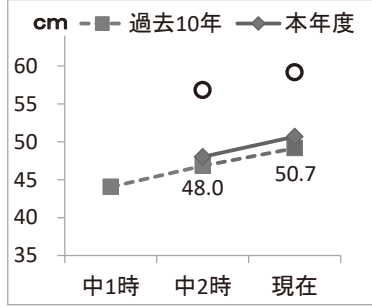
高等学校(全日制)
男子



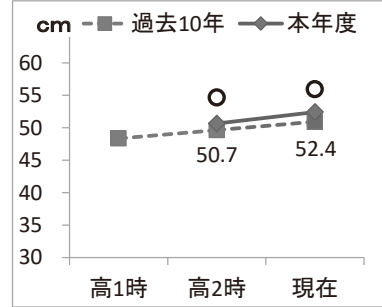
小学校
女子



中学校
女子



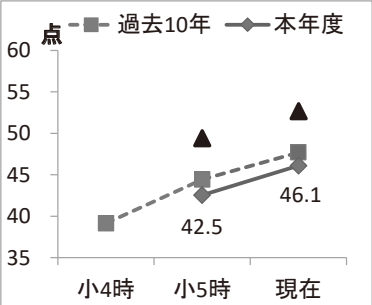
高等学校(全日制)
女子



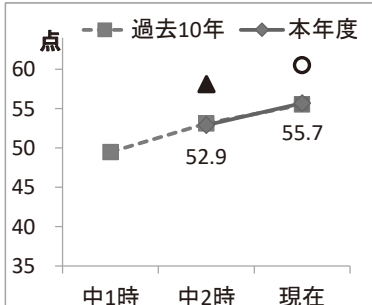
・長座体前屈は、過去10年平均と比較し、高等学校男子以外は、過去10年平均と比べて高く推移している。この傾向は令和3年度と同様である。

【 反復横とび 】

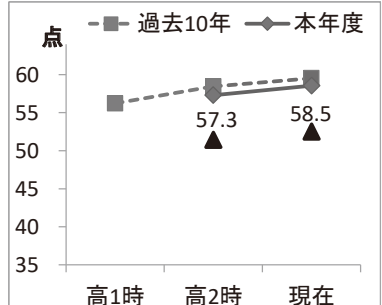
小学校
男子



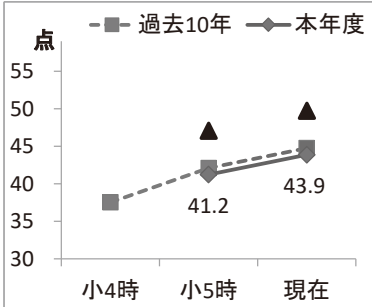
中学校
男子



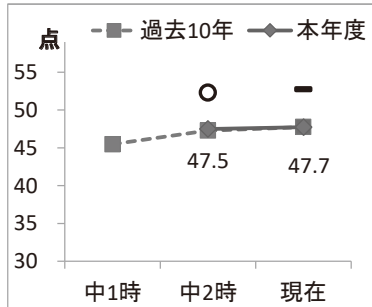
高等学校(全日制)
男子



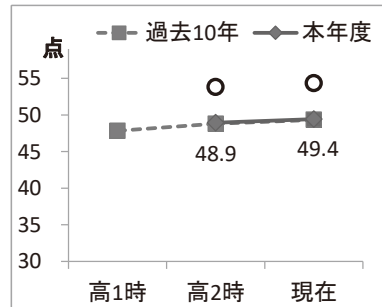
小学校
女子



中学校
女子



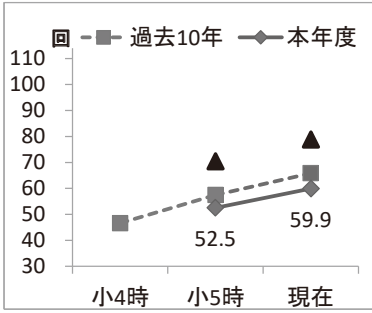
高等学校(全日制)
女子



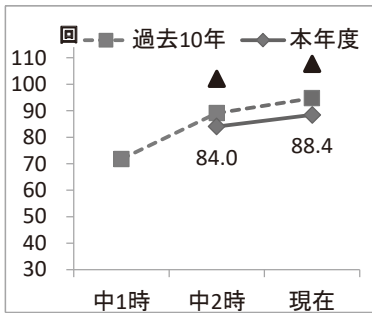
・反復横とびは、過去10年平均と比較し、小学校男子、高等学校男子、小学校女子は低く推移している。高等学校女子では高く推移している。

【 20mシャトルラン 】

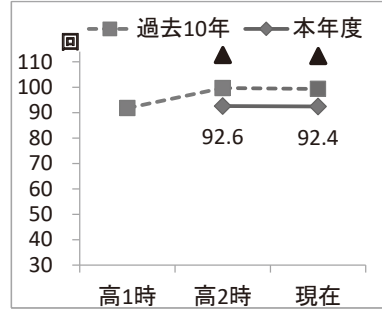
小学校
男子



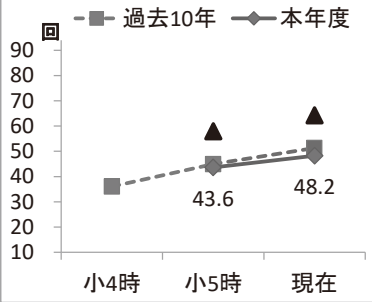
中学校
男子



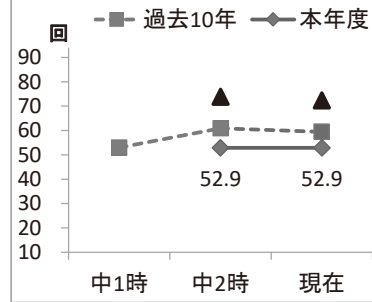
高等学校(全日制)
男子



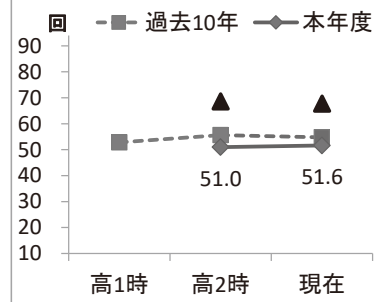
小学校
女子



中学校
女子



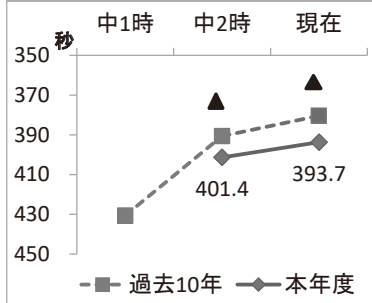
高等学校(全日制)
女子



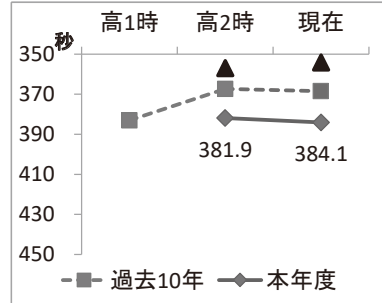
・20mシャトルランは、過去10年平均と比較し、すべての校種・性別で低く推移している。

【 持久走 】

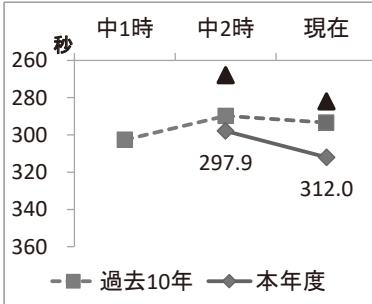
中学校
男子



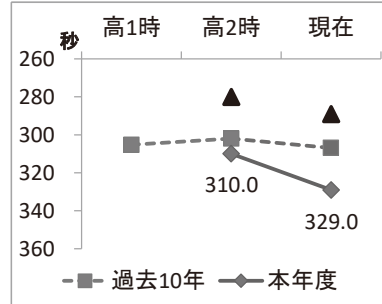
高等学校(全日制)
男子



中学校
女子



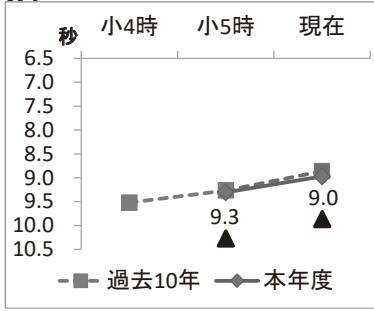
高等学校(全日制)
女子



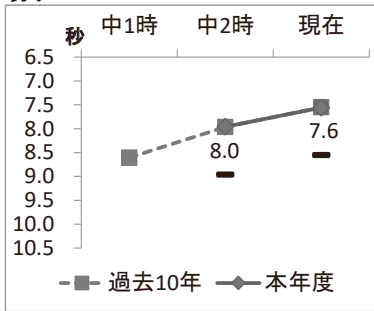
・持久走は、過去10年平均と比較し、すべての校種・性別で低く推移している。

【 50m走 】

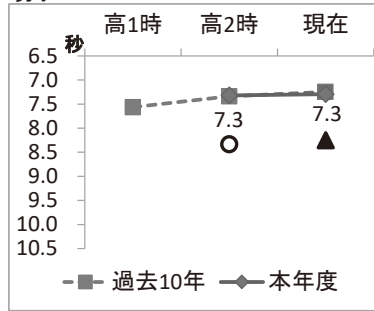
小学校
男子



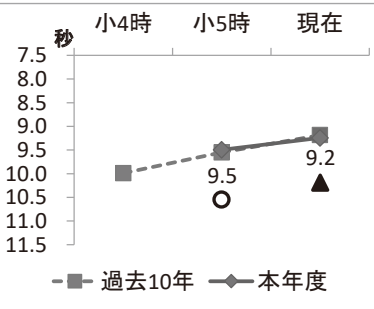
中学校
男子



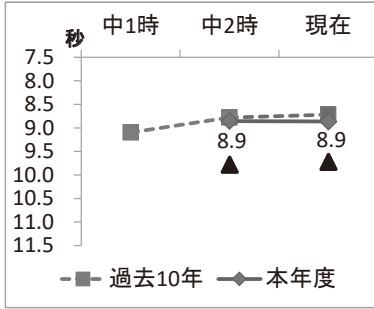
高等学校(全日制)
男子



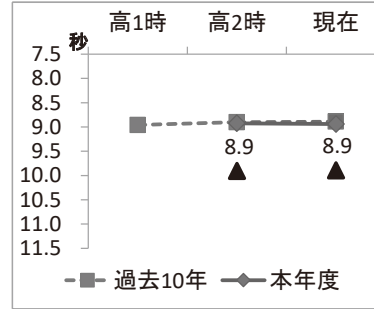
小学校
女子



中学校
女子



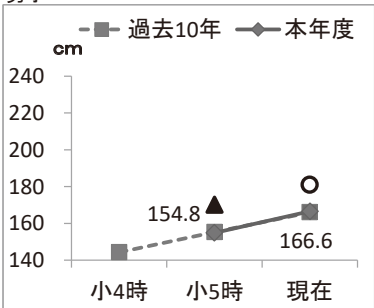
高等学校(全日制)
女子



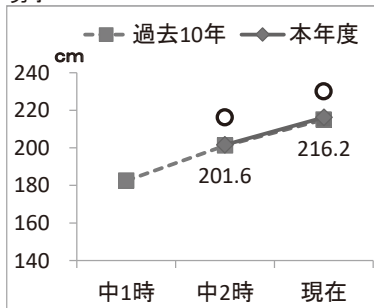
・50m走は、過去10年平均と比較し、高等学校男子および小学校女子の1年前は高く推移しており、中学校男子では変化なし、他の校種・性別では低く推移している。

【 立ち幅とび 】

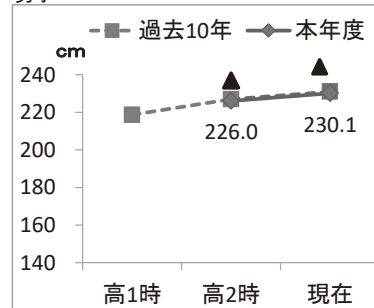
小学校
男子



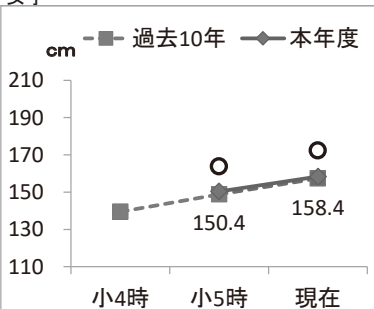
中学校
男子



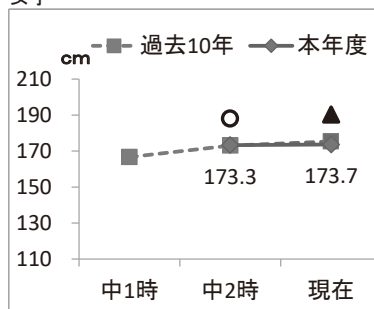
高等学校(全日制)
男子



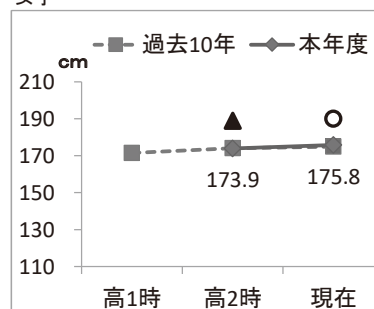
小学校
女子



中学校
女子

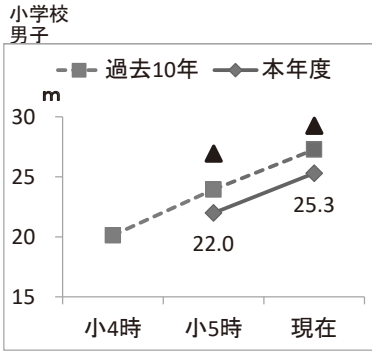


高等学校(全日制)
女子

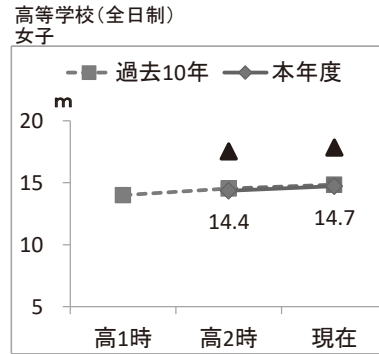
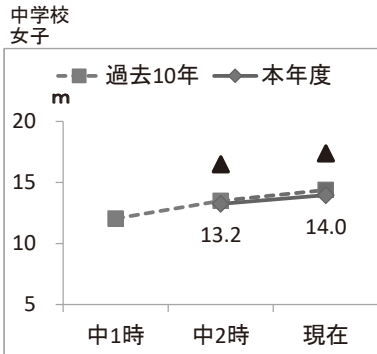
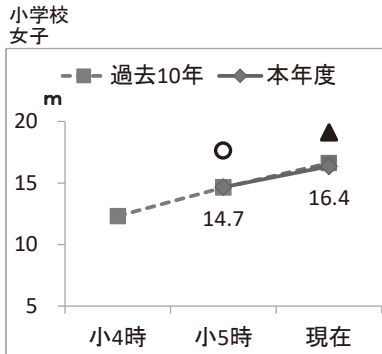
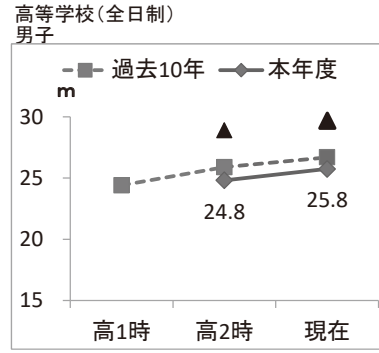
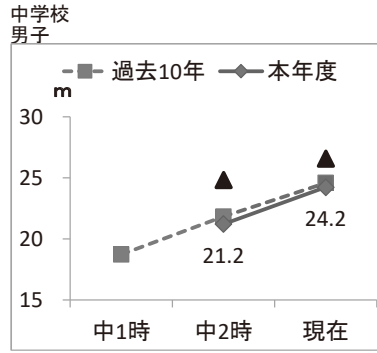


・立ち幅とびは、小学校女子および中学校の男子において1年前時、現在ともに高く推移している。高等学校女子において現在は過去10年平均を上回っている。

【 ソフトボール投げ 小学生 】



【 ハンドボール投げ 中・高等学校生 】



・ボール投げは、小学校女子において1年前時は過去10年平均と比較して高く推移している。その他はすべて低く推移している傾向にあり、特に小学校男子では過去10年平均との差が大きい。

縦断調査の結果を一覧にまとめると、以下の通りである

男子

	小学校			中学校			高校		
	小4時 (2年前)	小5時 (1年前)	小6 (現在)	中1時 (2年前)	中2時 (1年前)	中3 (現在)	高1時 (2年前)	高2時 (1年前)	高3 (現在)
握力(kg)	/	▲	▲	/	○	▲	/	▲	▲
上体起こし(回)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
長座体前屈(cm)	/	○	○	/	○	○	/	▲	▲
反復横とび(点)	/	▲	▲	/	▲	○	/	▲	▲
シャトルラン(回)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
持久走(秒)	/	/	/	/	▲	▲	/	▲	▲
50m走(秒)	/	▲	▲	/	-	-	/	○	▲
立ち幅とび(cm)	/	▲	○	/	○	○	/	▲	▲
ボール投げ(m)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲

女子

	小学校			中学校			高校		
	小4時 (2年前)	小5時 (1年前)	小6 (現在)	中1時 (2年前)	中2時 (1年前)	中3 (現在)	高1時 (2年前)	高2時 (1年前)	高3 (現在)
握力(kg)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
上体起こし(回)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
長座体前屈(cm)	/	○	○	/	○	○	/	○	○
反復横とび(点)	/	▲	▲	/	○	-	/	○	○
シャトルラン(回)	/	▲	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
持久走(秒)	/	/	/	/	▲	▲	/	▲	▲
50m走(秒)	/	○	▲	/	▲	▲	/	▲	▲
立ち幅とび(cm)	/	○	○	/	○	▲	/	▲	○
ボール投げ(m)	/	○	▲	/	▲	▲	/	▲	▲

8 運動・スポーツ実施頻度の年次推移(平成19年度～令和4年度)

運動・スポーツを週3日以上実施する割合は、中学校の男女および高等学校の男子において高い割合で維持しており、運動部への積極的な参加をうかがうことができる。しかし、中学校男子においては平成28年をピークに実施率の減少が続いている。

いずれの校種も女子の割合が男子に比べて低い状況は変わらず続いている。今後も女子が積極的に運動に取り組める環境づくりが必要である。

また、高等学校では運動実施率が中学校と比較して男女共に大きく下がる傾向にある。したがって、運動系部活動に入部していない高校生を対象とした定期的な運動機会の提供などによる、高等学校進学に伴う運動離れの回避にも取り組む必要がある。「運動・スポーツの実施状況と体力合計点との関連」からも分かるように、運動能力の向上・維持のためには運動・スポーツの実施頻度や実施時間を改善する必要がある。

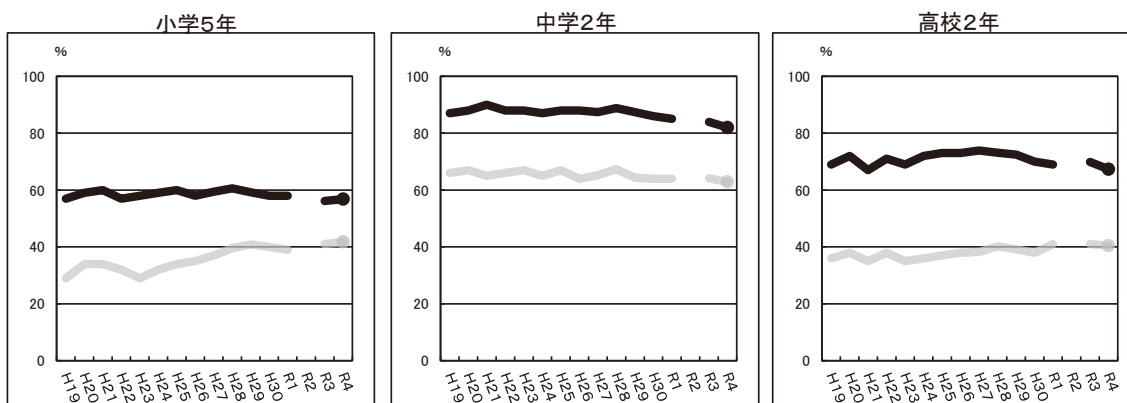
【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】

(単位:%)

		H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
小5	男子	57	59	60	57	58	59	60	58	59	61	59	58	58	中止	56	57
	女子	29	34	34	32	29	32	34	35	37	40	41	40	39		41	42
中2	男子	87	88	90	88	88	87	88	88	87	89	87	86	85		84	82
	女子	66	67	65	66	67	65	67	64	65	67	64	64	64		64	63
高2	男子	69	72	67	71	69	72	73	73	74	73	73	70	69		70	67
	女子	36	38	35	38	35	36	37	38	38	40	39	38	41		41	40

※数値は、小数第一位を四捨五入。

男子 ——— 女子 ———



9 調査結果のまとめ

令和4年度調査結果のまとめ

① 「上体起こし」「持久走」「20m シャトルラン」「50m走」「ボール投げ」は低下傾向。高等学校男子は全ての体力・運動能力において低下傾向。

本県の過去10年平均と比較することにより、現在の本県の子どもの体力レベルについて検討した。その結果、男子では「上体起こし」「持久走」「20m シャトルラン」「ボール投げ」において、女子では「握力」「上体起こし」「持久走」「20m シャトルラン」「50m走」「ボール投げ」においてすべての校種、学年で過去10年平均を下回っていた。さらに、男子では「握力」「反復横とび」「50m走」、女子では「反復横とび」において多くの学年で過去10年平均を下回っていた。一方で「長座体前屈」においては、男子では小学校、中学校のすべての学年、女子では全ての校種、学年で過去10年平均を上回り、「立ち幅とび」においては、男子では小学校、中学校、女子では小学校・高等学校の多くの学年で過去10年平均を上回っていた（p25）。過去10年平均よりも下回った項目は、昨年度に比べて多く、COVID-19流行による生活様式の変化が影響していることが考えられる。

② 体力向上のペースが鈍化している可能性が考えられる。

縦断調査において、COVID-19の影響により一昨年度分のデータが欠損しているため、現在と1年前のデータのみ比較を行った。現在小学6年生女子の「50m走」「ボール投げ」、現在中学3年生男子の「握力」、女子の「立ち幅とび」、現在高校3年生男子「50m走」において、1年前は過去10年の平均を上回っていたが、本年度においては下回った。一方で、現在小学6年生男子の「立ち幅とび」、現在中学3年生男子の「反復横とび」、現在高校3年生女子の「立ち幅とび」において、1年前は過去10年の平均を下回っていたが、本年度においては上回った。しかし、全体的に下回っている項目が多く、COVID-19流行による生活様式の変化が、体力向上のペースにも影響していることが考えられる。

③ 男子生徒の運動・スポーツ実施頻度が減少傾向、女子生徒は依然として男子生徒を下回る

運動・スポーツ実施頻度に着目すると、週3日以上運動・スポーツをする割合は男子において減少傾向にあり、特に、中学校、高等学校では過去10年の平均と比べると約5%減少している。女子においては中学校では減少しているものの、小学校、高等学校では増加傾向にあった（p32）。高等学校男子、中学校女子において、体力・運動能力の低下が顕著であったことは、運動・スポーツの実施頻度の減少が背景にあるのではないかと考えられる。また、女子において、小学校、高等学校では運動・スポーツ実施頻度は増加傾向にはあるが、依然として男子生徒を下回っている。女子生徒の運動の機会を確保していくことも課題であると思われる。

10 体育の授業充実及び児童の体力向上に向けた取組

令和4年度「体育の授業充実・体力向上アクションプラン」実施要項

「令和4年度令和の日本型学校体育構築支援事業」(スポーツ庁委託事業)

1 事業目的

児童の体力の向上に向けて、個に応じた指導やスモールステップの課題設定等、運動が苦手な児童も楽しさや喜びを味わうことのできる授業や活動についての実践研究を行い、主体的に運動に取り組む児童や、「体育の授業が楽しい」、「運動やスポーツが好き」と感じる児童を増やすとともに、結果としてバランスのとれた体力の向上を図る。

2 体力向上推進モデル校及び外部指導者

内容	体力向上推進モデル校	外部指導者
主に陸上運動系	輪島市立河井小学校	金沢星稜大学・大森教授
	野々市市立野々市小学校	石川県立大学・宮口教授
	小松市立矢田野小学校	(公財)北陸体力科学研究所

3 事業日程

時期	(1) 授業充実・ 体力向上プラン 実践研究会	(2) 授業充実・ 体力向上プラン 検討委員会	(3) その他
6月28日		第1回	体力・運動能力等調査①
1学期中	第1回		
9月～ 11月中旬	第2回～ 第5回		
実践研究会終了後			体力・運動能力等調査②
1月中旬		第2回	
2月16日			体力アップ研究協議会

(1) 実践研究会について (年間5回)

- ・各校5回の外部指導者による直接指導を行う。
- ・1回につき1単位時間の指導とする。
- ・対象学級または学年は、モデル校・外部指導者と相談の上決定する。

(2) 検討委員会について (年間2回)

- ・外部指導者、モデル校担当者、県学体研、教育事務所、市町教委、県教委で組織する。
- ・県庁を会場に、約2時間の会議を開催する予定。
第1回：事業内容・取組の見通しの確認、実践研究会についての打合せ等
第2回：今年度の実践の成果の共有及び検証、事業成果物の内容検討等

(3) その他

- ①各モデル校が行う体力・運動能力調査及び生活・意識調査について
 - ・年間2回の調査を実施 (※2回目は、5回の実践研究会終了後に調査する。)
 - ・2回目の体力・運動能力調査、生活・意識調査は、指定の種目・項目について測定 (1回目調査は、県独自の体力・運動能力調査を活用する。)
- ②報告書及び実践発表について
 - ・実践研究会記録 (5回) 及び事業報告書 (12月頃) の提出
 - ・「いしかわっ子体力アップ研究協議会」での実践発表 (1校)

【体力向上推進モデル校の取組①】

走跳投の向上に向けた 継続的な取組について

学校名 輪島市立河井小学校
学校規模 13学級 303名（男子 160名 女子 143名）
学校電話番号 0768-22-0836
学校メールアドレス kaies202@po.city.wajima.ishikawa.jp

Plan

◆年度当初の本校児童の実態について

5月の体力テストにおいて、本校の5年男子・女子共に県平均を下回っていた種目が多くあり、体力の低下が顕著であることが明らかになった。運動が好きな児童が多く、スポーツクラブに所属している児童も多いが、コロナ禍による運動する機会の減少や、休み時間に運動をして遊ぶ児童が減少していることが原因として考えられる。

Do

◆実践研究の概要

- 第1回：ジャンプ力向上に向けての姿勢とスプリントドリル（対象：5年生）
- 第2回：ジャンプ力向上に向けてのラダードリルとミニハードルでの踏切ドリル（対象：5年生）
- 第3回：投力向上に向けてのスローイングドリル（対象：5年生）
- 第4回：スプリント力・アジリティの向上に向けてのミニハードルドリル（対象：5年生）
- 第5回：運動能力（スプリント、投力、リバウンドジャンプ）及び姿勢制御の調査（対象：5年生）

大森先生から、正しい姿勢をとることで運動面の向上のみならず、心を安定させるという話があった。科学的根拠を基にした脳・筋肉・体の関係性についてのお話は、児童が姿勢に対する意識を高めることにつながった。

スローイングドリルでは、動きに制限をかけて気を付けるポイントに集中させたり目線を意識させたりすることで、動きが洗練され、投力向上につながった。

ラダードリルやミニハードル等の走力向上に向けた活動では、大学生のお手本を参考に試行錯誤しながら練習に取り組むことができた。

能力測定では、スピードガンで走スピードやボールスピードを測定した。タイムや距離ではなく、スピードという視点で自分を知ることができ、大変興味をもって意欲的に取り組んでいた。



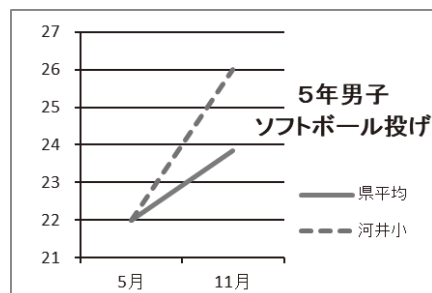
Check・Action

◆体育の授業充実の視点から

活動がどのような力につながるのかについて児童の理解を基に取り組むことで、児童は、目的をもって活動することができ、体力を向上させる意識の高まりにつながった。また、段階的に活動内容や声掛けを変えることで、実際に記録が伸びていくことを児童に実感させることができ、大変参考になった。ハードルドリルやラダードリル等で未体験の動きを行うときには、動きを言葉（タッタッタ等）で表現し、イメージをつかませることが有効だと感じた。今年度の実践で取り組んだ姿勢の意識やラダードリル、ハードルドリル、スローイングドリル等を次年度も続けていきたい。

◆体力向上の視点から

投力において顕著に向上が見られた。本校5年男子の11月の平均値は5月と比べて4m上昇した。また、11月の県平均値と比べると、2.16m上回った。実践を通して、児童の投げるフォームに改善が見られたからだと考えられる。



【体力向上推進モデル校の取組②】

「遊び感覚」で養う体力向上の具体的な取組について

学校名 野々市市立野々市小学校
学校規模 33学級 971名（男子 497名 女子 474名）
学校電話番号 076-248-0084
学校メール <https://cms1.ishikawa-c.ed.jp/nonoie/>

Plan

◆年度当初の本校児童の実態について

2021年度の体力テストの結果から、本校では、「力強さ」「すばやさ」「ねばり強さ」「タイミングの良さ」など、様々な運動特性をバランスよく向上させる必要があると考える。

本校は児童数が県内で最も多く、児童に限られたスペースで体育科の授業や体を動かして遊んでいることから、運動の質や量、意欲的に運動に取り組める授業と環境作りが課題である。

Do

◆実践研究の概要

- 第1回：全身持久力および跳躍力向上を目的とした、なわとびの授業（対象：5年生）
- 第2回：すべての運動の基礎である走力向上を目的とした、陸上運動の授業（対象：5年生）
- 第3回：未知のスピードに挑戦！チームでシャトルラン（対象：5年生）
- 第4回：投げて、投げて、投げて！遊びの中でフォームを覚えよう（対象：5年生）
- 第5回：ボールを取る「遊び」を通して瞬発力を鍛えよう（対象：5年生）

なわとび運動を工夫しよう「チャレンジなわとび move & stop」

これまで取り組んできた技だけでなく、腕に巻き付けたり足で止めたりするなど新たな動きに触れられ、児童は興味をもって運動に取り組むことができた。その際、簡単な技からスモールステップで行ったことで、苦手意識のある児童も楽しく参加でき、さらに動きに工夫を加える姿も見られた。



なわとびにはいろんな跳び方があるんだな。遊びながらどんどん工夫してみよう！
なわとびってかっこいい！



ぺったんこ遊び（投げる）

Check・Action

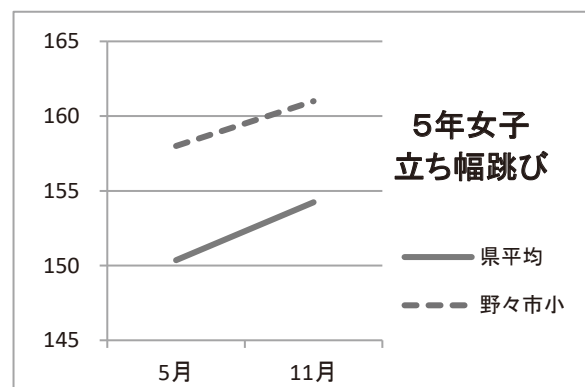
◆体育の授業充実の視点から

遊びの中での気づきが体力運動能力の向上につながることがわかった。遊びを行うときは、状況設定を丁寧に行うことが大切であるとわかった。活動自体はシンプルでも、教師側がねらいを絞って行うことで、必要な支援も見えきて、児童同士の教え合いも多く生まれることもわかった。

今後の授業に生かしたいことは、単元全体を見通して活動のねらいを設定することである。

◆体力向上の視点から

体力の向上は、一朝一夕ではなく、継続して運動を行うことが大切である。継続して運動を行うためには、「遊び」が大切になる。「遊び」は強制がない。そのために、体育の授業では、子どもたちに判断の余地を残し、発言を生かし切るような働きかけを行うことで、「遊び」を感じさせることができると考える。また、活動に変化を付けたり、アプローチの仕方を変えたりするなど、今後も工夫が必要である。



**走動作・跳動作の向上に向けた
取り組みについて**

小松市立矢田野小学校

13学級281名 男子(153名 女子128名)

0761-44-2593

e-yatano@kec.hakusan.ed.jp

①Plan：年度当初の本校児童の実態について

本校児童は、「体育の授業は楽しい」と解答する児童が多い。男子は100%、女子は92%の児童が「楽しい」「どちらかといえば楽しい」という肯定的な回答であった。体育の授業にも意欲的に取り組む児童が多い。

しかし、今年度実施の新体力テストでは、「50m走」「立ち幅跳び」の記録は、下記のような記録であった。

＜県平均（県の記録を50とする）との差

- ・5年男子：「50m走」→ ○+0.3 ・「立ち幅跳び」→ ▼-2.3
- ・5年女子：「50m走」→ ▼-0.4 ・「立ち幅跳び」→ ▼-3.7

この結果からも県平均を下回っているものが多い。また、1日の運動・スポーツの実施状況をみても、「60分未満」の児童が全体の3割程度を占めるなど、運動習慣が身に付いていない児童も多い。

②Do：実践研究の概要

- 第1回：走・跳動作の基本ポイントを理解し、実践できるようにする。(対象：5年生)
※夏季休業中に、第1回で学習したことを家庭で繰り返して実践する。(対象：5年生)
- 第2回：リズムカルに体を動かせるようにする。走・跳動作の基本ポイントを習得する。(対象：5年生)
- 第3回：運動遊びの中で、地面を蹴る間隔を養い、推進力を高める。(対象：5年生)
- 第4回：基本動作を確認し、スピードの出る走り、力強い跳躍を習得する。(対象：5年生)
- 第5回：動作のポイントを理解し、動きの中で習得する。(対象：5年生)

<児童が意欲的に取り組んでいた活動について>

①基本の跳動作の習得

まずは腕をつかわず（手を腰に当てて）にジャンプをし、上手く飛ばないことを児童に実感させた。その上で、基本の跳動作（①腕の挙上②腕を後方へ、膝・股関節を屈曲③腕を前方へ、膝・股関節を伸展させてジャンプ）を説明し、跳躍に取り組ませた。実践研究会を重ねていく中で、徐々に難易度を上げて取り組ませた。例えば、等間隔に並べたミニハードルを使用し連続でジャンプさせたり、昨年度の立ち幅跳びの平均記録をラインテープで示し、それを目標にして跳び越えさせたりした。

徐々に難易度が上がっていったが、児童は跳動作の基本を習得し、実践研究会を重ねるごとに跳動作の向上が見られた。



②基本の走動作の習得

まずは走動作の動き作りを中心に行った。基本的な走動作の習得のために、体育館のラインテープを前後にジャンプさせたり、ラダーを使って両足や片足でジャンプさせたりした。軽快な音楽に合わせてこれらの運動を行うことによって、児童は意欲的に取り組んでいた。

その後は、ミニハードル走や変形ダッシュに取り組む、基本的な走動作の習得を図った。また、普段掃除の時間に行っている「雑巾がけ」に取り組ませることにより、足のつま先で地面を蹴り上げる動作の習得を図った。児童は、普段行っている雑巾がけが、走動作の習得に効果的であることを知り、驚いた様子であった。

また、スタートダッシュを効果的に行うために、スタートした直後は前傾姿勢で走り始めることや、様々な姿勢から笛の音を聞いて瞬時に反応して走り出すことなどを行うことで、児童は「速く走るための動作」を少しずつ身に付けている様子が見られた。



③Check・Action（成果と今後に向けて）

◆体育授業充実の視点から

今年度、北陸体力科学研究所の方から基本的な走動作や跳動作の習得のための手立てを教えて頂いた。夏季休業中に校内研修を開き、教えて頂いたことを本校教職員に還元した。教職員の反応からは、「このような動きを低学年段階から行うことで、体力・運動能力の向上が期待できる」といった声が聞かれた。

今後は、「体力アップ1校1プラン」と連携させ、「矢田野MOVE」と称した授業の最初に行う運動を考案し、全校上げてその運動に取り組んでいきたいと考えている。また経年比較を行い、それらの運動が児童の体力・運動能力に効果的であったかの検証も図っていききたい。

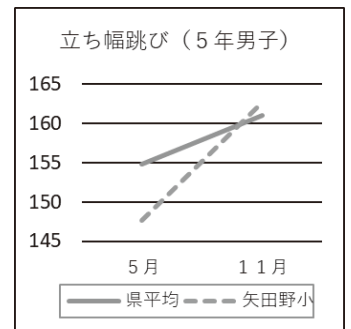
◆体力向上の視点から

5回の実践研究を終えて、2回目の新体力テスト（50m走・立ち幅跳び）の測定及び普段の体育授業に関するアンケートを実施した。

立ち幅跳びの結果に関しては、男女とも想定した県平均の数値を上回ることができた。男女ともに、5月の結果から15cm以上の大きな伸びが見られた。（11月は想定値）

5年男子	5月	11月	伸び
県平均	154.8	161.0	6.18
矢田野小	147.6	162.7	15.09

5年女子	5月	11月	伸び
県平均	150.4	154.2	3.9
矢田野小	139.2	154.7	15.5



みんなで運動して体力アップ!! 体育が楽しい!運動大好き!いしかわっ子!



体力はいろいろな運動を楽しみ、元気に生活するためにとても大切です。

子供の時期に運動習慣等を身に付けて、体力・運動能力を高めることは、生涯の体力・運動能力を保つことにつながります。

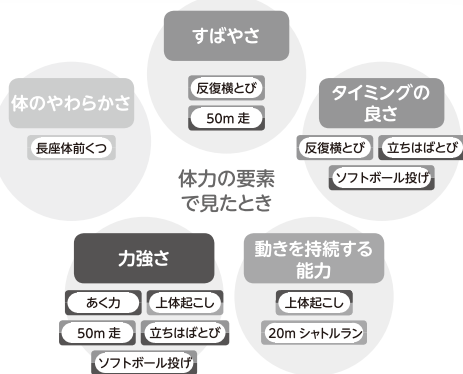
体育の授業での運動だけでなく、様々な場面で運動に親しみ、「体育が楽しい」「運動が好き」と感じるいしかわっ子を育てていきましょう。



💡 いしかわっ子の体力・運動能力は? (新体カテスト8種目と体力合計点)

	小5男子			小5女子		
	石川県平均	全国平均との比較	全国平均	石川県平均	全国平均との比較	全国平均
握力 (kg)	16.68	↑	16.21	16.39	↑	16.10
上体起こし (回)	19.45	↑	18.86	18.55	↑	17.97
長座体前屈 (cm)	36.01	↑	33.80	40.48	↑	38.20
反復横とび (回)	43.12	↑	40.37	41.57	↑	38.67
20mシャトルラン (回)	52.41	↑	45.93	43.50	↑	36.98
50m走 (秒)	9.44	↑	9.53	9.57	↑	9.70
立ち幅とび (cm)	154.20	↑	150.86	149.74	↑	144.59
ソフトボール投げ (m)	21.77	↑	20.31	14.40	↑	13.16
体力合計点 (点)	54.98	↑	52.29	57.53	↑	54.32

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より



令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 記録シートより

石川県の小学生の体力・運動能力は、全国と比較して優れています。しかし、子供の体力は全国的に低下の傾向が見られています。そのため、体育の授業や休み時間に、楽しく運動に取り組んでいくことはこれからも大切になります。

このリーフレットを参考にして、みんなで楽しくいろいろな運動に取り組みましょう。

監修：大森 重宜(金沢星稜大学 教授)
宮口 和義(石川県立大学 教授)
公益財団法人 北陸体力科学研究所

協力校：輪島市立河井小学校
野々市市立野々市小学校
小松市立矢田野小学校

石川県教育委員会保健体育課

TEL.076-225-1853 FAX.076-225-1854 代表メール：hokentaiiku@pref.ishikawa.lg.jp

スプリントカ、ジャンプカ、投力 アップのためのドリルに挑戦しよう!

🌀 スプリントカアップドリル (マーカー、ミニハードル)

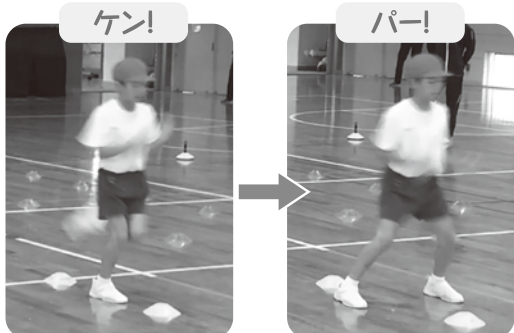


①ステップジャンプ (ケンパー)

上に大きく跳んで、マーカーを跳び越そう!

②スキップ両足着地

スキップではずむように片足で跳んで両足着地を繰り返して大きく進もう!



※「ケン」は左右交互になるように!
※うでをしっかりふって跳ぼう!

③ミニハードル走

- (1) インターバル1.5m (ハードル間1歩)
- (2) インターバル2.5m (ハードル間2歩)
- (3) インターバル3.5m (ハードル間3歩)



※手が顔の前にくるくらいまで、うでをしっかりふって走ろう!
※ハードル間を徐々に広げることで、ピッチを上げてスピードに乗って走ることにつながります。

🌀 ジャンプカアップドリル (ラダー)

①ラダー (両足ジャンプ)

②ラダー (片足ジャンプ)

高く大きくジャンプ!

※腕を使ったときと使わないときとで、跳ぶ感覚の違いはあるかな?

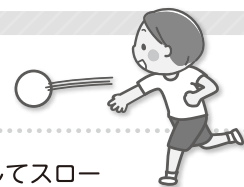


③バウンディング

片足ずつ大きくはずみながら、ラダーのマスを一ずつとばして進もう!



🌀 投力アップドリル (テニスボール)



①ひざをついてスロー



正面を向いて、ゲーツを投げるように耳の後ろから投げよう!

②半身の姿勢でスロー



半身にして投げる形を作ってから、カー杯投げよう!

③ステップしてスロー



ステップで勢いをつけてスロー! 地面をけて前に飛ばす力を加えよう!

💡 スプリントカ、ジャンプカ、投力の向上に向けたドリルはどれも、地面からの反発を使えるようにすることが大切です。地面からの反発を利用した走り方や跳び方、投げ方を身に付けていきましょう。

教材・教具の工夫で、楽しみながら「投げる・捕る」力を向上させよう!

🌀 投げる力の向上につながる、用具を使った運動(遊び)

■ 紙飛行機



紙飛行機を飛ばす時も「投げる」動きが必要です。作り方は各自でよく飛ぶように工夫しよう。

【参考】紙飛行機の作り方(宮口教授)
<https://www.youtube.com/watch?v=wQgBLTD28xM>

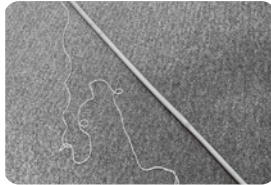


よく飛ばすための、飛行機のリリースポイントや力の入れ方を探りながら投げよう。



どの運動についても「肘を高く上げる」ことが共通して大切です。遊びの中でスムーズに投げられるリリースポイントや力を入れるタイミングなどを見付けていきましょう。

■ ムチ



50cm程度の棒に、タコ糸(1m程度)をつけるだけで簡単に作成できます。



手首を使って素早くふると、「ピシッ」と音が鳴るよ。

■ バトンスロー



体育館の2階の手すりにロープをつなぎ、そのロープにバトンを通して完成。ロープがピンと伸びるように、もう一方の端は安全に固定できる用具に結ぶか、友だちに持ってもらおう。



2階に届くように、カー杯スロー!

🌀 「投げる・捕る」動きを使ったゲーム

■ ボールを捕る運動遊び

テニスボールを使った運動遊び

1人で

ボールを真上に上げて・・・

- ①手をたたいてキャッチ(1回→2回→3回)
- ②体の前後で手をたたいてキャッチ

2人で

- ①バウンドで入れ替わり
- ②バウンドキャッチ



🧠 ペアの子が落としたボールをワンバウンドでキャッチできるように素早く動こう!

■ フラフープバウンドゲーム

ゲームのルール

- ・2人对2人で対戦する。
- ・フラフープの中でバウンドさせたボールを落とさずにキャッチする。
- ・ボールをバウンドさせたチームと違うチームがキャッチする。



🧠 相手チームにキャッチされないように工夫して投げよう! 守るチームはボールがどこに来るか考えて守ろう!



走動作・跳動作の基本ポイントを 確かめて、動きを高めよう!



走動作の基本を身に付ける運動

ミニハードル走

腕を前後に大きくふってハードル間を駆け抜けよう。
背中、腰が曲がらないように気を付けよう。

※ミニハードルを置くことで、スタート後のストライドを広めることができます。



ぞうきんがけダッシュリレー



そうじの時間におなじみのぞうきんがけです。床にひざをつけないようにして、つま先で地面をけて進もう!

※ぞうきんがけも、つま先(足の指)で地面をける力を育むのに効果的です。



繰り返し挑戦することが大切です。体の動かし方が分かってくると、走る力のレベルアップにつながります。



跳動作の基本を身に付ける運動

回転ジャンプ

腕を後ろから素早くふって上に向かってジャンプ!はじめは横向き(90°回転)、次に後ろ(180°回転)、できる人は1回転に挑戦してみよう!

回るだけでなく、高く跳ぶことも意識しましょう。



1・2・3のリズムでジャンプ!

連続ジャンプ



スタートのラインから目標地点まで、何回のジャンプでたどり着けるか挑戦しよう!



腕を素早く振り上げたときに合わせて跳ぶと、勢いよく跳び出せます。

◆ 切りかえステップ (回数の目安: 20秒)



- ①線の後ろに両足をそろえて立つ
 - ②線をまたぎ片足をつく
 - ③反対側の足も線をまたぐ
 - ④片足を線の後ろについてから、反対側の足も後ろにつく
- ①～④の動きを繰り返し行う

ポイント ・できる限り早く行う ・背中が曲がらないように
・なれてきたら前を向いて行う

◆ 立ち幅とび (回数の目安: 5回)



- ①うでのふり上げ
バンザイ(耳の横にうで)するように、両うでをしっかり引き上げる
- ②しゃがみ込み
うでを後ろにひいて、ひざを曲げしゃがみ込む
- ③とびあがる
うでをすばやく引き上げて、曲げたひざを伸ばして前へジャンプ

ポイント ・なれてきたら②→③の動きをすばやく行う



◆ もも上げウォーク (回数の目安: 20歩)



- ①片方のひざの高さを地面と平行、またはそれよりも高く上げる
 - ②上げていた足をおろし、反対の足を上げる
 - ③反対側のひざも地面と平行またはそれよりも高く上げる
- ①～③の動きをくり返し行う

ポイント ・足から頭まで真っすぐにする
・上げていたひざは閉じ、つま先を前へ向ける
・なれてきたら空中で足を切りかえるように行う

ちょっとした時間でできる簡単な運動です。
家族と一緒に挑戦してみよう!

家庭で取り組んだ運動

11 体力向上に向けて学校が取り組む視点

『運動好きな子ども』を育てるために、体力に対する児童生徒一人一人の関心・意欲を高め、運動習慣が身に付くような取組が必要である。そのためには、各学校で毎年実施している体力テストのデータを分析し、学校全体で実態を把握した上で次に示す「取組の視点」を参考にして、学校教育全体を通して体力向上について取り組むことが重要である。

(1) 教科体育・保健体育における学習指導の充実を図る

- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するために、運動の楽しさや喜びを味わわせ、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決することができるように学習指導の充実を図る。
- ・「体づくり運動」、「体育理論」、「体育に関する知識」において、運動や体力への関心を高め理解させることで、意欲的・主体的に取り組むことができるようにする。
- ・体力の向上及び心身の健康の保持増進に関する内容を体育と保健を関連させて適切に指導できるよう、年間指導計画・単元計画・学習内容の改善を図る。
- ・実技研修等の校内研修会を開催し、指導力の向上を図る。

(2) 教育活動全体を通じた体力向上の取組を推進する →

★体力アップ1校1プランの取組

- ・「体育・健康に関する指導」を関連の教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、休み時間、放課後、運動部活動の学校教育活動全体を通して、適切に行い、体力向上の取組を推進する。
- ・体力・運動能力調査を計画的・継続的に実施することにより、児童生徒の体力・運動能力を適切に把握し、運動の指導及び体力の向上に活用する。
- ・運動部活動や放課後のスポーツ活動等については、学校教育の一環として位置付けるとともに、適切な運営や児童生徒の積極的参加を促す。
- ・運動や外遊びに不可欠な「時間」、「空間」、「仲間」という3要素がそろうように、児童生徒が自ら運動に親しむことのできる環境づくりに努める。

★「スポチャいしかわ」への積極的参加

インターネットを活用した小学生の運動習慣づくりの取組
(40mリレー、なわとび8の字、シャトルボール、長なわ)

(3) 家庭や地域との連携を深める

- ・家庭と連携しながら、健康3原則（運動、栄養、休養）を踏まえ、生活習慣の向上を図る。
- ・学校や地域の体育施設の活用を通して、生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践することができるよう体力づくりの取組を推進する。
- ・体力の向上や心身の健康の保持増進の必要性を啓発するとともに、地域の体育行事などへの積極的参加を促す。

※ 参考

- ・保健体育課ホームページ、体力・運動能力調査の「集計用ファイル・記録用紙等」にある3年間仕様の「個人記録用紙」や「データ保存ファイル」等を活用する。
<http://www.pref.ishikawa.lg.jp/kyoiku/sports-kenko/index.html>
- ・「子どもの体力向上のための総合的な方策について」（平成14年9月30日中央教育審議会答申）を参照し、各学校の実態に即した具体的な取組を展開する。
「子どもの体力向上のための総合的な方策について」
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm
- ・子どもの体力向上ホームページの活用を図る。
<http://www.recreation.or.jp/kodomo/index.html>

Ⅱ 統 計 資 料

12 令和3年度全国の児童生徒の体力・運動能力調査結果

【全国 男子】

項目	校種			小学校			中学校			高等学校(全日制)			高等学校(定時制)		
	年齢	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	
体格	標本数	1,107	1,086	1,108	1,395	1,374	1,390	1,228	1,210	1,225	184	185	185	163	
	平均値	133.67	139.29	145.83	154.05	161.14	166.24	168.58	169.96	170.76	166.62	169.05	170.44	169.98	
	標準偏差	5.50	6.01	7.12	8.17	7.35	6.32	5.76	5.62	5.58	5.39	5.95	5.93	5.97	
格	標本数	1,072	1,053	1,086	1,352	1,346	1,365	1,202	1,190	1,214	176	175	177	151	
	平均値	30.36	34.08	38.67	43.95	49.10	54.21	58.14	59.63	61.74	56.35	57.24	59.89	60.89	
	標準偏差	5.05	6.05	7.23	8.30	8.32	8.28	8.83	8.48	8.57	9.69	9.28	9.54	10.30	
体	標本数	1,120	1,103	1,118	1,405	1,388	1,400	1,246	1,232	1,253	185	188	186	162	
	平均値	14.39	16.90	19.77	24.53	30.39	34.65	37.03	39.55	41.80	34.70	38.20	39.26	39.99	
	標準偏差	3.13	3.71	4.55	6.21	7.24	7.29	7.05	7.60	8.05	7.19	7.75	7.50	7.38	
力	標本数	1,097	1,081	1,109	1,384	1,364	1,381	1,232	1,221	1,231	180	185	186	154	
	平均値	17.98	19.94	21.65	23.92	27.31	28.96	28.44	30.55	31.94	23.61	25.31	25.60	24.20	
	標準偏差	5.50	5.23	5.31	5.42	5.64	5.57	5.99	5.96	5.93	5.82	6.76	6.00	5.96	
力	標本数	1,113	1,102	1,119	1,402	1,385	1,398	1,243	1,229	1,236	185	185	186	162	
	平均値	31.78	33.37	35.78	40.98	44.80	47.81	47.94	50.27	52.56	41.53	44.84	46.05	43.90	
	標準偏差	7.63	8.03	8.38	9.64	10.41	10.48	10.96	11.38	11.19	11.72	10.99	11.16	11.06	
力	標本数	1,118	1,079	1,109	1,386	1,367	1,383	1,225	1,212	1,224	170	175	177	146	
	平均値	39.43	42.83	45.86	49.69	53.77	56.28	56.23	57.92	59.16	49.20	50.74	50.80	51.00	
	標準偏差	7.53	6.92	6.75	6.76	7.00	6.92	6.81	6.94	6.67	7.30	6.85	7.41	6.64	
力	標本数	309	305	290	373	361	368	15	15	16	14	
	平均値	410.21	389.08	374.31	385.93	362.02	364.91	441.00	403.27	373.25	410.29	
	標準偏差	50.20	50.51	51.00	51.54	47.90	49.17	49.81	41.99	42.64	48.28	
力	標本数	1,110	1,093	1,111	1,064	1,064	1,070	816	826	818	163	168	165	130	
	平均値	44.27	52.45	61.16	70.58	86.88	94.44	87.61	93.75	95.97	56.39	62.68	61.62	55.24	
	標準偏差	19.36	21.42	22.87	23.96	23.56	23.77	24.64	26.98	26.98	23.92	23.72	23.78	23.80	
力	標本数	1,105	1,092	1,105	1,369	1,350	1,369	1,221	1,207	1,223	175	177	176	141	
	平均値	9.59	9.24	8.84	8.38	7.78	7.41	7.39	7.21	7.12	7.78	7.65	7.53	7.63	
	標準偏差	0.77	0.77	0.77	0.76	0.62	0.58	0.58	0.55	0.55	0.67	0.68	0.56	0.66	
力	標本数	1,120	1,101	1,112	1,391	1,360	1,379	1,221	1,221	1,224	182	181	181	159	
	平均値	147.73	155.86	166.33	185.41	203.80	216.35	219.17	225.41	229.74	204.26	211.34	215.73	215.39	
	標準偏差	19.46	20.43	22.73	25.53	24.11	24.60	23.72	24.83	24.05	25.13	27.12	23.58	23.69	
力	標本数	1,122	1,107	1,122	1,399	1,387	1,392	1,249	1,232	1,249	183	186	186	162	
	平均値	18.47	21.75	25.43	18.14	21.09	23.54	23.82	25.44	26.73	21.36	22.14	23.45	23.01	
	標準偏差	6.69	7.99	9.39	5.00	5.48	5.85	5.99	6.37	6.55	6.17	6.41	6.22	5.80	

(注1) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

(注2) 「…」欄は当該年齢にない項目である。

【全国 女子】

項目	校種		小学校			中学校			高等学校(全日制)			高等学校(定時制)			
	年齢	年	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18
体格	標本数		1,102	1,108	1,119	1,378	1,395	1,376	1,218	1,232	1,217	180	188	183	136
	平均値		134.03	141.51	147.42	152.41	154.87	156.60	157.35	157.40	157.85	155.67	156.90	157.27	156.66
	標準偏差		6.16	6.65	6.38	5.36	5.29	4.95	5.25	5.26	5.44	5.63	5.07	5.83	5.35
	標本数		1,073	1,087	1,099	1,366	1,363	1,348	1,193	1,208	1,187	175	178	170	125
格	平均値		30.08	34.90	39.59	43.96	46.47	49.17	50.75	51.20	51.57	50.21	50.46	51.33	51.07
	標準偏差		5.15	6.23	7.03	6.61	6.37	6.05	6.65	6.19	6.12	7.88	7.03	7.04	6.62
	標本数		1,122	1,109	1,126	1,391	1,401	1,395	1,237	1,247	1,235	181	187	186	133
	平均値		13.87	16.49	19.53	21.73	24.19	25.73	25.88	26.78	26.99	23.85	25.08	25.62	25.11
体	標準偏差		3.16	3.72	4.17	4.35	4.42	4.57	4.76	4.72	5.00	4.74	5.01	4.88	4.53
	標本数		1,097	1,094	1,103	1,378	1,382	1,373	1,217	1,233	1,225	176	182	185	127
	平均値		17.64	18.68	19.66	20.50	23.23	24.55	23.43	24.95	25.00	18.22	18.71	18.63	18.39
	標準偏差		4.99	4.92	4.79	5.00	5.51	5.85	5.71	6.04	6.29	5.54	5.97	6.67	5.44
力	標本数		1,107	1,107	1,121	1,389	1,395	1,387	1,236	1,246	1,230	178	186	187	134
	平均値		35.52	37.30	40.71	43.64	46.65	49.00	48.63	50.24	50.80	43.02	45.45	44.25	44.56
	標準偏差		7.62	8.14	8.81	9.82	9.72	9.96	10.38	10.20	10.13	9.97	9.69	10.68	10.14
	標本数		1,119	1,101	1,113	1,375	1,389	1,381	1,218	1,234	1,231	171	177	177	129
力	平均値		37.64	41.00	43.44	45.78	48.31	49.34	48.40	49.56	49.29	42.82	43.02	42.36	41.67
	標準偏差		7.15	6.90	6.24	5.59	6.14	6.16	5.85	6.10	6.29	5.85	6.29	6.40	6.90
	標本数		326	289	279	369	360	353	13	14	15	10
	平均値		300.80	286.56	287.16	297.80	291.25	291.83	322.92	340.00	294.67	346.50
運	標準偏差		38.36	39.38	37.86	40.15	39.93	42.85	47.84	31.67	39.37	45.43
	標本数		1,107	1,095	1,107	1,041	1,095	1,085	817	847	820	161	169	163	116
	平均値		35.60	42.33	47.52	50.85	60.46	60.91	52.16	56.24	53.71	30.34	34.33	29.16	27.03
	標準偏差		16.01	17.07	18.14	19.03	19.97	19.97	18.76	20.83	20.99	13.55	16.63	14.96	12.51
動	標本数		1,111	1,099	1,109	1,368	1,377	1,359	1,218	1,234	1,208	172	156	169	108
	平均値		9.91	9.49	9.16	8.98	8.66	8.58	8.76	8.71	8.73	9.41	9.18	9.37	9.56
	標準偏差		0.77	0.76	0.72	0.72	0.70	0.69	0.75	0.78	0.84	0.79	0.79	0.95	0.87
	標本数		1,117	1,105	1,120	1,370	1,381	1,376	1,215	1,237	1,229	180	182	180	130
能	平均値		141.05	148.36	155.76	167.23	174.40	178.61	174.09	175.40	174.12	156.69	159.48	155.50	152.18
	標準偏差		18.75	20.30	20.87	21.10	22.11	22.00	23.43	23.73	24.88	21.51	23.59	24.73	23.03
	標本数		1,110	1,097	1,110	1,386	1,397	1,393	1,235	1,244	1,236	178	185	186	131
	平均値		11.61	13.86	15.97	11.92	13.35	14.44	14.27	14.64	15.20	12.09	12.47	12.41	11.89
力	標準偏差		3.69	4.56	5.36	3.74	4.12	4.48	4.29	4.47	4.59	3.66	4.12	3.80	3.72

(注1) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

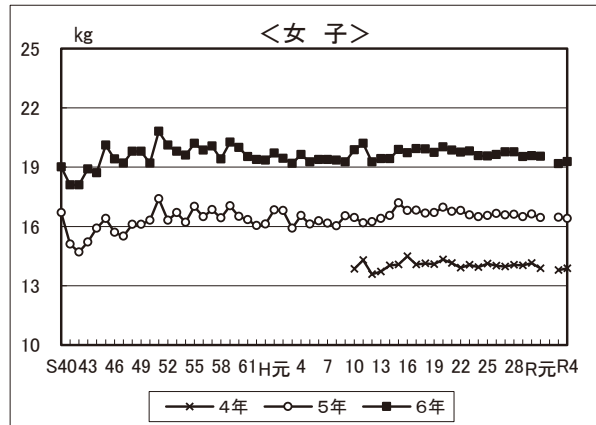
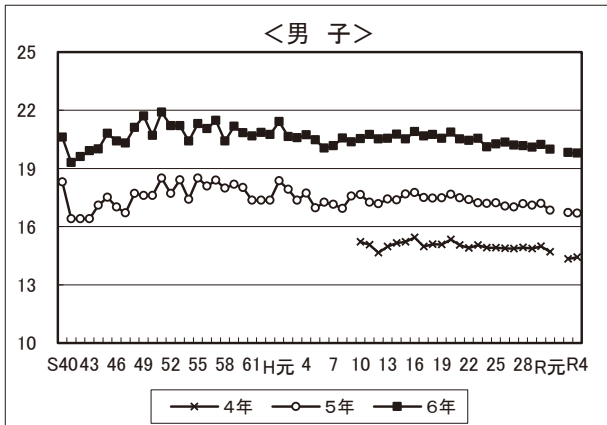
(注2) 「…」欄は当該年齢にない項目である。

13 本県の児童生徒の体力・運動能力の変化(昭和40年度～令和4年度)

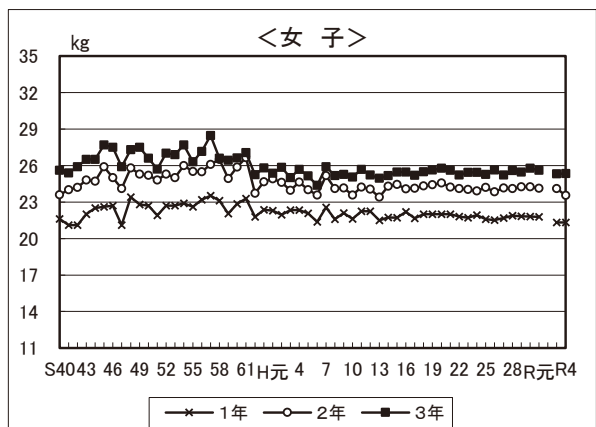
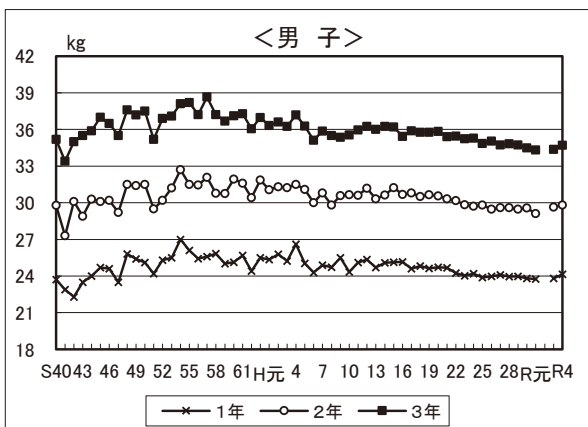
※小学校4年生の握力と反復横とびは平成10年から、50m走とボール投げは昭和59年からの実施である。

【 握力 】

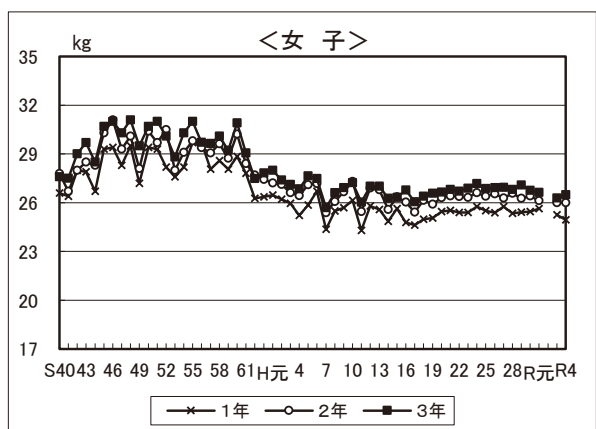
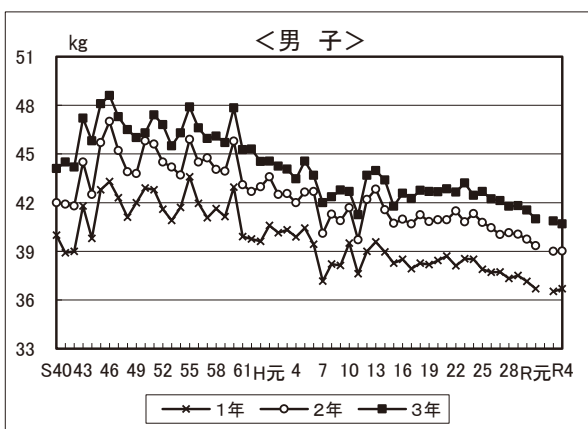
小学校



中学校

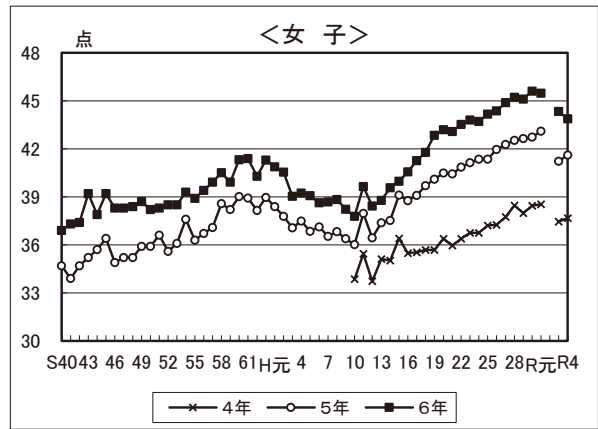
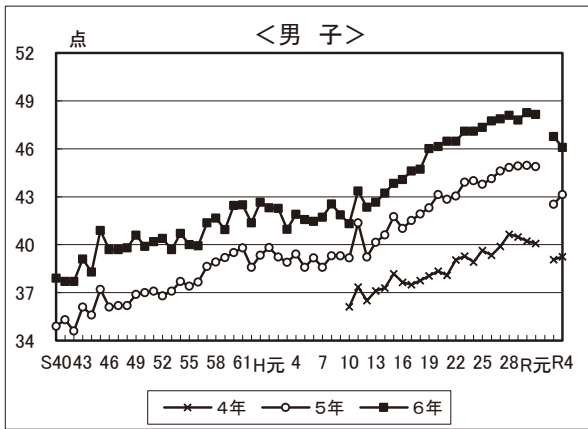


高等学校(全日制)

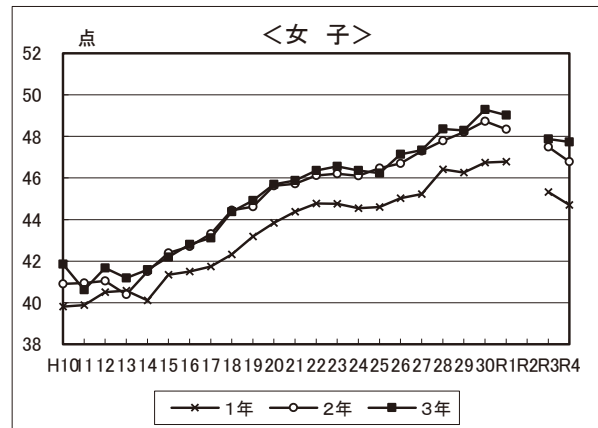
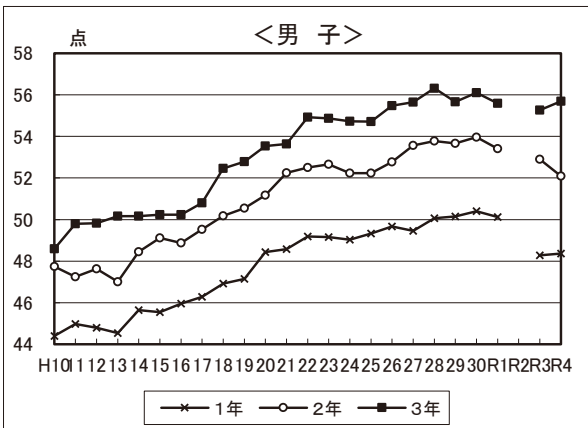


【 反復横とび 】

小学校

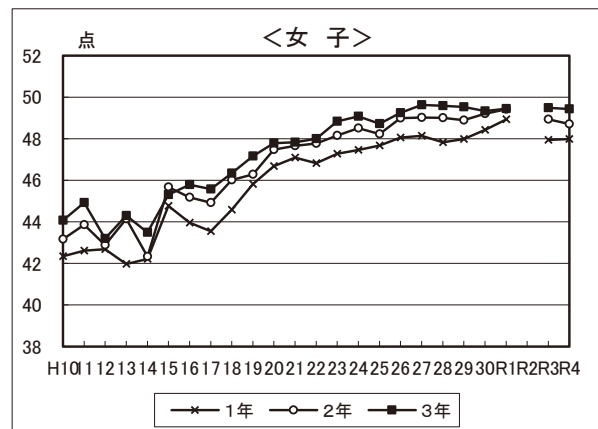
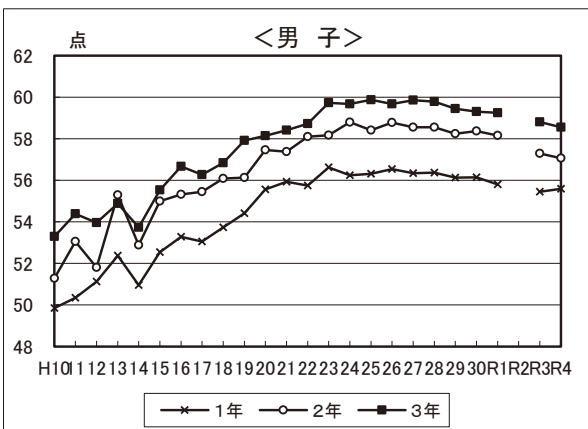


中学校



(注) 中・高等学校は平成10年から反復幅が変わったため平成10年からの変化をのせた。

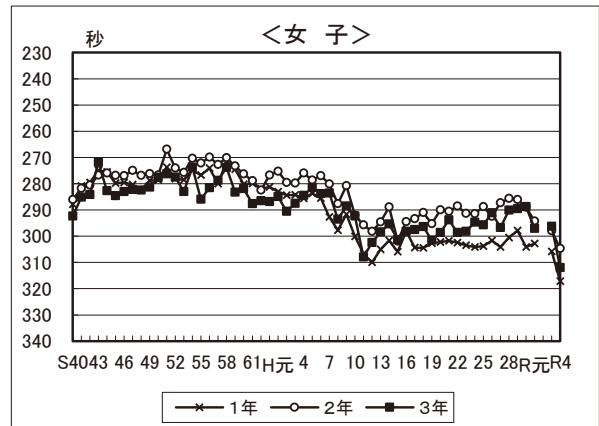
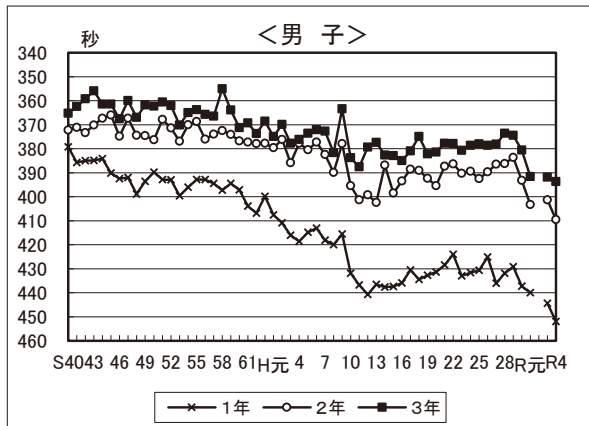
高等学校(全日制)



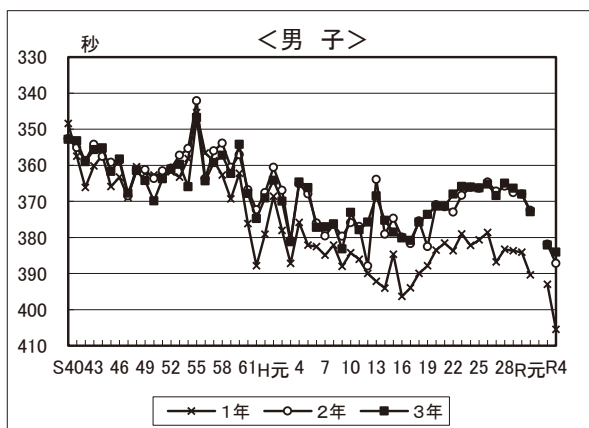
(注) 中・高等学校は平成10年から反復幅が変わったため平成10年からの変化をのせた。

【 持久走 】

中学校

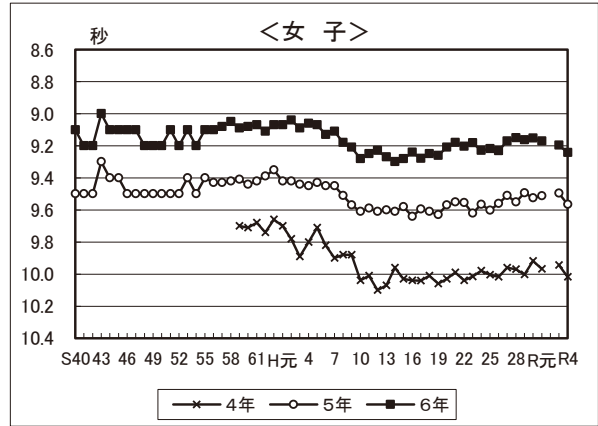
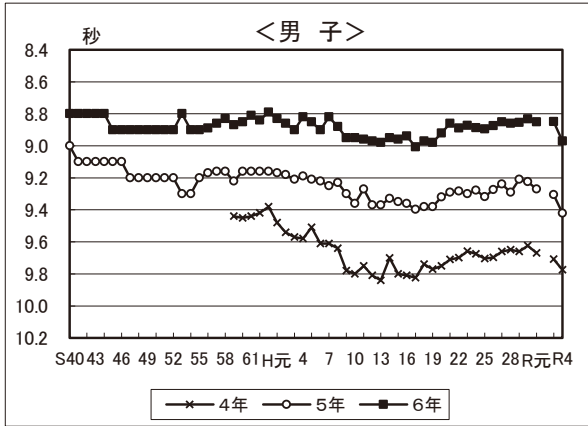


高等学校(全日制)

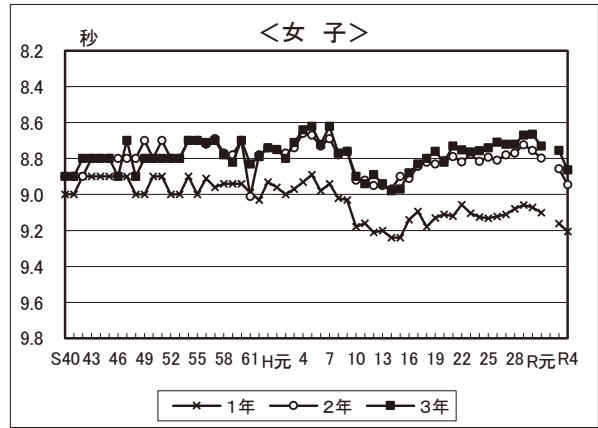
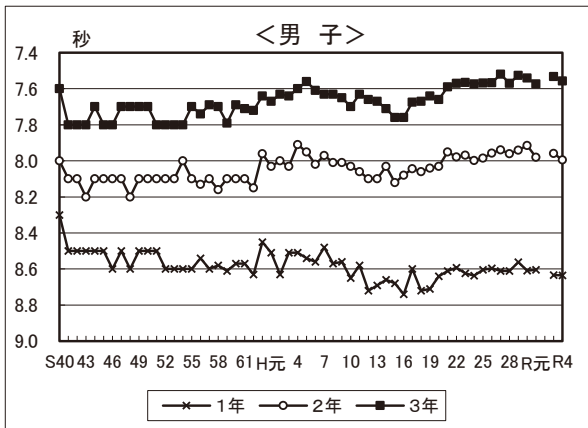


【 50m走 】

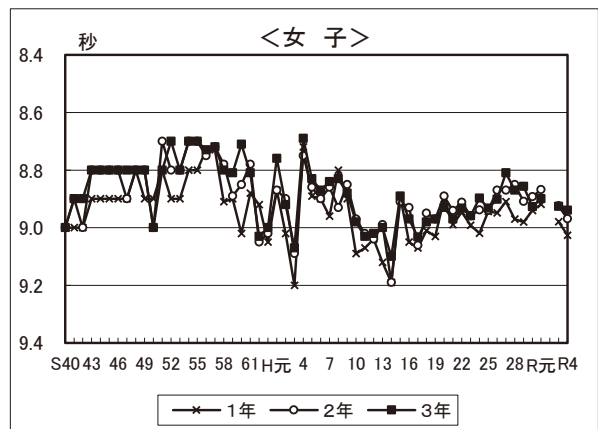
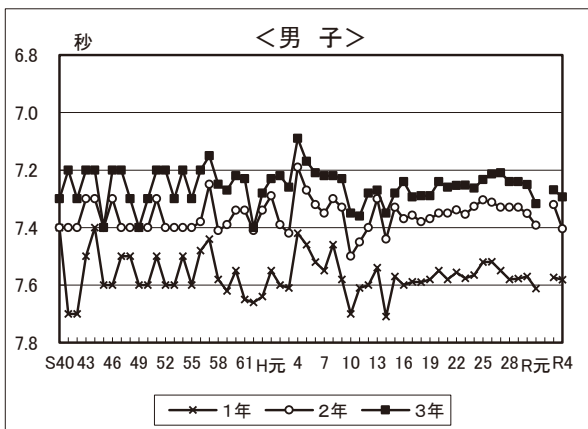
小学校



中学校

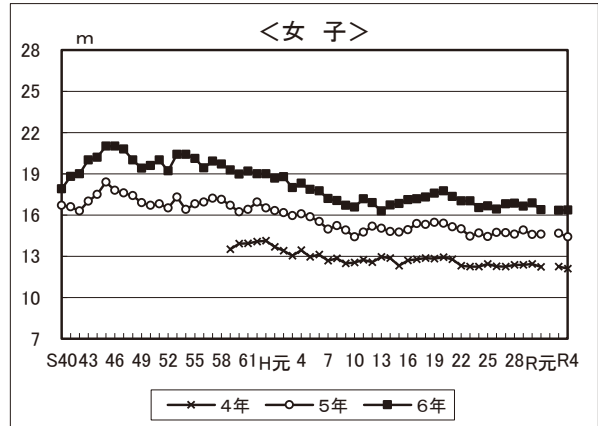
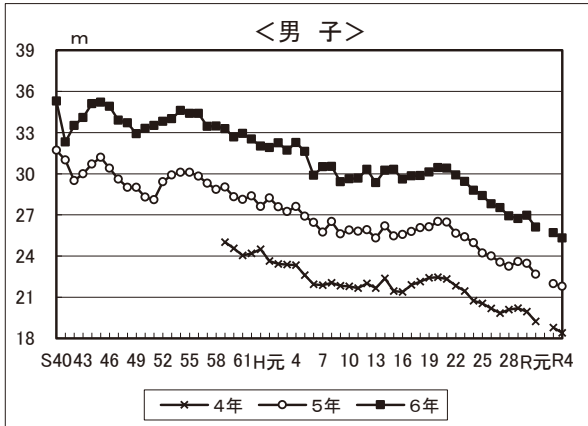


高等学校(全日制)

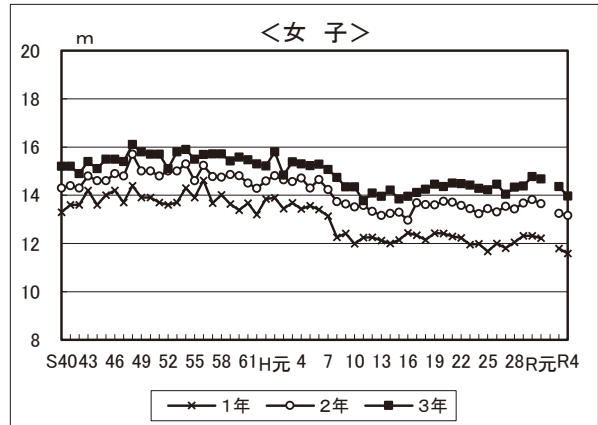
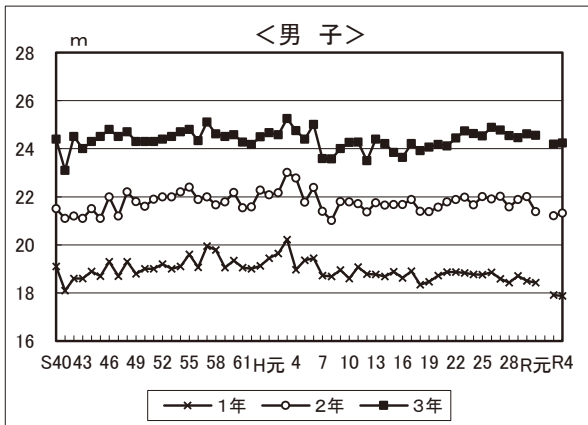


【 ボール投げ 】

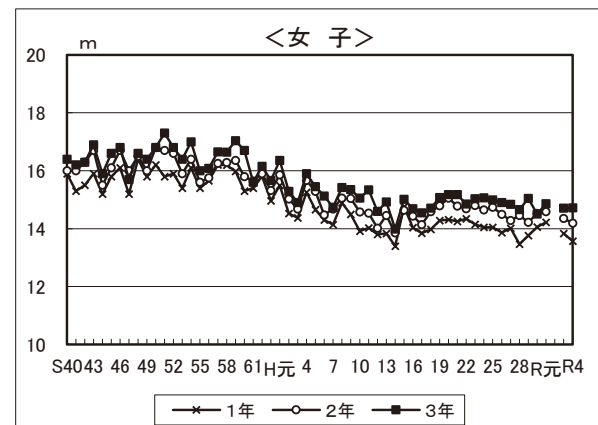
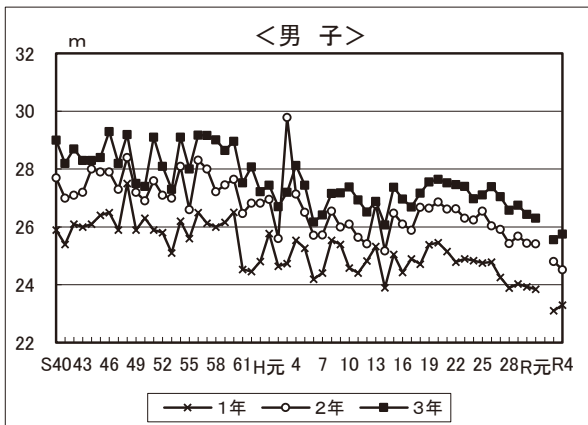
小学校



中学校



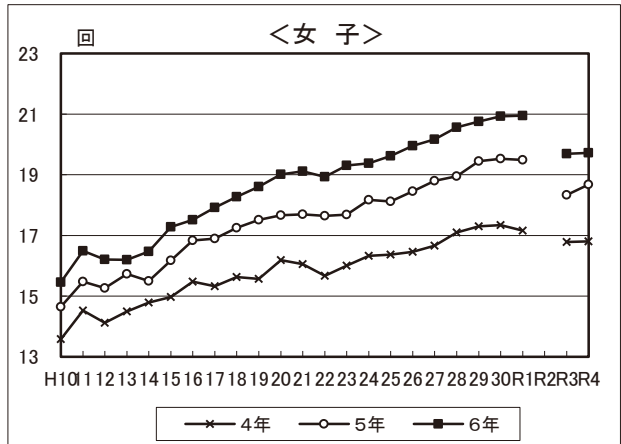
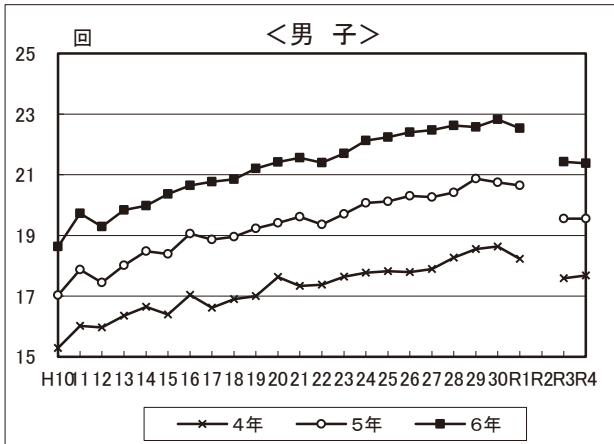
高等学校(全日制)



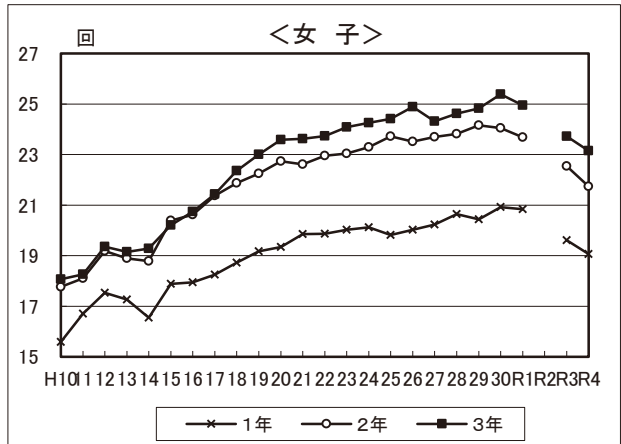
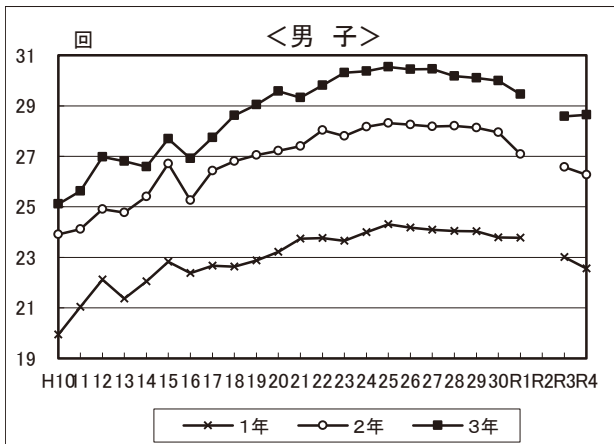
(注) 小学校はソフトボール投げであり、中学校以上はハンドボール投げである。

【 上体起こし 】

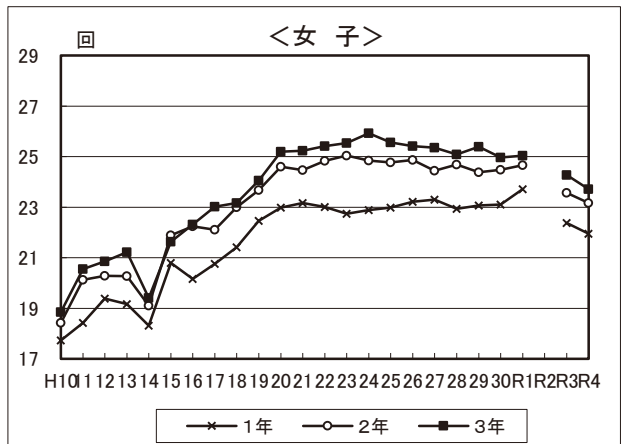
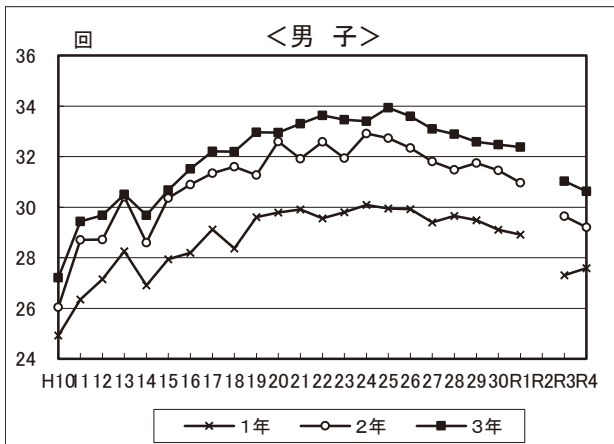
小学校



中学校

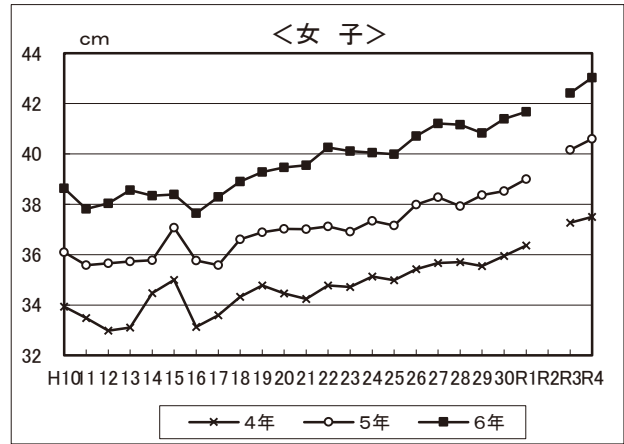
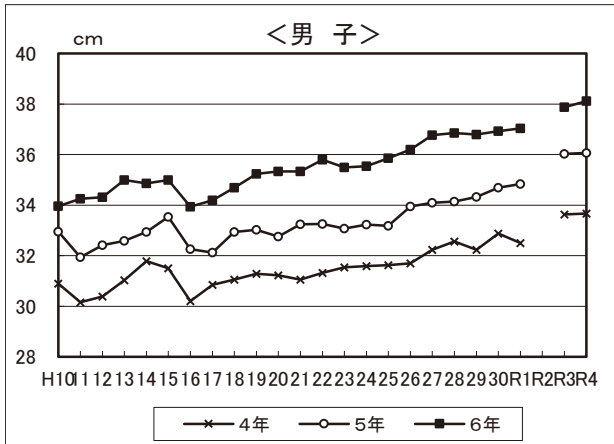


高等学校(全日制)

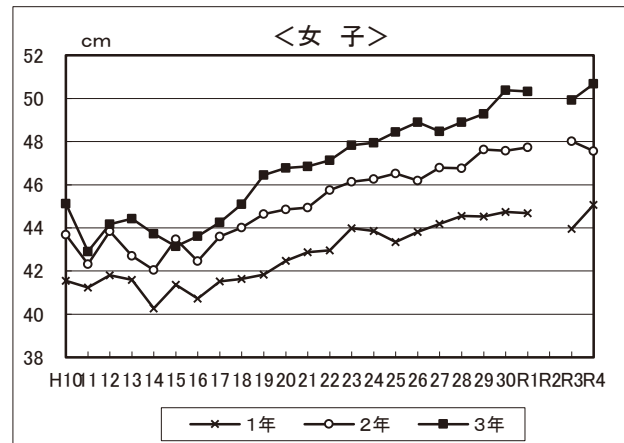
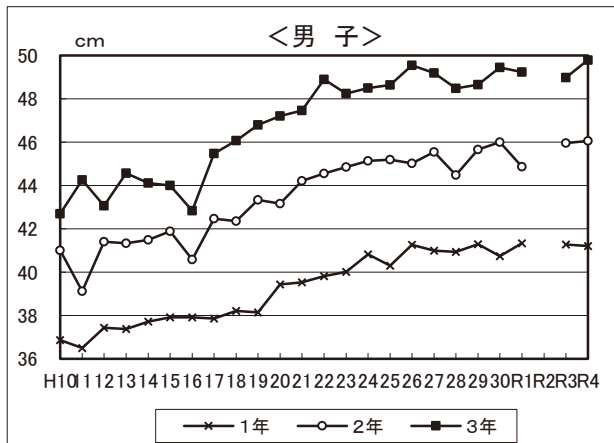


【 長座体前屈 】

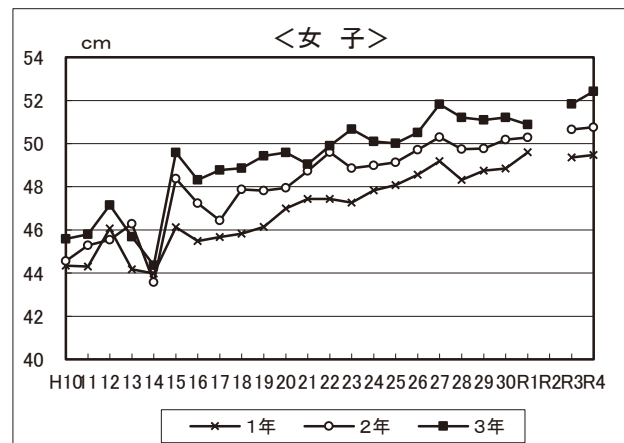
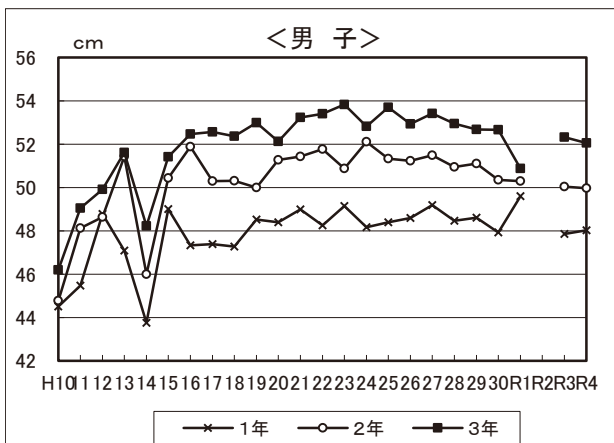
小学校



中学校

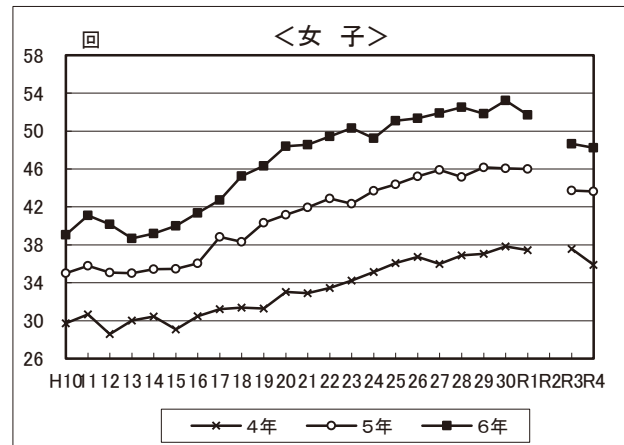
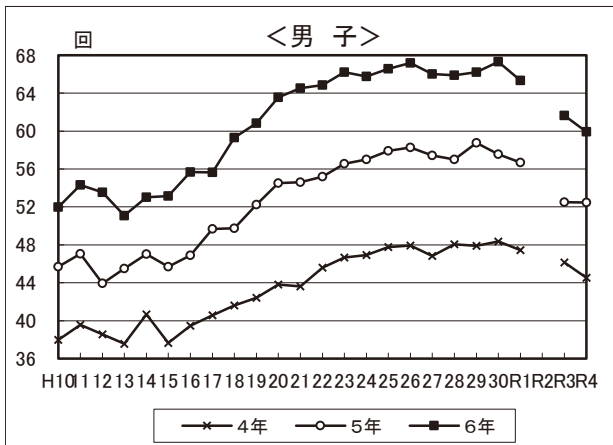


高等学校(全日制)

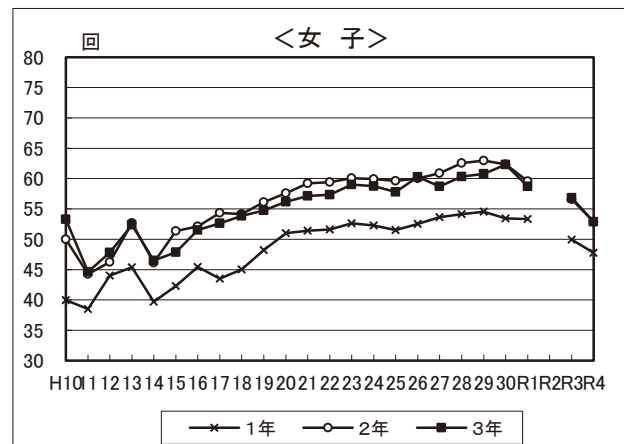
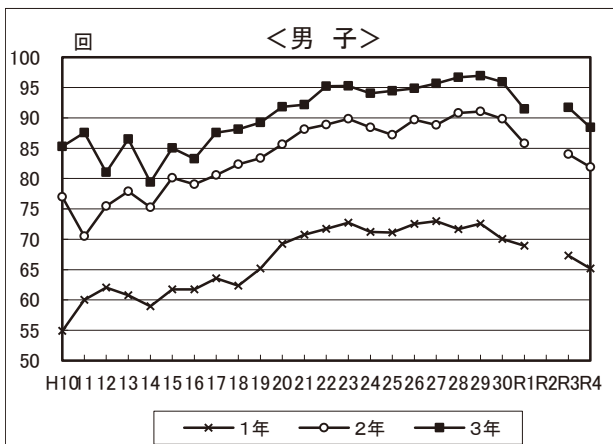


【 20mシャトルラン 】

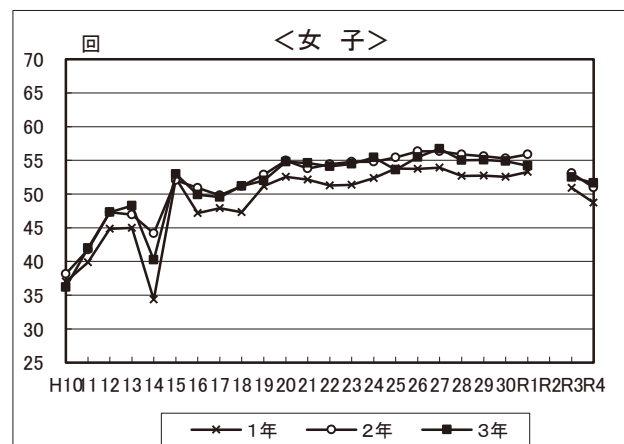
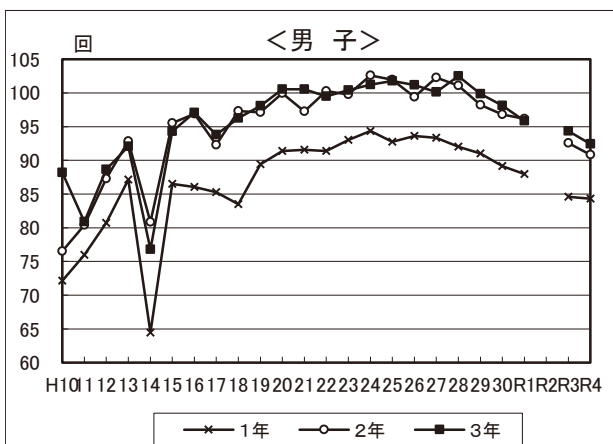
小学校



中学校

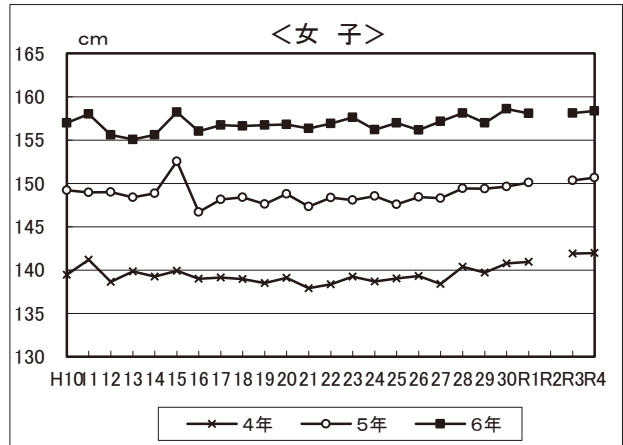
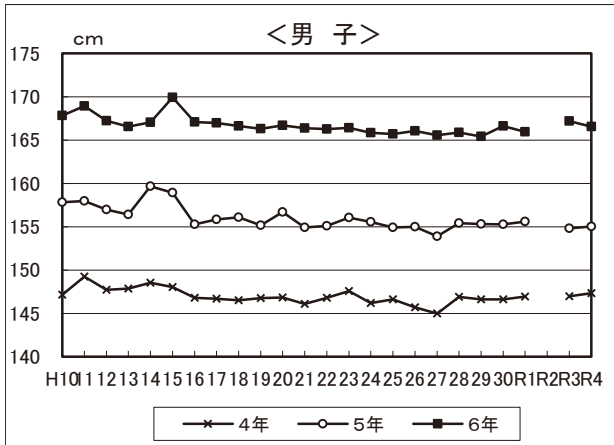


高等学校(全日制)

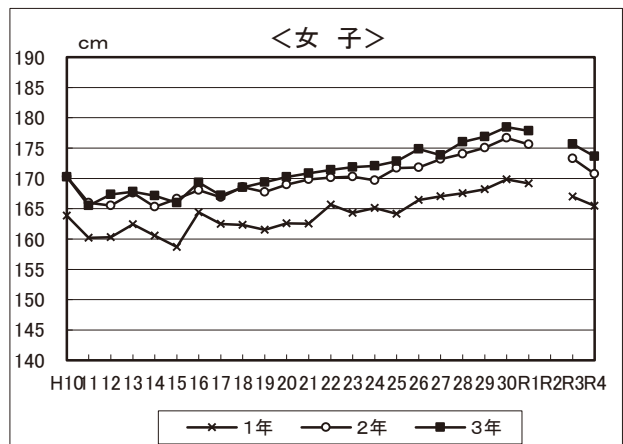
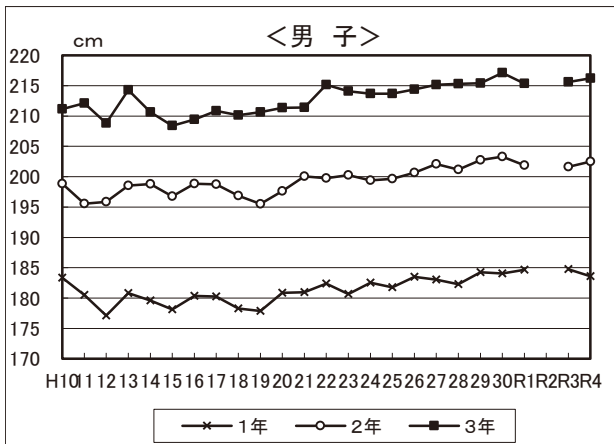


【 立ち幅とび 】

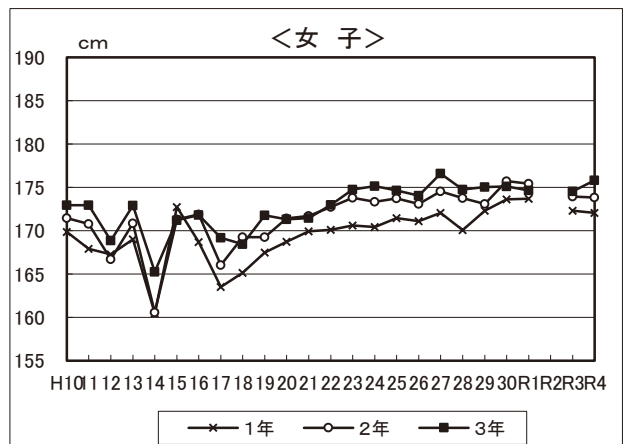
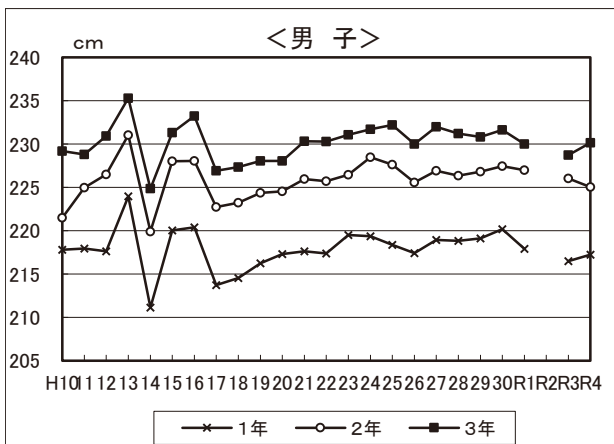
小学校



中学校



高等学校(全日制)



14 本県の児童生徒の体格の推移(昭和40年度～令和4年度)

【身長(男子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
昭和	40	1965	—	<u>133.60</u>	<u>139.20</u>	<u>145.80</u>	<u>152.30</u>	<u>159.00</u>	<u>164.00</u>	<u>166.10</u>	<u>167.00</u>
	41	1966	—	134.50	139.60	145.90	153.30	159.20	164.50	166.20	167.30
	42	1967	—	135.10	140.00	146.40	153.50	160.20	164.60	166.40	167.40
	43	1968	—	134.80	140.30	146.80	153.90	160.90	164.60	166.20	167.90
	44	1969	—	135.50	140.00	147.10	154.40	160.70	165.00	167.20	167.70
	45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	47	1972	131.50	136.60	142.10	149.00	155.90	162.50	166.40	168.30	169.00
	48	1973	<u>131.40</u>	136.90	142.00	148.60	156.40	162.80	166.80	168.20	169.20
	49	1974	131.80	136.70	142.40	149.30	156.90	163.00	166.40	168.40	168.90
	50	1975	132.30	137.20	142.60	149.90	157.00	163.20	167.30	168.70	169.80
	51	1976	<u>131.40</u>	136.90	142.80	149.10	157.20	162.80	166.20	168.50	169.20
	52	1977	131.90	137.00	142.90	150.40	157.90	163.80	167.10	168.90	169.90
	53	1978	132.20	137.80	143.00	150.50	157.60	163.70	167.70	169.30	169.90
	54	1979	132.20	137.50	143.40	149.50	158.50	164.30	167.50	169.60	170.20
	55	1980	132.70	138.20	144.00	150.70	157.60	164.40	167.80	169.50	170.40
	56	1981	132.80	137.60	143.69	150.19	158.34	164.24	168.17	169.74	170.75
	57	1982	132.70	137.94	143.62	150.62	157.92	164.81	168.02	169.85	171.04
	58	1983	132.80	137.84	143.57	150.52	157.94	164.40	168.32	169.78	170.66
	59	1984	132.84	137.94	143.39	150.74	158.59	164.35	167.88	169.82	170.32
	60	1985	133.01	138.23	143.76	150.77	158.29	163.83	168.35	170.15	171.30
	61	1986	133.40	138.51	144.36	151.20	158.46	164.58	167.32	169.96	170.57
	62	1987	133.55	138.62	144.64	151.59	158.75	164.26	167.53	169.45	170.69
	63	1988	133.50	138.57	144.51	151.59	159.40	165.00	168.38	170.95	170.98
平成	元	1989	133.70	139.05	144.57	151.97	159.34	165.18	168.73	170.66	171.01
	2	1990	133.68	138.95	144.64	152.44	159.75	165.40	168.74	170.24	171.28
	3	1991	133.74	138.85	145.24	152.17	159.81	165.42	168.51	170.23	170.74
	4	1992	133.66	139.26	144.82	152.84	160.22	165.83	169.02	170.63	171.23
	5	1993	133.66	139.08	145.24	152.30	159.98	165.99	169.01	170.69	171.66
	6	1994	133.89	139.27	145.20	152.80	160.40	166.14	169.00	170.48	171.20
	7	1995	133.55	139.52	145.70	152.49	160.41	165.88	168.79	170.54	171.34
	8	1996	133.71	139.26	145.55	152.93	160.37	166.10	169.36	170.98	171.64
	9	1997	<u>134.18</u>	139.09	145.49	153.05	160.83	166.14	169.00	170.68	171.39
	10	1998	134.05	139.42	145.83	153.01	160.79	166.31	169.13	170.95	171.85
	11	1999	133.62	139.19	145.84	153.57	160.79	<u>166.80</u>	169.40	170.60	171.77
	12	2000	133.89	139.72	145.72	153.65	160.85	165.93	169.21	170.85	171.51
	13	2001	133.83	139.33	145.95	153.52	161.19	166.40	169.19	<u>171.07</u>	<u>172.15</u>
	14	2002	133.63	139.16	145.73	153.65	160.60	166.62	169.08	170.28	171.35
	15	2003	133.90	139.22	145.58	153.58	160.81	166.56	<u>169.63</u>	170.81	171.65
	16	2004	133.82	139.08	145.62	153.03	160.91	166.38	169.42	170.97	171.55
	17	2005	133.74	139.24	145.28	153.15	160.48	166.30	169.20	170.81	171.75
	18	2006	133.85	139.29	145.44	152.99	160.52	166.04	169.22	170.91	171.50
	19	2007	133.87	139.29	145.49	152.99	160.33	166.02	169.03	170.71	171.71
	20	2008	133.94	139.34	145.53	153.11	160.50	165.91	169.05	170.66	171.50
	21	2009	133.69	139.27	145.41	153.01	160.35	165.88	169.03	170.58	171.36
	22	2010	133.77	139.01	145.43	152.74	160.38	165.86	168.90	170.46	171.19
	23	2011	133.88	139.09	145.23	152.77	160.21	165.92	168.81	170.45	171.31
	24	2012	133.77	139.27	145.20	152.71	160.18	165.87	168.95	170.46	171.16
	25	2013	133.75	139.26	145.48	152.69	160.19	165.75	168.79	170.38	171.14
	26	2014	133.80	139.29	145.48	153.14	160.19	165.81	168.69	170.34	171.16
	27	2015	133.68	139.13	145.46	153.04	160.51	165.70	168.64	170.26	171.14
	28	2016	133.81	139.10	145.41	153.15	160.69	166.06	168.70	170.23	171.09
	29	2017	133.92	139.31	145.40	153.06	160.64	166.15	168.85	170.32	171.03
	30	2018	133.74	139.39	145.58	153.04	160.65	166.08	168.72	170.40	171.14
令和	元	2019	133.89	139.19	145.69	153.46	160.55	166.14	168.62	170.39	171.09
	2	2020	COVID-19の影響により中止								
	3	2021	134.04	139.81	146.19	153.72	161.23	166.52	168.76	170.31	171.10
	4	2022	134.11	<u>139.85</u>	<u>146.54</u>	<u>154.37</u>	<u>161.42</u>	166.60	168.98	170.25	171.14

(注) 体格の資料出所は、昭和49年度までは学校保健統計調査(保健厚生課)であり、昭和50年度以降は児童生徒の体力・運動能力調査(体育課・スポーツ健康課・保健体育課)による。

【身長(女子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	<u>134.70</u>	<u>141.20</u>	<u>147.00</u>	<u>150.70</u>	<u>153.10</u>	<u>154.40</u>	155.10	155.40
41	1966	—	134.90	141.50	147.50	151.50	153.60	154.70	155.00	<u>155.10</u>
42	1967	—	135.90	142.50	147.70	151.30	153.80	154.80	155.80	155.30
43	1968	—	135.60	142.60	148.30	151.90	154.00	154.70	<u>154.90</u>	155.40
44	1969	—	136.60	143.10	148.60	152.60	154.30	155.20	155.60	155.70
45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—
46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—
47	1972	<u>131.50</u>	137.90	144.10	150.10	153.50	155.20	155.60	155.80	155.90
48	1973	131.80	138.20	144.60	149.90	153.60	155.40	156.00	156.50	156.70
49	1974	132.00	138.70	145.20	150.40	153.80	155.80	156.40	156.50	156.90
50	1975	132.60	138.80	145.40	150.60	154.10	155.60	156.40	156.50	156.80
51	1976	131.70	138.60	145.20	150.50	153.90	155.30	156.10	156.30	156.70
52	1977	132.10	138.70	146.00	151.20	154.90	156.20	156.40	156.90	157.20
53	1978	132.80	137.80	145.40	151.30	154.90	156.50	156.90	157.30	157.50
54	1979	132.30	138.90	145.30	151.20	155.20	156.60	157.10	157.40	157.90
55	1980	132.90	139.40	145.90	151.50	154.80	156.90	156.80	157.50	157.90
56	1981	132.30	138.76	145.95	151.25	155.02	156.76	157.70	157.65	157.72
57	1982	132.90	139.32	146.04	151.38	154.93	157.05	157.74	157.92	157.55
58	1983	132.90	138.96	145.90	151.53	155.01	156.91	157.55	157.62	157.97
59	1984	132.70	139.56	146.03	151.58	155.17	156.85	157.39	157.70	157.87
60	1985	133.12	139.32	145.94	151.38	155.24	157.02	157.77	157.77	158.51
61	1986	133.32	139.63	146.23	151.78	155.50	157.01	157.66	158.00	158.20
62	1987	133.57	139.94	146.72	151.70	155.09	157.17	157.21	157.93	157.87
63	1988	133.42	139.85	146.57	152.33	155.31	157.00	157.77	158.09	158.62
平成 元	1989	133.39	139.97	146.51	151.98	155.24	157.01	157.86	158.39	158.41
2	1990	133.75	140.39	146.73	152.46	155.55	157.36	157.67	158.16	158.71
3	1991	133.82	140.35	147.17	152.62	155.44	157.15	157.57	157.98	158.12
4	1992	133.92	140.31	147.33	152.45	155.59	157.45	157.90	158.33	158.26
5	1993	133.55	140.35	147.29	152.30	155.60	157.33	158.05	158.36	158.73
6	1994	134.13	140.90	147.50	152.73	155.53	157.19	157.75	158.29	158.36
7	1995	133.90	140.67	147.52	152.87	155.90	157.51	157.38	158.19	158.41
8	1996	133.94	140.74	147.49	152.85	156.05	157.29	158.10	158.54	158.58
9	1997	134.09	140.93	147.56	152.85	155.97	157.71	158.13	158.37	158.65
10	1998	134.01	140.58	147.52	152.71	156.10	157.40	157.86	158.33	158.30
11	1999	133.97	140.53	147.92	152.67	155.69	157.17	157.65	158.29	158.38
12	2000	133.77	140.62	147.69	152.71	155.82	157.24	157.90	158.25	158.85
13	2001	134.04	140.52	147.26	152.60	155.84	157.63	157.78	158.61	158.74
14	2002	134.00	140.63	147.43	152.61	156.13	157.27	157.48	158.03	158.36
15	2003	134.04	140.80	147.57	152.55	155.87	157.57	158.42	158.52	158.56
16	2004	133.99	140.47	147.35	152.57	155.63	157.40	158.02	158.10	158.47
17	2005	133.81	140.65	147.40	152.74	155.65	157.36	157.71	158.34	158.25
18	2006	133.74	140.54	147.44	152.61	155.80	157.25	157.75	158.19	158.59
19	2007	133.80	140.46	147.28	152.64	155.66	157.35	157.62	158.18	158.42
20	2008	133.95	140.65	147.20	152.45	155.79	157.35	157.80	158.05	158.36
21	2009	133.90	140.61	147.30	152.38	155.47	157.29	157.67	158.24	158.27
22	2010	133.88	140.63	147.26	152.35	155.46	157.02	157.63	158.09	158.38
23	2011	133.68	140.55	147.30	152.34	155.36	157.00	157.33	158.04	158.24
24	2012	133.68	140.40	147.10	152.33	155.33	156.84	157.35	157.73	158.22
25	2013	133.84	140.43	147.00	152.09	155.46	156.88	157.26	157.83	157.98
26	2014	133.78	140.67	147.14	152.17	155.18	157.03	157.14	157.77	158.07
27	2015	133.69	140.33	147.27	152.23	155.18	156.74	157.36	157.61	157.95
28	2016	133.51	140.46	147.22	152.36	155.41	156.82	157.18	157.88	157.84
29	2017	133.69	140.35	147.14	152.39	155.51	157.04	157.12	157.66	158.14
30	2018	133.88	140.48	147.08	152.26	155.51	157.10	157.39	157.62	157.88
令和 元	2019	133.67	140.70	147.21	152.26	155.40	157.06	157.43	157.84	157.86
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	134.26	141.32	147.52	152.63	155.47	157.06	157.54	157.95	158.31
4	2022	134.87	141.53	148.14	152.59	155.58	157.02	157.42	157.95	158.19

【体 重(男子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:kg)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
昭和	40	1965	—	29.70	32.60	37.40	42.70	48.50	53.40	56.30	58.00
	41	1966	—	29.90	33.10	37.40	43.10	48.50	53.90	56.80	58.60
	42	1967	—	30.20	33.40	38.20	43.50	49.50	54.10	56.70	58.40
	43	1968	—	30.10	33.50	38.20	43.90	49.50	54.00	56.70	58.80
	44	1969	—	30.60	34.00	38.60	44.30	49.90	54.80	57.60	59.30
45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
47	1972	28.40	31.70	35.30	40.20	45.30	51.30	55.90	58.50	60.10	
48	1973	28.40	31.80	35.40	40.30	46.00	51.40	55.70	58.30	60.20	
49	1974	28.80	31.80	35.60	40.30	46.30	51.80	55.80	58.00	59.80	
50	1975	28.90	31.90	35.70	40.90	46.40	51.80	56.60	58.60	60.20	
51	1976	28.50	31.90	35.80	40.30	46.00	51.50	56.30	58.50	59.80	
52	1977	28.90	32.10	36.40	41.10	46.40	52.20	56.70	59.20	60.90	
53	1978	29.00	32.40	35.80	41.30	46.70	51.30	56.90	59.30	60.70	
54	1979	29.20	32.60	36.90	40.60	47.60	52.60	57.30	59.70	61.00	
55	1980	29.30	32.70	36.40	41.60	46.60	52.30	57.20	59.70	60.90	
56	1981	29.20	32.47	36.25	41.27	47.31	52.49	57.40	59.24	61.03	
57	1982	29.60	32.64	36.61	41.47	46.85	53.04	57.04	60.05	61.20	
58	1983	29.30	32.47	36.29	41.82	46.69	52.69	57.73	59.83	61.55	
59	1984	29.53	33.05	36.66	42.01	47.88	53.37	58.41	60.36	61.47	
60	1985	29.88	33.25	36.97	42.08	47.30	52.74	58.54	60.83	62.69	
61	1986	29.96	33.36	37.53	42.45	47.51	53.37	57.40	59.90	61.96	
62	1987	30.10	33.73	37.72	43.29	47.94	53.23	58.51	60.03	61.70	
63	1988	29.83	33.47	37.74	42.86	48.37	53.31	58.08	60.87	61.64	
平成元	1989	30.57	34.12	37.81	43.34	48.53	54.11	59.29	60.50	61.64	
2	1990	30.65	34.22	37.98	44.07	48.95	53.76	59.15	60.61	61.84	
3	1991	30.51	34.26	38.61	43.89	48.99	54.54	59.26	61.02	61.79	
4	1992	30.76	34.49	38.34	44.16	49.19	54.84	59.50	60.78	61.95	
5	1993	30.74	34.54	38.45	44.26	49.27	54.73	60.07	61.49	63.00	
6	1994	30.73	34.35	38.61	44.10	49.47	54.87	59.47	61.23	62.63	
7	1995	30.83	35.06	39.00	44.02	49.23	54.51	60.12	61.52	62.72	
8	1996	31.31	35.26	39.49	44.63	49.81	54.98	60.12	61.92	63.52	
9	1997	31.42	34.97	39.22	44.73	50.11	54.96	59.89	61.77	63.15	
10	1998	31.61	35.26	39.69	45.15	50.19	54.96	59.80	61.29	62.95	
11	1999	31.15	34.96	39.62	45.08	50.31	55.32	60.22	60.88	62.91	
12	2000	31.48	35.59	39.51	45.76	50.43	55.21	59.04	61.74	62.61	
13	2001	31.23	34.98	39.71	45.68	50.23	55.56	58.89	61.15	63.01	
14	2002	31.28	34.95	39.59	45.68	49.80	55.89	60.61	61.30	63.67	
15	2003	31.62	35.29	39.46	45.31	50.59	55.72	60.90	62.70	64.28	
16	2004	31.20	34.79	39.05	45.04	50.11	55.83	60.13	61.82	63.96	
17	2005	31.04	34.77	39.09	44.94	49.62	55.32	60.68	61.74	64.02	
18	2006	31.04	34.89	39.05	45.05	49.82	54.88	60.44	62.92	63.99	
19	2007	30.89	34.64	39.08	44.73	49.76	55.05	60.05	62.24	64.56	
20	2008	31.11	34.49	38.81	44.70	49.49	54.92	60.03	61.68	63.55	
21	2009	30.59	34.22	38.27	44.18	49.01	54.40	59.70	61.35	62.98	
22	2010	30.72	34.23	38.76	44.10	49.16	54.60	59.41	61.85	63.60	
23	2011	30.66	34.05	38.31	44.20	48.87	54.44	59.67	61.39	63.71	
24	2012	30.66	34.39	38.36	44.16	49.17	54.30	59.37	61.69	63.17	
25	2013	30.57	34.25	38.68	44.03	48.95	54.30	59.33	61.33	63.67	
26	2014	30.59	34.20	38.41	44.25	48.68	54.15	59.19	61.18	63.09	
27	2015	30.56	34.10	38.38	43.96	49.10	53.85	59.07	60.91	63.06	
28	2016	30.68	34.34	38.55	44.18	48.83	54.36	58.99	60.94	62.97	
29	2017	30.71	34.28	38.68	44.06	48.99	54.17	59.54	60.77	62.95	
30	2018	30.83	34.60	38.77	44.29	49.13	54.22	58.89	61.09	62.76	
令和元	2019	30.90	34.58	38.93	44.46	49.27	54.41	58.98	60.88	63.06	
2	2020	COVID-19の影響により中止									
3	2021	31.27	35.40	39.59	44.94	49.91	54.75	58.75	60.71	62.49	
4	2022	31.63	35.62	40.41	45.55	50.42	55.00	58.94	60.46	62.70	

【体 重(女子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:kg)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	29.90	34.30	39.40	43.60	47.10	49.50	50.90	51.90
41	1966	—	30.40	34.40	39.80	44.10	47.30	49.80	51.30	51.90
42	1967	—	30.70	35.30	40.00	44.60	47.80	50.10	51.50	52.00
43	1968	—	30.30	35.30	40.50	44.90	48.10	50.40	51.50	52.30
44	1969	—	31.10	35.60	40.80	45.60	48.60	50.80	52.00	52.40
45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—
46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—
47	1972	28.20	32.20	36.70	42.00	46.10	49.30	51.40	52.50	52.90
48	1973	28.40	32.60	37.30	42.50	46.90	49.40	51.40	52.50	53.00
49	1974	28.50	32.60	37.40	42.20	46.40	49.30	51.50	52.70	53.10
50	1975	28.80	32.60	37.50	42.30	46.50	49.50	51.40	52.50	52.80
51	1976	28.50	32.90	37.70	42.10	46.20	50.00	51.00	51.90	53.20
52	1977	28.50	32.70	37.80	42.70	46.90	49.60	51.80	53.10	53.80
53	1978	28.80	32.70	38.20	42.50	46.80	50.80	51.50	52.90	53.00
54	1979	28.80	33.00	37.30	42.60	46.90	50.10	52.30	53.00	53.00
55	1980	29.00	32.80	37.90	43.00	46.80	49.90	51.30	52.60	53.80
56	1981	28.50	32.55	37.85	42.49	46.59	49.93	52.21	52.15	52.24
57	1982	28.80	33.26	37.83	42.75	46.35	50.06	52.12	52.64	52.81
58	1983	29.30	32.79	37.85	42.81	46.50	49.79	52.16	52.68	53.03
59	1984	29.08	33.47	38.19	43.19	46.99	50.06	52.59	53.36	53.20
60	1985	29.52	33.49	38.11	42.96	47.15	49.88	52.93	53.17	53.47
61	1986	29.57	33.59	38.29	43.62	47.20	50.12	52.38	53.00	53.36
62	1987	29.75	34.13	38.96	43.79	47.28	50.30	51.91	52.62	52.45
63	1988	29.64	33.71	38.80	43.93	46.96	49.92	51.71	52.88	53.01
平成 元	1989	29.75	33.89	38.69	43.88	47.20	49.80	51.83	52.37	52.27
2	1990	30.14	34.66	38.98	44.02	47.36	50.37	52.21	52.38	52.58
3	1991	30.36	34.48	39.34	44.19	47.09	50.36	52.44	52.84	52.93
4	1992	30.27	34.53	39.78	44.36	47.76	50.12	52.12	52.72	52.59
5	1993	30.15	34.51	39.60	44.28	47.74	50.29	51.99	52.87	53.23
6	1994	30.80	34.89	39.87	44.96	47.77	50.31	52.28	52.62	53.00
7	1995	30.61	35.03	40.10	44.90	47.87	50.57	51.77	53.24	52.69
8	1996	30.86	35.09	40.39	45.00	48.26	50.28	52.14	52.83	52.92
9	1997	30.69	35.07	39.96	44.86	48.17	50.70	52.31	53.05	53.50
10	1998	30.87	35.19	40.38	45.04	48.31	50.66	52.59	53.53	53.51
11	1999	30.97	34.93	40.50	44.89	47.63	50.39	52.33	53.27	53.45
12	2000	30.71	34.97	40.15	45.74	48.59	50.83	52.10	52.76	52.93
13	2001	30.49	34.57	39.86	44.92	48.02	50.74	51.39	52.50	52.12
14	2002	30.65	35.12	40.01	45.14	48.28	50.55	52.59	53.11	53.17
15	2003	30.76	35.27	40.30	44.44	48.15	50.79	52.62	53.39	53.12
16	2004	30.61	34.67	39.81	44.66	47.36	50.80	52.13	52.65	53.34
17	2005	30.36	34.63	39.74	44.40	47.77	50.24	52.30	53.04	53.05
18	2006	30.13	34.52	39.66	44.62	47.72	50.46	51.77	53.41	53.42
19	2007	30.25	34.33	39.42	44.37	47.68	50.26	52.07	52.66	53.39
20	2008	30.42	34.58	39.33	44.18	47.58	50.25	51.79	52.82	52.75
21	2009	30.10	34.26	39.16	43.81	46.95	49.95	51.43	52.31	52.57
22	2010	30.28	34.38	39.29	43.95	47.13	49.67	51.30	52.27	52.47
23	2011	29.80	34.26	39.07	43.83	47.03	49.71	50.89	52.28	52.51
24	2012	29.90	33.99	39.14	43.79	47.11	49.58	51.22	52.05	52.86
25	2013	30.13	34.00	38.85	43.59	47.09	49.62	51.19	52.35	52.54
26	2014	30.05	34.31	38.86	43.43	47.01	49.76	51.14	52.31	52.58
27	2015	29.93	34.04	39.15	43.49	46.94	49.70	51.59	52.19	52.69
28	2016	29.90	34.20	39.14	43.96	46.88	49.72	51.41	52.46	52.66
29	2017	30.00	34.09	39.12	43.82	47.27	49.68	51.13	52.32	52.84
30	2018	30.20	34.23	39.05	43.75	47.17	50.01	51.34	52.16	52.71
令和 元	2019	30.09	34.44	39.15	43.61	47.23	49.86	51.71	52.32	52.61
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	30.50	34.99	39.64	44.13	47.23	49.50	51.11	51.99	52.53
4	2022	31.03	35.31	40.25	44.16	47.30	49.49	50.68	51.78	52.20

【座 高(男子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
昭和	40	1965	—	73.40	75.50	78.70	82.00	85.50	88.30	89.60	90.10
	41	1966	—	73.60	75.70	78.60	82.10	85.70	88.40	89.50	90.20
	42	1967	—	73.60	75.80	78.70	82.10	85.70	88.20	89.50	90.00
	43	1968	—	73.20	75.70	79.00	82.10	85.40	88.00	88.00	90.10
	44	1969	—	73.80	76.10	79.20	82.40	86.00	88.50	89.70	90.10
	45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	47	1972	71.90	74.10	76.40	79.70	83.20	86.50	88.80	90.00	90.10
	48	1973	71.80	74.20	76.30	79.60	83.20	86.70	89.00	90.00	89.90
	49	1974	72.20	74.30	76.80	79.90	83.80	86.80	88.90	90.00	90.50
	50	1975	72.20	74.30	76.50	80.10	83.40	87.00	89.20	90.10	90.60
	51	1976	71.90	74.10	76.40	79.40	83.00	86.20	89.40	92.30	91.10
	52	1977	71.90	73.90	76.40	80.30	83.80	87.20	89.20	89.80	90.80
	53	1978	72.50	74.20	76.90	80.10	84.00	87.10	89.50	90.20	90.90
	54	1979	72.20	74.40	77.00	79.80	84.10	87.30	89.50	90.60	90.80
	55	1980	72.30	74.50	76.70	80.30	83.90	87.50	89.40	90.50	91.10
	56	1981	72.50	74.50	76.80	80.40	84.40	87.50	89.80	90.80	91.00
	57	1982	72.50	74.51	76.91	80.58	84.01	87.84	89.72	90.67	91.45
	58	1983	72.50	74.62	76.94	80.45	83.89	87.58	89.49	90.47	90.79
	59	1984	72.53	74.69	77.04	80.26	84.22	87.36	89.59	90.82	91.26
	60	1985	72.65	74.87	77.14	80.24	83.96	86.91	90.12	91.16	92.06
	61	1986	72.69	74.96	77.43	80.61	84.17	87.56	89.34	90.66	91.11
	62	1987	72.87	74.96	77.51	80.87	84.43	87.37	89.75	90.55	91.03
	63	1988	72.94	75.05	77.41	81.03	84.72	87.72	89.87	91.28	91.33
平成	元	1989	73.09	75.33	77.67	80.91	84.42	87.90	89.88	90.82	90.95
	2	1990	73.03	75.23	77.55	81.54	84.78	87.80	89.64	90.59	91.36
	3	1991	72.98	75.26	77.84	81.35	84.86	87.97	89.57	90.98	91.00
	4	1992	73.02	75.40	77.80	81.51	85.04	88.04	90.10	91.17	91.46
	5	1993	72.87	75.22	77.88	81.41	85.07	88.24	90.24	91.14	91.56
	6	1994	73.10	75.24	77.83	81.75	85.32	88.35	89.94	90.91	91.35
	7	1995	72.98	75.47	78.08	81.04	85.12	87.99	89.95	91.07	91.46
	8	1996	73.29	75.49	78.19	81.74	84.93	88.16	89.88	91.09	91.46
	9	1997	73.36	75.46	78.16	81.84	85.36	88.25	90.08	91.00	91.54
	10	1998	73.20	75.56	78.24	81.64	85.36	87.86	89.91	91.14	91.45
	11	1999	73.04	75.55	78.29	82.07	85.51	88.58	90.19	90.99	91.72
	12	2000	73.24	75.69	78.36	82.07	85.38	88.12	90.02	90.89	91.56
	13	2001	73.01	75.41	78.23	82.02	85.62	88.44	89.78	91.32	91.90
	14	2002	72.92	75.32	78.29	82.07	85.46	88.73	89.91	90.82	91.54
	15	2003	73.18	75.43	78.19	81.71	85.01	88.38	90.23	91.02	91.78
	16	2004	72.87	75.18	78.01	81.59	85.58	88.63	90.22	91.31	91.90
	17	2005	72.78	75.30	77.91	81.68	85.04	88.37	90.06	91.41	91.95
	18	2006	72.99	75.45	78.18	81.71	85.32	88.35	90.33	91.25	91.93
	19	2007	73.01	75.34	78.07	81.68	85.11	88.40	90.18	91.36	91.71
	20	2008	72.98	75.32	78.06	81.72	85.15	88.31	90.13	91.10	91.90
	21	2009	72.88	75.31	77.96	81.77	85.19	88.29	90.01	91.17	91.76
	22	2010	72.87	75.17	78.05	81.58	85.27	88.37	90.10	91.23	91.76
	23	2011	72.91	75.15	77.85	81.45	85.13	88.21	90.19	91.17	91.74
	24	2012	72.77	75.23	77.82	81.51	85.21	88.30	90.14	91.15	91.79
	25	2013	72.77	75.14	77.91	81.47	85.21	88.33	90.24	91.32	91.96
	26	2014	72.82	75.07	77.84	81.59	84.95	88.07	90.25	91.43	91.94
	27	2015	72.71	75.10	77.80	81.70	85.30	88.24	90.37	91.36	92.09
	28	2016	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	29	2017	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	30	2018	—	—	—	—	—	—	—	—	—
令和	元	2019	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	2020	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	3	2021	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	4	2022	—	—	—	—	—	—	—	—	—

(注)平成28年度より座高測定は実施せず

【座高(女子)の年齢別発育の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
昭和	40	1965	—	73.90	77.10	80.40	82.50	84.10	84.80	85.00	85.20
	41	1966	—	74.30	77.30	80.80	83.10	84.30	85.00	85.20	85.30
	42	1967	—	74.30	77.60	80.50	82.80	83.90	84.90	85.00	85.20
	43	1968	—	74.10	77.70	80.60	83.00	84.20	84.70	84.70	84.90
	44	1969	—	74.40	77.90	80.90	82.90	84.10	84.50	84.80	84.80
	45	1970	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	46	1971	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	47	1972	71.70	75.30	77.90	81.60	83.30	84.40	84.60	84.60	84.80
	48	1973	72.00	75.10	78.30	81.50	83.60	84.40	84.80	84.90	84.80
49	1974	72.20	75.30	78.50	81.60	83.30	84.50	84.70	84.80	84.70	
50	1975	72.20	75.20	78.50	81.30	83.40	84.40	85.00	84.70	85.10	
51	1976	71.70	75.20	78.20	80.80	82.80	83.90	84.80	85.20	85.10	
52	1977	71.60	74.60	78.20	81.90	83.70	84.60	84.90	85.10	85.10	
53	1978	72.10	75.10	78.60	81.90	83.80	84.70	84.70	84.90	84.70	
54	1979	72.10	75.10	78.50	81.50	83.80	84.70	85.40	85.30	85.10	
55	1980	72.30	75.40	78.70	82.00	83.60	85.00	84.90	85.30	85.30	
56	1981	72.30	75.20	78.90	82.00	83.70	84.90	85.40	85.30	85.50	
57	1982	72.50	75.37	78.61	81.88	83.65	85.06	85.51	85.81	85.00	
58	1983	72.50	75.24	78.73	81.98	83.83	85.00	85.09	84.99	85.28	
59	1984	72.44	75.62	78.71	82.15	83.90	85.04	85.74	85.41	85.59	
60	1985	72.72	75.54	78.85	81.67	83.96	85.01	85.46	85.30	85.66	
61	1986	72.61	75.58	78.86	82.14	83.89	84.92	85.53	85.58	85.64	
62	1987	72.96	75.83	79.11	82.32	83.84	85.09	85.81	85.58	85.71	
63	1988	72.88	75.78	79.01	82.33	83.87	84.97	85.38	85.53	85.66	
平成	元	1989	73.03	76.01	79.20	82.24	83.64	84.83	85.40	85.59	85.54
	2	1990	73.02	76.13	79.17	82.62	84.23	85.19	85.11	85.19	85.16
	3	1991	73.04	76.13	79.38	82.67	84.08	85.01	85.37	85.69	85.37
	4	1992	73.14	76.17	79.73	82.68	84.23	85.10	85.30	85.47	85.31
	5	1993	73.02	76.16	79.68	82.55	84.07	84.78	85.66	85.77	85.49
	6	1994	73.31	76.47	79.67	82.85	84.06	85.07	85.38	85.55	85.51
	7	1995	73.14	76.46	79.79	82.79	84.28	84.84	85.05	85.38	85.31
	8	1996	73.47	76.38	79.81	82.92	84.43	85.00	84.97	85.15	85.22
9	1997	73.42	76.61	79.93	83.02	84.41	85.33	84.99	85.12	85.17	
10	1998	73.19	76.21	79.74	82.77	84.44	85.14	85.06	85.35	85.12	
11	1999	73.36	76.30	79.91	82.86	84.04	84.89	85.16	85.34	85.38	
12	2000	73.26	76.44	80.01	82.83	84.22	85.18	85.07	85.26	85.46	
13	2001	73.15	76.05	79.61	82.68	84.04	84.97	84.64	85.18	84.82	
14	2002	73.13	76.30	79.77	82.56	84.41	84.98	84.81	85.10	85.29	
15	2003	72.37	76.44	79.72	82.28	84.01	85.08	85.11	85.10	84.95	
16	2004	73.00	76.05	79.57	82.70	84.39	85.42	85.31	85.47	85.49	
17	2005	72.86	76.17	79.54	82.57	84.17	85.22	85.22	85.35	85.26	
18	2006	73.02	76.28	79.73	82.59	84.15	85.12	85.23	85.56	85.73	
19	2007	73.04	76.17	79.64	82.72	84.17	85.22	85.23	85.37	85.62	
20	2008	73.10	76.23	79.55	82.55	84.14	85.06	85.23	85.34	85.49	
21	2009	73.03	76.15	79.50	82.55	84.08	85.19	85.24	85.48	85.54	
22	2010	73.04	76.21	79.59	82.56	84.11	85.06	85.27	85.41	85.57	
23	2011	72.87	76.28	79.61	82.54	84.08	85.06	85.14	85.53	85.49	
24	2012	72.84	76.03	79.49	82.50	84.10	84.97	85.20	85.45	85.61	
25	2013	72.92	76.07	79.35	82.26	84.10	85.13	85.24	85.55	85.70	
26	2014	72.90	76.09	79.39	82.26	83.90	85.15	85.28	85.58	85.76	
27	2015	72.74	76.02	79.36	82.46	83.99	84.82	85.47	85.56	85.63	
28	2016	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
29	2017	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
30	2018	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
令和	元	2019	—	—	—	—	—	—	—	—	
	2	2020	—	—	—	—	—	—	—	—	
	3	2021	—	—	—	—	—	—	—	—	
	4	2022	—	—	—	—	—	—	—	—	

(注) 平成28年度より座高測定は実施せず

15 本県の児童生徒の体力・運動能力の推移(昭和40年度～令和4年度)

【握力(男子)の年次統計】

(単位: kg)

年 度	小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
昭和 40	1965	—	18.30	20.60	23.70	29.80	35.20	40.00	42.00	44.10
41	1966	—	16.40	19.30	22.90	27.30	33.40	38.90	41.90	44.50
42	1967	—	16.40	19.60	22.30	30.10	35.00	39.00	41.80	44.20
43	1968	—	16.40	19.90	23.50	28.90	35.50	41.80	44.50	47.20
44	1969	—	17.10	20.00	24.00	30.30	35.90	39.80	42.50	45.80
45	1970	—	17.50	20.80	24.70	30.10	37.00	42.80	45.70	48.10
46	1971	—	17.00	20.40	24.60	30.20	36.50	43.30	47.00	48.60
47	1972	—	16.70	20.30	23.50	29.20	35.50	42.30	45.20	47.30
48	1973	—	17.70	21.10	25.80	31.50	37.60	41.10	43.90	46.50
49	1974	—	17.60	21.70	25.40	31.40	37.20	42.00	43.80	46.00
50	1975	—	17.60	20.70	25.10	31.50	37.50	42.90	45.80	46.30
51	1976	—	18.50	21.90	24.20	29.50	35.20	42.80	45.60	47.40
52	1977	—	17.70	21.20	25.30	30.20	36.90	41.60	44.50	46.80
53	1978	—	18.40	21.20	25.50	31.20	37.10	40.90	44.20	45.50
54	1979	—	17.40	20.40	27.00	32.70	38.10	41.70	43.70	46.30
55	1980	—	18.50	21.30	26.10	31.50	38.20	43.60	45.90	47.90
56	1981	—	18.09	21.04	25.43	31.46	37.21	41.96	44.50	46.60
57	1982	—	18.39	21.47	25.60	32.09	38.65	41.07	44.75	45.95
58	1983	—	17.98	20.40	25.83	30.78	37.22	41.63	44.05	46.10
59	1984	—	18.17	21.16	25.01	30.76	36.68	41.14	43.94	45.69
60	1985	—	18.01	20.84	25.14	31.93	37.11	42.96	45.79	47.84
61	1986	—	17.36	20.66	25.68	31.60	37.29	39.90	43.11	45.26
62	1987	—	17.36	20.85	24.40	30.42	36.06	39.76	42.68	45.30
63	1988	—	17.36	20.74	25.50	31.86	36.97	39.62	42.98	44.54
平成 元	1989	—	18.36	21.41	25.35	31.07	36.32	40.59	43.59	44.55
2	1990	—	17.92	20.63	25.78	31.31	36.62	40.14	42.51	44.25
3	1991	—	17.36	20.57	25.24	31.23	36.26	40.33	42.55	44.07
4	1992	—	17.72	20.72	26.60	31.51	37.18	39.88	42.00	43.46
5	1993	—	16.96	20.47	25.03	31.10	36.27	40.43	42.65	44.56
6	1994	—	17.25	20.05	24.28	30.01	35.12	39.44	42.68	43.69
7	1995	—	17.15	20.16	24.89	30.79	35.86	37.17	40.11	42.00
8	1996	—	16.93	20.56	24.73	29.81	35.51	38.21	41.29	42.36
9	1997	—	17.57	20.36	25.49	30.58	35.35	38.13	40.88	42.77
10	1998	15.22	17.64	20.53	24.33	30.65	35.56	39.51	41.68	42.68
11	1999	15.06	17.25	20.74	25.11	30.60	35.97	37.61	39.71	41.25
12	2000	14.66	17.18	20.52	25.36	31.19	36.24	38.99	42.19	43.68
13	2001	14.97	17.41	20.55	24.71	30.32	36.02	39.58	42.83	43.97
14	2002	15.15	17.37	20.76	25.09	30.64	36.24	38.97	41.55	43.40
15	2003	15.21	17.68	20.52	25.13	31.23	36.21	38.27	40.73	41.77
16	2004	15.44	17.75	20.89	25.16	30.69	35.44	38.50	40.97	42.57
17	2005	14.97	17.49	20.66	24.61	30.80	35.90	37.92	40.69	42.25
18	2006	15.09	17.46	20.74	24.83	30.51	35.77	38.27	41.25	42.76
19	2007	15.08	17.48	20.55	24.64	30.65	35.78	38.19	40.83	42.69
20	2008	15.33	17.66	20.87	24.73	30.55	35.85	38.43	40.95	42.66
21	2009	15.05	17.48	20.52	24.67	30.33	35.40	38.71	40.95	42.84
22	2010	14.90	17.38	20.45	24.24	30.18	35.46	38.11	41.48	42.64
23	2011	15.05	17.22	20.55	24.03	29.85	35.24	38.54	40.82	43.21
24	2012	14.91	17.19	20.11	24.20	29.73	35.29	38.51	41.32	42.44
25	2013	14.91	17.22	20.25	23.89	29.81	34.86	37.90	40.78	42.68
26	2014	14.88	17.05	20.35	23.99	29.47	35.04	37.71	40.45	42.23
27	2015	14.87	17.00	20.20	24.09	29.59	34.74	37.72	40.03	42.13
28	2016	14.93	17.17	20.17	23.96	29.59	34.82	37.33	40.15	41.78
29	2017	14.87	17.10	20.09	23.98	29.48	34.73	37.50	40.05	41.81
30	2018	14.99	17.20	20.23	23.80	29.58	34.50	37.15	39.74	41.54
令和 元	2019	14.70	16.84	19.98	23.77	29.10	34.33	36.70	39.35	40.99
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	14.33	16.71	19.82	23.81	29.64	34.38	36.52	38.99	40.88
4	2022	14.42	16.69	19.79	24.15	29.81	34.70	36.70	39.02	40.68

(注1) 資料出所は、体力・運動能力調査(体育課及びスポーツ健康課)による。なお、「—」欄は未実施項目である。

(注2) 平成10年度から、新しく小学校4年生が加わっている。

【握力(女子)の年次統計】

(単位:kg)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年		
昭和	40	1965	—	16.70	19.00	21.60	23.60	25.60	26.60	27.80	27.60	
	41	1966	—	15.10	<u>18.10</u>	<u>21.10</u>	24.00	25.40	26.40	26.70	27.50	
	42	1967	—	<u>14.70</u>	<u>18.10</u>	<u>21.10</u>	24.20	25.90	28.00	28.00	29.00	
	43	1968	—	15.20	18.90	22.00	24.80	26.50	27.90	28.50	29.70	
	44	1969	—	15.90	18.70	22.50	24.70	26.50	26.70	28.30	28.50	
	45	1970	—	16.40	20.10	22.60	25.90	27.70	29.30	30.30	30.70	
	46	1971	—	15.70	19.40	22.70	25.00	27.50	29.40	<u>31.10</u>	31.00	
	47	1972	—	15.50	19.20	<u>21.10</u>	24.10	25.90	28.30	29.30	30.30	
	48	1973	—	16.10	19.80	23.40	25.80	27.30	29.50	30.10	<u>31.10</u>	
	49	1974	—	16.10	19.80	22.80	25.30	27.50	27.20	28.10	29.50	
	50	1975	—	16.30	19.20	22.70	25.20	26.60	29.40	30.40	30.70	
	51	1976	—	<u>17.40</u>	<u>20.80</u>	21.90	24.80	25.70	29.30	29.70	31.00	
	52	1977	—	16.30	20.10	22.70	25.30	27.00	28.20	30.50	30.10	
	53	1978	—	16.70	19.80	22.70	25.00	26.90	27.60	28.00	28.80	
	54	1979	—	16.20	19.60	22.90	26.00	27.70	28.20	29.10	30.30	
	55	1980	—	17.00	20.20	22.60	25.50	26.30	<u>29.70</u>	29.80	31.00	
	56	1981	—	16.48	19.85	23.19	25.48	27.15	<u>29.70</u>	29.38	29.72	
	57	1982	—	16.85	20.06	<u>23.52</u>	26.09	<u>28.47</u>	28.06	29.07	29.65	
	58	1983	—	16.42	19.40	23.12	26.51	26.59	28.59	29.62	30.09	
	59	1984	—	17.03	20.26	22.05	24.94	26.43	28.07	28.73	29.22	
	60	1985	—	16.50	19.98	22.85	25.87	26.62	28.84	30.22	30.91	
	61	1986	—	16.34	19.52	23.29	<u>26.65</u>	27.06	27.81	28.41	29.06	
	62	1987	—	16.04	19.38	21.77	23.73	25.24	26.28	27.71	27.49	
	63	1988	—	16.12	19.35	22.37	24.65	25.81	26.37	27.43	27.83	
平成	元	1989	—	16.83	19.71	22.28	24.90	25.37	26.47	27.22	28.00	
	2	1990	—	16.80	19.44	21.96	24.61	25.86	26.21	27.13	27.39	
	3	1991	—	15.90	19.18	22.34	23.97	25.00	25.97	26.62	27.12	
	4	1992	—	16.54	19.63	22.34	24.63	25.69	25.22	26.43	26.85	
	5	1993	—	16.11	19.25	22.08	24.00	25.14	25.85	27.10	27.65	
	6	1994	—	16.28	19.37	21.37	23.57	<u>24.36</u>	26.70	27.18	27.49	
	7	1995	—	16.16	19.38	22.56	25.17	25.90	24.37	<u>25.38</u>	<u>25.69</u>	
	8	1996	—	16.02	19.34	21.58	24.11	25.18	25.49	26.08	26.61	
	9	1997	—	16.53	19.26	22.10	24.15	25.26	25.70	26.67	26.92	
	10	1998	13.85	16.44	19.87	21.60	23.58	25.06	26.15	27.31	27.24	
	11	1999	14.29	16.18	20.20	22.23	24.23	25.69	<u>24.30</u>	25.45	26.04	
	12	2000	<u>13.58</u>	16.23	19.26	22.23	24.06	25.23	25.80	26.91	27.02	
	13	2001	13.72	16.40	19.42	21.50	<u>23.40</u>	24.96	25.59	26.80	27.02	
	14	2002	14.03	16.55	19.42	21.74	24.31	25.17	24.86	25.58	26.28	
	15	2003	14.07	17.19	19.88	21.71	24.44	25.45	25.63	26.36	26.33	
	16	2004	<u>14.49</u>	16.80	19.72	22.19	24.09	25.47	24.78	26.03	26.77	
	17	2005	14.07	16.81	19.93	21.67	24.14	25.19	24.63	25.42	26.06	
	18	2006	14.13	16.66	19.91	21.99	24.32	25.49	24.99	26.15	26.40	
	19	2007	14.08	16.69	19.73	22.01	24.43	25.62	25.06	25.91	26.57	
	20	2008	14.33	16.96	20.02	22.01	24.56	25.77	25.45	26.30	26.65	
	21	2009	14.15	16.76	19.85	22.00	24.22	25.60	25.53	26.42	26.81	
	22	2010	13.91	16.80	19.76	21.81	24.10	25.23	25.40	26.38	26.71	
	23	2011	14.06	16.58	19.81	21.71	24.02	25.44	25.41	26.32	26.90	
	24	2012	13.94	16.48	19.57	21.93	23.92	25.43	25.76	26.61	27.18	
	25	2013	14.12	16.54	19.55	21.60	24.21	25.27	25.50	26.40	26.87	
	26	2014	14.02	16.65	19.62	21.53	23.85	25.63	25.38	26.55	26.93	
	27	2015	13.96	16.58	19.77	21.68	24.15	25.23	25.76	26.29	26.95	
	28	2016	14.06	16.61	19.77	21.87	24.10	25.57	25.34	26.58	26.81	
	29	2017	14.02	16.48	19.53	21.82	24.24	25.46	25.43	26.26	27.09	
	30	2018	14.15	16.62	19.57	21.80	24.25	25.79	25.46	26.41	26.77	
令和	元	2019	13.87	16.44	19.54	21.78	24.13	25.60	25.63	26.13	26.64	
	2	2020	COVID-19の影響により中止									
	3	2021	13.79	16.46	19.16	21.32	24.11	25.33	25.25	25.99	26.29	
	4	2022	13.88	16.40	19.28	21.33	23.56	25.33	24.94	26.00	26.48	

(注3) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【反復横とび(男子)の年次統計】

(単位:点)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	34.90	37.90	36.50	<u>36.80</u>	39.30	38.30	<u>39.90</u>	41.20
41	1966	—	35.30	<u>37.70</u>	<u>35.40</u>	37.70	<u>39.20</u>	<u>38.20</u>	40.10	<u>41.10</u>
42	1967	—	<u>34.60</u>	<u>37.70</u>	36.50	38.10	39.70	40.60	42.30	43.10
43	1968	—	36.10	39.10	36.30	38.60	39.70	39.90	41.20	42.80
44	1969	—	35.60	38.30	37.30	39.60	40.80	42.00	42.90	43.40
45	1970	—	37.20	40.90	37.90	39.20	42.30	43.30	44.40	45.00
46	1971	—	36.10	39.70	37.40	39.60	40.50	42.10	43.40	43.40
47	1972	—	36.20	39.70	38.20	40.10	42.20	42.40	43.00	43.90
48	1973	—	36.20	39.80	37.50	40.20	41.80	42.10	42.80	44.10
49	1974	—	36.90	40.60	38.90	40.20	42.30	43.10	45.30	45.20
50	1975	—	37.00	39.90	38.00	39.50	41.80	42.40	42.70	43.70
51	1976	—	37.10	40.20	37.60	40.60	42.10	45.10	45.80	47.20
52	1977	—	36.80	40.40	38.30	40.80	42.20	44.20	45.70	46.40
53	1978	—	37.10	39.70	38.20	39.90	41.80	45.40	46.20	47.50
54	1979	—	37.70	40.70	38.00	41.00	42.00	45.20	45.10	46.70
55	1980	—	37.40	40.00	38.40	40.40	42.60	44.40	45.20	46.70
56	1981	—	37.66	39.93	39.56	41.20	42.67	44.40	46.86	47.60
57	1982	—	38.64	41.38	39.37	41.82	43.63	44.72	46.33	47.01
58	1983	—	38.92	41.66	38.60	40.80	43.59	44.82	46.62	47.18
59	1984	—	39.19	40.95	39.45	41.93	44.47	44.86	46.18	46.83
60	1985	—	39.51	42.46	39.14	41.08	43.05	45.73	48.41	48.72
61	1986	—	39.81	42.50	39.25	40.92	43.27	43.81	46.24	47.27
62	1987	—	38.58	41.37	40.07	41.65	43.79	43.72	45.37	46.12
63	1988	—	39.35	42.67	40.06	43.05	44.65	44.64	47.21	47.09
平成 元	1989	—	39.82	42.32	39.45	41.27	42.91	46.63	48.16	48.07
2	1990	—	39.24	42.27	40.31	42.27	43.98	45.45	47.01	47.95
3	1991	—	38.91	40.96	39.60	42.01	43.13	43.75	45.50	46.66
4	1992	—	39.42	41.90	39.68	42.60	43.28	43.99	45.93	48.25
5	1993	—	38.58	41.58	39.38	41.04	43.19	44.93	46.47	47.64
6	1994	—	39.18	41.46	38.64	41.99	43.24	44.11	45.07	46.00
7	1995	—	38.59	41.72	39.41	41.77	42.67	44.03	45.84	46.52
8	1996	—	39.31	42.56	39.82	41.30	43.79	44.90	45.85	46.40
9	1997	—	39.30	41.87	40.56	42.32	43.32	44.61	46.47	46.79
10	1998	<u>36.11</u>	39.17	41.31	44.40	47.74	48.59	49.85	51.28	53.29
11	1999	<u>37.36</u>	41.38	43.37	44.97	47.24	49.80	50.35	53.05	54.38
12	2000	36.50	39.24	42.34	44.79	47.63	49.83	51.13	51.80	53.96
13	2001	37.12	40.15	42.66	44.54	47.01	50.17	52.37	55.29	54.88
14	2002	37.29	40.62	43.23	45.64	48.45	50.16	50.95	52.88	53.73
15	2003	38.18	41.76	43.84	45.55	49.12	50.24	52.55	55.00	55.53
16	2004	37.65	41.03	44.08	45.95	48.87	50.24	53.28	55.32	56.67
17	2005	37.50	41.52	44.61	46.28	49.52	50.79	53.05	55.45	56.27
18	2006	37.76	41.93	44.72	46.92	50.18	52.46	53.74	56.08	56.84
19	2007	38.06	42.32	46.01	47.15	50.54	52.78	54.42	56.13	57.92
20	2008	38.35	43.15	46.15	48.43	51.17	53.54	55.56	57.46	58.14
21	2009	38.09	42.85	46.48	48.58	52.25	53.63	55.93	57.38	58.41
22	2010	39.05	43.05	46.47	49.19	52.50	54.93	55.75	58.09	58.72
23	2011	39.29	43.91	47.10	49.16	52.66	54.87	56.62	58.17	59.73
24	2012	38.92	44.01	47.11	49.03	52.23	54.72	56.24	58.80	59.67
25	2013	39.64	43.79	47.34	49.33	52.23	54.71	56.32	58.41	59.88
26	2014	39.35	44.14	47.75	49.67	52.77	55.47	56.55	58.78	59.67
27	2015	39.90	44.61	47.88	49.45	53.56	55.65	56.34	58.55	59.86
28	2016	40.66	44.83	48.10	50.07	53.78	56.32	56.37	58.55	59.79
29	2017	40.48	44.92	47.80	50.16	53.66	55.66	56.13	58.23	59.44
30	2018	40.23	44.96	48.27	50.40	53.97	56.11	56.14	58.37	59.31
令和 元	2019	40.09	44.90	48.16	50.12	53.41	55.58	55.80	58.16	59.25
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	39.07	42.54	46.77	48.29	52.90	55.26	55.45	57.29	58.81
4	2022	39.25	43.15	46.10	48.36	52.10	55.69	55.59	57.07	58.55

(注1) 平成10年度から、新しく小学4年に加わっている。

(注2) 平成10年度から、反復幅が従来の小学高学年用に全統一されたため、中学校以上の値は高くなっている。

【反復横とび(女子)の年次統計】

(単位:点)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	34.70	<u>36.90</u>	34.70	35.40	<u>35.00</u>	34.90	<u>35.20</u>	35.60
41	1966	—	<u>33.90</u>	37.30	<u>34.40</u>	35.40	35.50	<u>34.10</u>	37.50	<u>34.90</u>
42	1967	—	34.70	37.40	<u>34.40</u>	<u>35.20</u>	35.50	36.30	36.90	37.40
43	1968	—	35.20	39.20	34.80	36.00	36.50	35.00	36.30	35.60
44	1969	—	35.70	37.90	34.60	36.90	37.10	37.70	37.60	37.40
45	1970	—	36.40	39.20	36.10	36.50	43.10	39.20	40.10	40.60
46	1971	—	34.90	38.30	35.90	37.40	36.60	39.50	40.20	40.00
47	1972	—	35.20	38.30	37.20	37.40	38.00	39.10	40.00	39.80
48	1973	—	35.20	38.40	35.80	36.90	37.40	38.00	38.20	38.60
49	1974	—	35.90	38.70	36.70	37.30	38.60	38.80	39.80	40.50
50	1975	—	35.90	38.20	35.50	37.30	38.40	39.70	40.40	39.40
51	1976	—	36.60	38.30	35.70	37.40	37.80	39.50	40.30	39.70
52	1977	—	35.60	38.50	36.10	37.90	38.30	39.60	40.90	40.50
53	1978	—	36.10	38.50	36.20	36.70	37.80	40.10	40.50	41.20
54	1979	—	37.60	39.30	36.50	38.10	38.30	40.00	39.60	40.80
55	1980	—	36.30	38.90	35.80	37.40	38.40	40.70	40.60	40.80
56	1981	—	36.71	39.40	36.75	38.49	39.03	39.95	40.74	41.14
57	1982	—	37.08	39.91	36.77	38.24	38.71	39.29	40.56	40.40
58	1983	—	38.58	40.50	36.89	38.42	39.35	40.47	41.22	40.69
59	1984	—	38.21	39.91	37.66	39.01	38.74	40.26	41.04	41.11
60	1985	—	39.02	41.32	37.42	38.25	38.49	39.48	41.56	41.84
61	1986	—	38.92	41.39	37.29	38.09	38.76	39.44	40.99	41.39
62	1987	—	38.16	40.29	37.65	38.24	39.21	38.54	38.77	40.50
63	1988	—	38.96	41.30	38.30	39.26	39.10	37.58	38.75	39.01
平成 元	1989	—	38.40	40.87	36.79	37.95	38.40	40.37	41.71	41.50
2	1990	—	37.78	40.54	37.92	38.77	38.58	38.66	38.66	39.68
3	1991	—	37.07	39.03	36.34	37.78	38.23	37.96	38.49	39.07
4	1992	—	37.49	39.24	36.76	37.80	38.40	39.06	39.14	40.81
5	1993	—	36.85	39.07	35.84	36.83	37.54	38.89	39.90	40.33
6	1994	—	37.13	38.63	36.29	37.83	37.41	38.30	38.22	39.43
7	1995	—	36.54	38.69	36.34	37.47	38.03	37.35	38.67	39.03
8	1996	—	36.82	38.83	35.57	36.69	37.00	38.41	38.13	39.28
9	1997	—	36.39	38.22	35.97	37.62	37.73	37.32	38.70	39.14
10	1998	33.86	36.01	37.78	39.81	40.90	41.85	42.35	43.17	44.07
11	1999	35.44	37.96	39.65	39.89	40.95	40.62	42.61	43.86	44.92
12	2000	<u>33.73</u>	36.44	38.43	40.51	41.05	41.67	42.69	42.89	43.20
13	2001	35.12	37.38	38.77	40.58	40.39	41.19	41.97	44.15	44.30
14	2002	35.03	37.53	39.56	40.11	41.50	41.58	42.21	42.33	43.49
15	2003	36.41	39.11	39.97	41.34	42.39	42.19	44.77	45.67	45.31
16	2004	35.49	38.76	40.56	41.50	42.70	42.80	43.96	45.18	45.79
17	2005	35.54	39.09	41.27	41.74	43.31	43.11	43.55	44.92	45.58
18	2006	35.68	39.70	41.78	42.32	44.45	44.37	44.59	46.01	46.34
19	2007	35.69	40.10	42.84	43.18	44.62	44.91	45.81	46.28	47.16
20	2008	36.38	40.48	43.19	43.84	45.63	45.70	46.68	47.47	47.78
21	2009	35.97	40.43	43.08	44.37	45.72	45.88	47.09	47.66	47.83
22	2010	36.39	40.85	43.53	44.78	46.11	46.36	46.82	47.77	48.00
23	2011	36.75	41.13	43.80	44.75	46.20	46.55	47.28	48.15	48.83
24	2012	36.75	41.35	43.72	44.54	46.10	46.36	47.46	48.51	49.07
25	2013	37.22	41.35	44.17	44.61	46.48	46.23	47.67	48.22	48.72
26	2014	37.24	41.96	44.38	45.03	46.69	47.13	48.05	48.99	49.24
27	2015	37.75	42.28	44.88	45.23	47.29	47.34	48.14	49.02	49.63
28	2016	38.47	42.53	45.21	46.42	47.79	48.36	47.83	49.00	49.58
29	2017	37.98	42.64	45.10	46.26	48.20	48.29	47.98	48.89	49.54
30	2018	38.44	42.73	45.61	46.74	48.73	49.29	48.42	49.21	49.33
令和 元	2019	38.54	43.10	45.47	46.79	48.34	49.02	48.93	49.42	49.45
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	37.46	41.23	44.33	45.32	47.49	47.87	47.94	48.94	49.49
4	2022	37.67	41.61	43.87	44.70	46.79	47.74	47.99	48.70	49.43

(注3) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【持久走(男子)の年次統計】

(単位:秒)

年 度		中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年		
昭和	40	1965	379.30	372.30	365.30	348.40	352.70	352.80	
	41	1966	385.80	371.10	362.40	357.50	355.10	353.20	
	42	1967	385.00	373.30	359.20	366.10	358.70	359.00	
	43	1968	384.90	370.20	355.90	360.20	354.20	355.70	
	44	1969	384.10	367.40	361.40	357.20	357.60	355.20	
	45	1970	390.10	366.00	361.40	365.90	359.20	361.70	
	46	1971	392.50	374.80	367.60	363.30	358.80	358.30	
	47	1972	392.00	367.40	360.00	368.90	368.50	367.80	
	48	1973	398.90	374.40	367.00	360.40	361.40	361.50	
	49	1974	393.60	374.60	361.80	362.30	361.20	364.30	
	50	1975	389.80	376.30	362.30	362.70	363.70	369.90	
	51	1976	392.80	367.80	360.60	362.50	361.60	363.80	
	52	1977	393.00	371.40	362.10	361.80	360.80	361.10	
	53	1978	399.60	376.90	370.20	363.30	357.20	359.80	
	54	1979	396.00	370.01	365.00	358.10	355.40	366.00	
	55	1980	392.90	368.70	363.80	345.40	342.10	346.80	
	56	1981	392.86	376.07	365.79	356.60	363.66	364.37	
	57	1982	394.46	373.96	366.44	358.80	356.01	359.28	
	58	1983	397.27	372.49	355.02	362.73	353.89	357.21	
	59	1984	394.48	374.10	363.87	369.33	360.55	362.29	
	60	1985	397.12	376.84	371.26	362.23	357.06	354.18	
	61	1986	403.94	377.22	369.32	376.17	366.83	367.89	
	62	1987	406.81	377.83	373.66	387.88	372.37	374.79	
	63	1988	399.87	377.82	368.54	379.13	367.63	369.09	
	平成	元	1989	407.56	379.57	374.99	368.58	360.60	364.20
	2	1990	410.83	376.21	369.97	378.07	366.92	369.94	
	3	1991	416.03	385.87	377.72	387.23	380.74	381.26	
	4	1992	418.65	377.76	376.19	375.89	365.14	364.64	
	5	1993	414.82	380.51	373.65	382.14	367.91	366.21	
	6	1994	413.04	377.23	372.12	382.51	376.00	377.21	
	7	1995	418.09	382.45	372.71	384.90	379.59	377.05	
	8	1996	419.97	389.95	381.65	382.14	376.41	376.30	
	9	1997	415.52	377.92	363.39	388.05	379.73	383.23	
	10	1998	431.89	395.47	383.80	384.24	375.93	373.06	
	11	1999	436.71	401.30	387.64	386.10	377.02	377.93	
	12	2000	440.68	399.25	379.39	390.02	387.93	375.78	
	13	2001	436.47	402.43	377.37	392.17	363.90	368.48	
	14	2002	437.57	386.88	382.67	394.10	379.10	375.32	
	15	2003	437.35	398.47	382.88	384.70	374.72	378.58	
	16	2004	435.95	393.48	385.03	396.38	379.93	380.18	
	17	2005	430.45	388.50	380.90	393.95	381.72	380.82	
	18	2006	434.38	389.01	374.97	389.99	375.42	375.77	
	19	2007	432.75	392.42	382.19	387.82	382.54	373.64	
	20	2008	431.31	395.49	381.39	383.52	370.92	371.35	
	21	2009	428.44	387.35	377.79	381.54	371.55	371.34	
	22	2010	424.03	386.36	377.88	383.67	373.04	368.06	
	23	2011	433.02	390.24	380.65	379.02	368.32	365.86	
	24	2012	431.59	389.38	378.64	382.22	366.17	366.10	
	25	2013	430.61	392.44	378.01	380.65	366.38	366.29	
	26	2014	425.11	389.69	378.65	378.66	364.69	365.23	
	27	2015	436.03	386.42	378.18	386.83	367.17	368.39	
	28	2016	431.89	386.27	373.56	383.28	365.82	364.97	
	29	2017	429.14	383.60	374.47	383.67	367.59	366.42	
	30	2018	437.26	393.27	380.60	384.12	368.03	367.99	
	令和	元	2019	439.93	403.24	391.65	390.39	372.50	372.88
	2	2020	COVID-19の影響により中止						
	3	2021	444.39	401.37	391.90	392.99	381.88	382.18	
	4	2022	451.93	409.53	393.69	405.47	387.20	384.09	

(注1) 男子は1500m、女子は1000mである。

(注2) 平成10年度から、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択することになっている。

【持久走(女子)の年次統計】

(単位:秒)

年 度		中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年		
昭和	40	1965	287.90	286.10	292.30	292.20	297.30	297.60	
	41	1966	280.90	281.80	285.20	292.50	291.50	292.60	
	42	1967	279.50	280.60	284.10	291.40	290.90	292.20	
	43	1968	274.90	276.70	271.90	282.90	286.10	287.80	
	44	1969	275.50	276.00	282.70	292.30	287.40	292.70	
	45	1970	279.80	276.90	284.60	296.70	308.50	308.00	
	46	1971	279.60	277.00	283.00	290.80	284.20	292.10	
	47	1972	280.30	274.90	282.30	295.00	295.00	297.70	
	48	1973	282.40	276.90	282.50	285.40	285.10	290.30	
	49	1974	278.80	276.20	281.40	289.40	288.60	291.60	
	50	1975	278.70	276.80	277.60	292.20	287.00	292.40	
	51	1976	273.70	266.90	276.30	290.30	287.10	289.10	
	52	1977	278.10	274.00	277.50	286.60	290.70	289.40	
	53	1978	278.50	275.70	283.00	293.10	292.60	292.50	
	54	1979	274.80	270.30	273.70	282.60	288.70	289.10	
	55	1980	276.80	272.10	286.00	283.40	285.40	288.00	
	56	1981	274.06	269.85	281.59	285.03	287.72	287.82	
	57	1982	280.02	272.68	278.81	287.93	289.85	289.05	
	58	1983	271.47	270.13	273.82	286.48	283.35	287.31	
	59	1984	274.51	273.27	283.30	290.61	296.59	288.67	
	60	1985	280.21	276.29	281.94	287.99	285.67	287.46	
	61	1986	279.89	278.90	287.61	292.55	286.84	298.18	
	62	1987	281.87	282.51	286.53	299.56	307.26	305.69	
	63	1988	281.18	276.76	286.84	297.92	301.43	296.03	
	平成	元	1989	282.98	275.25	284.99	293.53	297.88	298.73
	2	1990	284.42	279.51	290.59	300.13	299.53	298.94	
	3	1991	284.30	279.73	287.53	307.66	304.59	304.78	
	4	1992	285.65	276.00	284.44	292.21	291.34	292.17	
	5	1993	283.69	278.69	281.41	294.10	296.61	297.73	
	6	1994	285.53	276.97	283.81	302.08	301.86	300.58	
	7	1995	292.63	280.06	283.54	303.88	299.56	300.28	
	8	1996	297.74	287.63	293.63	305.86	310.25	305.18	
	9	1997	291.70	280.83	288.58	306.74	304.85	309.96	
	10	1998	300.10	292.05	292.34	299.78	300.62	298.12	
	11	1999	306.72	295.66	307.89	311.33	301.72	305.00	
	12	2000	309.97	298.20	302.50	308.72	307.28	304.88	
	13	2001	305.07	294.63	298.35	315.08	309.00	312.77	
	14	2002	301.70	288.90	295.35	<u>327.52</u>	<u>324.72</u>	318.22	
	15	2003	305.88	301.93	301.27	308.43	307.95	309.65	
	16	2004	298.12	294.50	298.18	315.55	317.15	314.97	
	17	2005	304.32	293.35	297.53	320.62	315.88	310.18	
	18	2006	304.48	291.05	296.36	313.33	312.90	315.89	
	19	2007	302.70	295.21	301.52	315.03	312.43	313.07	
	20	2008	302.27	290.04	298.66	309.10	307.60	309.49	
	21	2009	301.73	290.60	293.75	309.27	308.58	307.90	
	22	2010	302.45	288.52	298.64	306.49	303.58	307.38	
	23	2011	303.46	291.36	298.19	308.58	302.64	301.78	
	24	2012	304.14	291.46	294.70	309.68	307.31	304.66	
	25	2013	303.82	288.80	295.76	305.03	305.14	308.38	
	26	2014	301.64	292.49	291.11	304.06	299.19	302.65	
	27	2015	304.15	287.34	296.67	304.34	301.96	302.74	
	28	2016	300.53	285.61	290.13	302.67	297.43	302.11	
	29	2017	297.89	286.09	289.57	304.18	299.79	305.35	
	30	2018	304.11	288.98	288.76	302.42	300.13	307.66	
	令和	元	2019	302.79	294.28	297.10	304.53	305.05	314.95
	2	2020	COVID-19の影響により中止						
	3	2021	305.76	297.91	296.33	309.49	309.96	319.92	
	4	2022	317.14	304.73	311.99	315.58	314.91	329.00	

(注3) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【50m走(男子)の年次統計】

(単位:秒)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	9.00	8.80	8.30	8.00	7.60	7.40	7.40	7.30
41	1966	—	9.10	8.80	8.50	8.10	<u>7.80</u>	7.70	7.40	7.20
42	1967	—	9.10	8.80	8.50	8.10	<u>7.80</u>	7.70	7.40	7.30
43	1968	—	9.10	8.80	8.50	<u>8.20</u>	<u>7.80</u>	7.50	7.30	7.20
44	1969	—	9.10	8.80	8.50	8.10	7.70	7.40	7.30	7.20
45	1970	—	9.10	8.90	8.50	8.10	<u>7.80</u>	7.60	7.40	<u>7.40</u>
46	1971	—	9.10	8.90	8.60	8.10	<u>7.80</u>	7.60	7.30	7.20
47	1972	—	9.20	8.90	8.50	8.10	7.70	7.50	7.40	7.20
48	1973	—	9.20	8.90	8.60	<u>8.20</u>	7.70	7.50	7.40	7.30
49	1974	—	9.20	8.90	8.50	8.10	7.70	7.60	7.40	<u>7.40</u>
50	1975	—	9.20	8.90	8.50	8.10	7.70	7.60	7.40	7.30
51	1976	—	9.20	8.90	8.50	8.10	<u>7.80</u>	7.50	7.30	7.20
52	1977	—	9.20	8.90	8.60	8.10	<u>7.80</u>	7.60	7.40	7.20
53	1978	—	9.30	8.80	8.60	8.10	<u>7.80</u>	7.60	7.40	7.30
54	1979	—	9.30	8.90	8.60	8.00	<u>7.80</u>	7.50	7.40	7.20
55	1980	—	9.20	8.90	8.60	8.10	7.70	7.60	7.40	7.30
56	1981	—	9.17	8.89	8.54	8.13	7.74	7.48	7.38	7.20
57	1982	—	9.16	8.86	8.60	8.10	7.69	7.44	7.25	7.15
58	1983	—	9.16	8.83	8.58	8.16	7.70	7.58	7.41	7.25
59	1984	9.44	9.22	8.87	8.61	8.10	7.79	7.62	7.39	7.27
60	1985	9.45	9.16	8.85	8.57	8.10	7.69	7.55	7.34	7.22
61	1986	9.44	9.16	8.81	8.57	8.10	7.71	7.65	7.34	7.23
62	1987	9.42	9.16	8.84	8.63	8.15	7.72	7.66	7.41	<u>7.40</u>
63	1988	<u>9.38</u>	9.16	<u>8.79</u>	8.45	7.96	7.64	7.64	7.34	7.28
平成 元	1989	9.48	9.17	8.83	8.51	8.03	7.67	7.55	7.29	7.23
2	1990	9.54	9.18	8.86	8.63	8.00	7.63	7.60	7.39	7.22
3	1991	9.57	9.21	8.90	8.51	8.03	7.64	7.61	7.42	7.26
4	1992	9.58	9.19	8.82	8.51	<u>7.91</u>	7.60	7.42	<u>7.19</u>	<u>7.09</u>
5	1993	9.51	9.21	8.85	8.54	7.95	7.56	7.46	7.27	7.17
6	1994	9.61	9.22	8.90	8.56	8.02	7.61	7.52	7.32	7.21
7	1995	9.61	9.25	8.82	8.48	7.97	7.63	7.55	7.35	7.22
8	1996	9.64	9.23	8.88	8.57	8.01	7.63	7.46	7.30	7.22
9	1997	9.78	9.30	8.95	8.56	8.01	7.65	7.58	7.33	7.23
10	1998	9.80	9.36	8.95	8.65	8.03	7.70	7.70	<u>7.50</u>	7.35
11	1999	9.75	9.27	8.96	8.58	8.06	7.63	7.61	7.45	7.36
12	2000	9.81	9.37	8.97	8.72	8.10	7.66	7.60	7.40	7.28
13	2001	<u>9.84</u>	9.37	8.98	8.69	8.10	7.67	7.54	7.30	7.27
14	2002	<u>9.70</u>	9.33	8.95	8.66	8.03	7.71	<u>7.71</u>	7.44	7.35
15	2003	9.80	9.35	8.96	8.68	8.12	7.76	7.57	7.33	7.28
16	2004	9.81	9.36	8.94	<u>8.74</u>	8.08	7.76	7.60	7.37	7.24
17	2005	9.82	9.40	<u>9.01</u>	8.60	8.04	7.67	7.59	7.36	7.29
18	2006	9.74	9.38	8.97	8.72	8.06	7.67	7.59	7.38	7.29
19	2007	9.77	9.38	8.98	8.71	8.04	7.64	7.58	7.37	7.29
20	2008	9.75	9.32	8.92	8.64	8.03	7.66	7.55	7.35	7.24
21	2009	9.71	9.29	8.86	8.61	7.95	7.59	7.58	7.35	7.26
22	2010	9.70	9.28	8.89	8.59	7.98	7.57	7.56	7.34	7.25
23	2011	9.66	9.30	8.87	8.62	7.97	7.57	7.58	7.35	7.25
24	2012	9.67	9.28	8.89	8.64	8.00	7.57	7.57	7.33	7.26
25	2013	9.70	9.32	8.90	8.60	7.98	7.57	7.52	7.30	7.23
26	2014	9.70	9.27	8.87	8.60	7.96	7.57	7.52	7.31	7.21
27	2015	9.66	9.24	8.85	8.61	7.94	<u>7.52</u>	7.55	7.33	7.21
28	2016	9.65	9.29	8.86	8.61	7.96	7.57	7.58	7.33	7.24
29	2017	9.66	9.21	8.85	8.56	7.94	7.53	7.58	7.33	7.24
30	2018	9.62	9.22	8.83	8.61	7.92	7.54	7.57	7.35	7.25
令和 元	2019	9.67	9.27	8.85	8.60	7.98	7.57	7.61	7.39	7.32
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	9.71	9.31	8.85	8.63	7.96	7.53	7.57	7.32	7.27
4	2022	9.78	<u>9.42</u>	8.97	8.64	8.00	7.56	7.58	7.40	7.29

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【50m走(女子)の年次統計】

(単位:秒)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	9.50	9.10	9.00	8.90	8.90	9.00	9.00	9.00
41	1966	—	9.50	9.20	9.00	8.90	8.90	9.00	8.90	8.90
42	1967	—	9.50	9.20	8.90	8.90	8.80	9.00	9.00	8.90
43	1968	—	<u>9.30</u>	<u>9.00</u>	8.90	8.80	8.80	8.90	8.80	8.80
44	1969	—	9.40	9.10	8.90	8.80	8.80	8.90	8.80	8.80
45	1970	—	9.40	9.10	8.90	8.80	8.80	8.90	8.80	8.80
46	1971	—	9.50	9.10	8.90	8.80	8.90	8.90	8.80	8.80
47	1972	—	9.50	9.10	8.90	8.80	8.70	8.90	8.90	8.80
48	1973	—	9.50	9.20	9.00	8.80	8.90	8.80	8.80	8.80
49	1974	—	9.50	9.20	9.00	8.70	8.80	8.90	8.80	8.80
50	1975	—	9.50	9.20	8.90	8.80	8.80	8.90	9.00	9.00
51	1976	—	9.50	9.10	8.90	8.70	8.80	8.80	<u>8.70</u>	8.80
52	1977	—	9.50	9.20	9.00	8.80	8.80	8.90	8.80	8.70
53	1978	—	9.40	9.10	9.00	8.80	8.80	8.90	8.80	8.80
54	1979	—	9.50	9.20	8.90	8.70	8.70	8.80	<u>8.70</u>	8.70
55	1980	—	9.40	9.10	9.00	8.70	8.70	8.80	<u>8.70</u>	8.70
56	1981	—	9.43	9.10	8.91	8.72	8.71	8.73	8.75	8.73
57	1982	—	9.43	9.08	8.96	8.69	8.70	8.73	8.72	8.72
58	1983	—	9.42	9.05	8.94	8.77	8.78	8.91	8.78	8.80
59	1984	9.70	9.41	9.09	8.94	8.78	8.82	8.90	8.89	8.81
60	1985	9.71	9.44	9.08	8.94	8.70	8.70	9.02	8.85	8.71
61	1986	9.68	9.42	9.07	8.99	<u>9.01</u>	8.83	8.88	8.78	8.81
62	1987	9.74	9.39	9.11	9.03	8.78	8.79	8.92	9.05	9.03
63	1988	<u>9.66</u>	9.35	9.07	8.93	8.74	8.74	9.05	9.02	9.00
平成 元	1989	9.70	9.42	9.07	8.96	8.75	8.75	8.87	8.87	8.76
2	1990	9.78	9.42	9.04	9.00	8.77	8.80	9.02	8.90	8.92
3	1991	9.89	9.44	9.09	8.97	8.74	8.71	<u>9.20</u>	9.09	9.07
4	1992	9.80	9.45	9.06	8.93	<u>8.66</u>	8.64	<u>8.72</u>	8.75	<u>8.69</u>
5	1993	9.71	9.43	9.07	<u>8.89</u>	8.67	<u>8.62</u>	8.89	8.86	8.83
6	1994	9.82	9.45	9.13	8.98	8.73	8.72	8.90	8.90	8.87
7	1995	9.90	9.45	9.11	8.94	8.69	<u>8.62</u>	8.96	8.86	8.84
8	1996	9.88	9.51	9.18	9.02	8.78	8.77	8.80	8.93	8.83
9	1997	9.88	9.57	9.21	9.03	8.76	8.76	8.90	8.85	8.88
10	1998	10.04	9.61	9.28	9.18	8.92	8.90	9.09	8.97	8.98
11	1999	10.01	9.59	9.25	9.16	8.92	8.94	9.07	9.02	9.03
12	2000	<u>10.10</u>	9.61	9.23	9.21	8.95	8.89	9.04	9.04	9.02
13	2001	10.07	9.60	9.27	9.20	8.95	8.94	9.12	8.99	9.00
14	2002	9.96	9.61	<u>9.30</u>	<u>9.24</u>	8.97	<u>8.98</u>	9.19	<u>9.19</u>	<u>9.10</u>
15	2003	10.03	9.58	9.28	<u>9.24</u>	8.90	8.97	8.89	8.91	8.89
16	2004	10.04	<u>9.64</u>	9.24	9.14	8.91	8.88	9.05	8.93	8.97
17	2005	10.04	9.60	9.28	9.09	8.84	8.83	9.07	9.06	9.03
18	2006	10.01	9.61	9.25	9.18	8.82	8.80	9.01	8.95	8.98
19	2007	10.06	9.63	9.26	9.13	8.83	8.76	9.03	8.97	8.97
20	2008	10.03	9.57	9.21	9.11	8.81	8.82	8.90	8.89	8.93
21	2009	9.99	9.55	9.18	9.12	8.79	8.73	8.99	8.94	8.97
22	2010	10.04	9.55	9.20	9.06	8.82	8.75	8.95	8.91	8.93
23	2011	10.02	9.62	9.18	9.10	8.78	8.76	8.99	8.96	8.96
24	2012	9.98	9.57	9.23	9.12	8.82	8.76	9.02	8.94	8.90
25	2013	10.00	9.60	9.22	9.13	8.79	8.74	8.94	8.94	8.93
26	2014	10.02	9.56	9.23	9.12	8.81	8.71	8.95	8.87	8.90
27	2015	9.96	9.51	9.17	9.11	8.78	8.72	8.91	8.87	8.81
28	2016	9.97	9.55	9.15	9.08	8.77	8.72	8.97	8.85	8.87
29	2017	10.00	9.49	9.16	9.06	8.72	8.67	8.98	8.91	8.86
30	2018	9.92	9.52	9.15	9.07	8.75	8.67	8.94	8.89	8.93
令和 元	2019	9.97	9.51	9.17	9.10	8.80	8.73	8.92	8.87	8.90
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	9.94	9.50	9.20	9.16	8.86	8.75	8.98	8.92	8.93
4	2022	10.02	9.57	9.24	9.21	8.95	8.86	9.03	8.97	8.94

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【ボール投げ(男子)の年次統計】

(単位:m)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
昭和 40	1965	—	31.70	35.30	19.10	21.50	24.40	25.90	27.70	29.00
41	1966	—	31.00	32.30	18.10	21.10	23.10	25.40	27.00	28.20
42	1967	—	29.50	33.50	18.60	21.20	24.50	26.10	27.10	28.70
43	1968	—	30.00	34.10	18.60	21.10	24.00	26.00	27.20	28.30
44	1969	—	30.70	35.10	18.90	21.50	24.30	26.10	28.00	28.30
45	1970	—	31.20	35.20	18.70	21.10	24.50	26.40	27.90	28.40
46	1971	—	30.40	34.90	19.30	22.00	24.80	26.50	27.90	29.30
47	1972	—	29.60	33.90	18.70	21.20	24.50	25.90	27.30	28.20
48	1973	—	29.00	33.70	19.30	22.20	24.70	27.50	28.40	29.20
49	1974	—	29.00	32.90	18.80	21.80	24.30	25.90	27.20	27.50
50	1975	—	28.30	33.30	19.00	21.60	24.30	26.30	26.90	27.40
51	1976	—	28.10	33.50	19.00	21.90	24.30	25.90	27.60	29.10
52	1977	—	29.40	33.80	19.20	22.00	24.40	25.80	27.10	28.10
53	1978	—	29.90	34.00	19.00	22.00	24.50	25.10	27.00	27.30
54	1979	—	30.10	34.60	19.10	22.20	24.70	26.20	28.10	29.10
55	1980	—	30.10	34.40	19.60	22.40	24.80	25.60	26.60	28.00
56	1981	—	29.81	34.38	19.07	21.88	24.34	26.50	28.31	29.17
57	1982	—	29.30	33.45	19.95	22.00	25.10	26.13	28.00	29.16
58	1983	—	28.85	33.46	19.79	21.66	24.62	26.00	27.22	29.01
59	1984	25.02	29.03	33.27	19.06	21.79	24.50	26.16	27.45	28.65
60	1985	24.55	28.31	32.68	19.35	22.18	24.58	26.51	27.65	28.96
61	1986	24.05	28.12	32.92	19.06	21.54	24.27	24.53	26.47	27.53
62	1987	24.19	28.39	32.53	19.00	21.58	24.17	24.46	26.82	28.08
63	1988	24.49	27.61	32.01	19.13	22.27	24.49	24.81	26.82	27.22
平成 元	1989	23.63	28.23	31.91	19.45	22.08	24.66	25.77	26.95	27.44
2	1990	23.43	27.58	32.24	19.64	22.17	24.58	24.64	25.60	26.70
3	1991	23.38	27.24	31.70	20.22	23.01	25.25	24.73	29.79	27.20
4	1992	23.33	27.60	32.27	18.97	22.78	24.75	25.54	27.14	28.13
5	1993	22.61	26.90	31.63	19.36	21.77	24.39	25.26	26.51	27.44
6	1994	21.93	26.44	29.89	19.44	22.39	25.01	24.20	25.71	26.17
7	1995	21.87	25.73	30.50	18.72	21.40	23.59	24.41	25.72	26.41
8	1996	22.05	26.52	30.53	18.69	21.02	23.57	25.54	26.55	27.16
9	1997	21.84	25.61	29.42	18.96	21.80	24.00	25.40	26.00	27.18
10	1998	21.79	25.89	29.63	18.60	21.78	24.26	24.58	26.10	27.38
11	1999	21.66	25.80	29.67	19.08	21.71	24.27	24.41	25.64	26.93
12	2000	22.00	25.91	30.31	18.78	21.37	23.50	24.83	25.42	26.52
13	2001	21.66	25.32	29.35	18.77	21.75	24.40	25.33	26.79	26.88
14	2002	22.38	26.18	30.25	18.69	21.65	24.21	23.90	25.17	26.07
15	2003	21.45	25.47	30.32	18.88	21.68	23.84	25.05	26.48	27.37
16	2004	21.38	25.57	29.60	18.62	21.68	23.64	24.43	26.10	26.97
17	2005	21.90	25.78	29.84	18.91	21.89	24.21	24.90	25.89	26.69
18	2006	22.14	26.07	29.87	18.34	21.40	23.92	24.71	26.68	27.17
19	2007	22.42	26.12	30.12	18.46	21.38	24.06	25.39	26.65	27.56
20	2008	22.45	26.51	30.44	18.72	21.56	24.17	25.46	26.86	27.65
21	2009	22.33	26.46	30.40	18.87	21.79	24.11	25.15	26.62	27.53
22	2010	21.83	25.66	29.90	18.87	21.88	24.45	24.79	26.63	27.46
23	2011	21.45	25.41	29.44	18.83	21.99	24.74	24.89	26.30	27.40
24	2012	20.73	24.96	28.79	18.77	21.67	24.62	24.83	26.24	26.97
25	2013	20.55	24.22	28.40	18.76	22.01	24.53	24.76	26.55	27.10
26	2014	20.18	24.01	27.79	18.85	21.91	24.88	24.78	26.04	27.39
27	2014	19.84	23.56	27.52	18.59	22.02	24.77	24.26	25.92	27.05
28	2016	20.10	23.25	26.91	18.43	21.58	24.54	23.89	25.43	26.58
29	2017	20.21	23.60	26.73	18.71	21.88	24.46	24.04	25.68	26.75
30	2018	19.94	23.45	26.96	18.50	22.01	24.61	23.93	25.44	26.43
令和 元	2019	19.23	22.67	26.10	18.43	21.38	24.55	23.85	25.42	26.31
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	18.78	21.99	25.69	17.91	21.21	24.19	23.10	24.81	25.56
4	2022	18.40	21.80	25.30	17.87	21.32	24.23	23.30	24.52	25.75

(注1) 小学校はソフトボール投げであり、中学校以上はハンドボール投げである。

【ボール投げ(女子)の年次統計】

(単位:m)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年		
昭和	40	1965	—	16.70	17.90	13.30	14.30	15.20	15.90	16.00	16.40	
	41	1966	—	16.60	18.80	13.60	14.40	15.20	15.30	16.00	16.20	
	42	1967	—	16.30	19.00	13.60	14.30	14.90	15.50	16.30	16.30	
	43	1968	—	17.00	20.00	14.20	14.80	15.40	15.90	16.70	16.90	
	44	1969	—	17.50	20.20	13.60	14.60	15.10	15.20	15.50	15.90	
	45	1970	—	18.40	21.00	14.00	14.60	15.50	15.80	16.10	16.60	
	46	1971	—	17.80	21.00	14.20	14.90	15.50	16.10	16.70	16.80	
	47	1972	—	17.60	20.80	13.70	14.80	15.40	15.20	16.00	15.70	
	48	1973	—	17.40	20.00	14.40	15.70	16.10	16.40	16.50	16.60	
	49	1974	—	16.90	19.40	13.90	15.00	15.80	15.80	16.00	16.40	
	50	1975	—	16.70	19.60	13.90	15.00	15.70	16.20	16.80	16.80	
	51	1976	—	16.80	20.00	13.70	14.80	15.70	15.80	16.70	17.30	
	52	1977	—	16.50	19.20	13.60	15.00	15.10	15.90	16.60	16.80	
	53	1978	—	17.30	20.40	13.70	15.00	15.80	15.40	15.90	16.40	
	54	1979	—	16.40	20.40	14.30	15.30	15.90	16.10	16.40	17.00	
	55	1980	—	16.80	20.10	13.90	14.60	15.50	15.40	15.60	16.00	
	56	1981	—	16.93	19.43	14.62	15.24	15.69	15.65	15.76	16.08	
	57	1982	—	17.22	19.92	13.67	14.77	15.72	16.20	16.26	16.65	
	58	1983	—	17.12	19.71	14.02	14.75	15.71	16.19	16.29	16.64	
	59	1984	13.50	16.71	19.27	13.64	14.86	15.42	15.98	16.36	17.04	
	60	1985	13.91	16.22	18.98	13.38	14.81	15.58	15.30	15.80	16.70	
	61	1986	13.93	16.41	19.19	13.67	14.50	15.47	15.40	15.64	15.60	
	62	1987	14.06	16.93	19.00	13.20	14.29	15.30	15.81	15.90	16.15	
	63	1988	14.13	16.51	19.00	13.84	14.59	15.21	14.96	15.32	15.67	
平成	元	1989	13.68	16.32	18.67	13.89	14.81	15.80	15.49	15.86	16.36	
	2	1990	13.40	16.16	18.77	13.44	14.64	14.84	14.53	15.02	15.29	
	3	1991	13.04	15.96	17.99	13.69	14.56	15.39	14.37	14.68	14.90	
	4	1992	13.44	16.07	18.30	13.43	14.71	15.30	15.26	15.67	15.90	
	5	1993	12.96	15.86	17.86	13.56	14.30	15.23	14.66	15.29	15.45	
	6	1994	13.13	15.53	17.76	13.41	14.65	15.29	14.30	14.47	15.13	
	7	1995	12.68	14.96	17.19	13.14	14.24	15.07	14.14	14.68	14.74	
	8	1996	12.85	15.23	17.04	12.26	13.73	14.74	14.89	15.05	15.42	
	9	1997	12.48	14.89	16.70	12.42	13.64	14.34	14.50	15.04	15.35	
	10	1998	12.55	14.41	16.58	11.99	13.51	14.34	13.92	14.58	15.05	
	11	1999	12.73	14.76	17.17	12.24	13.58	13.77	14.03	14.54	15.34	
	12	2000	12.57	15.17	16.89	12.25	13.33	14.09	13.80	14.02	14.60	
	13	2001	12.96	15.02	16.29	12.12	13.16	13.95	13.83	14.45	14.92	
	14	2002	12.86	14.79	16.73	12.00	13.25	14.21	13.40	13.85	13.99	
	15	2003	12.31	14.75	16.82	12.15	13.29	13.85	14.76	14.64	15.01	
	16	2004	12.70	14.92	17.11	12.44	12.96	13.95	14.04	14.43	14.69	
	17	2005	12.79	15.37	17.18	12.34	13.69	14.12	13.84	14.14	14.55	
	18	2006	12.86	15.30	17.31	12.15	13.61	14.25	13.98	14.59	14.71	
	19	2007	12.82	15.46	17.57	12.43	13.60	14.45	14.28	14.79	15.07	
	20	2008	12.93	15.40	17.74	12.41	13.75	14.36	14.31	15.05	15.18	
	21	2009	12.79	15.14	17.35	12.29	13.71	14.50	14.25	14.78	15.18	
	22	2010	12.31	14.98	17.03	12.23	13.58	14.48	14.34	14.69	14.85	
	23	2011	12.24	14.45	17.01	11.95	13.44	14.42	14.15	14.81	15.03	
	24	2012	12.24	14.68	16.52	11.99	13.24	14.28	14.04	14.65	15.06	
	25	2013	12.44	14.42	16.66	11.67	13.44	14.22	14.04	14.74	14.99	
	26	2014	12.28	14.72	16.43	12.00	13.30	14.45	13.86	14.49	14.90	
	27	2014	12.25	14.71	16.80	11.80	13.54	14.04	14.02	14.28	14.84	
	28	2016	12.37	14.59	16.84	12.05	13.43	14.33	13.47	14.45	14.66	
	29	2017	12.37	14.90	16.65	12.31	13.68	14.39	13.76	14.22	15.04	
	30	2018	12.44	14.59	16.88	12.32	13.83	14.77	14.06	14.53	14.51	
令和	元	2019	12.22	14.61	16.39	12.22	13.65	14.67	14.22	14.59	14.86	
	2	2020	COVID-19の影響により中止									
	3	2021	12.23	14.66	16.34	11.79	13.25	14.36	13.83	14.35	14.71	
	4	2022	12.10	14.41	16.35	11.58	13.16	13.96	13.57	14.19	14.72	

(注2) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【上体起こし(男子)の年次統計】

(単位:回)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
平成 10	1998	<u>15.29</u>	<u>17.03</u>	<u>18.63</u>	<u>19.94</u>	<u>23.91</u>	<u>25.11</u>	<u>24.92</u>	<u>26.04</u>	<u>27.21</u>
	11	1999	16.02	17.87	19.73	21.04	24.12	25.63	26.35	28.71
	12	2000	15.97	17.45	19.29	22.12	24.91	26.97	27.15	28.72
	13	2001	16.35	18.02	19.84	21.37	24.77	26.81	28.26	30.41
	14	2002	16.65	18.48	19.98	22.05	25.41	26.59	26.91	28.60
	15	2003	16.39	18.39	20.37	22.83	26.71	27.69	27.94	30.36
	16	2004	17.04	19.06	20.65	22.38	25.26	26.91	28.20	30.89
	17	2005	16.61	18.86	20.77	22.67	26.43	27.74	29.13	31.35
	18	2006	16.90	18.96	20.85	22.63	26.81	28.62	28.37	31.60
	19	2007	17.00	19.23	21.21	22.88	27.05	29.05	29.61	31.27
	20	2008	17.63	19.41	21.42	23.22	27.22	29.58	29.79	32.60
	21	2009	17.34	19.62	21.56	23.74	27.40	29.32	29.91	31.92
	22	2010	17.38	19.36	21.40	23.77	28.03	29.81	29.56	32.58
	23	2011	17.64	19.71	21.70	23.65	27.80	30.30	29.80	31.94
	24	2012	17.78	20.07	22.12	23.99	28.16	30.37	30.09	32.91
	25	2013	17.83	20.12	22.24	24.31	28.32	30.54	29.95	32.73
	26	2014	17.79	20.31	22.40	24.18	28.25	30.44	29.93	32.34
	27	2015	17.90	20.26	22.48	24.09	28.18	30.46	29.40	31.81
	28	2016	18.27	20.42	22.62	24.04	28.21	30.18	29.65	31.48
	29	2017	18.56	20.87	22.58	24.03	28.13	30.11	29.48	31.75
令和 元	30	2018	18.64	20.75	22.83	23.78	27.95	29.99	29.11	31.46
	31	2019	18.22	20.65	22.54	23.78	27.08	29.45	28.91	30.97
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	17.59	19.55	21.43	23.00	26.57	28.59	27.31	29.64	31.03
4	2022	17.68	19.55	21.38	22.56	26.28	28.64	27.58	29.20	30.63

【上体起こし(女子)の年次統計】

(単位:回)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
平成 10	1998	<u>13.58</u>	<u>14.65</u>	<u>15.46</u>	<u>15.59</u>	<u>17.77</u>	<u>18.07</u>	<u>17.73</u>	<u>18.42</u>	<u>18.85</u>
	11	1999	14.53	15.48	16.49	16.71	18.11	18.26	18.42	20.12
	12	2000	14.12	15.27	16.21	17.53	19.19	19.36	19.38	20.29
	13	2001	14.50	15.73	16.20	17.26	18.90	19.15	19.17	20.27
	14	2002	14.79	15.50	16.47	16.55	18.79	19.29	18.32	19.10
	15	2003	14.97	16.18	17.28	17.88	20.39	20.21	20.79	21.89
	16	2004	15.48	16.84	17.51	17.95	20.62	20.74	20.16	22.24
	17	2005	15.32	16.90	17.92	18.25	21.37	21.43	20.76	22.11
	18	2006	15.63	17.25	18.27	18.73	21.87	22.36	21.41	22.99
	19	2007	15.57	17.51	18.61	19.18	22.25	23.00	22.46	23.68
	20	2008	16.19	17.67	19.01	19.34	22.74	23.59	22.98	24.60
	21	2009	16.06	17.70	19.12	19.85	22.61	23.63	23.17	24.47
	22	2010	15.67	17.65	18.93	19.87	22.96	23.73	23.01	24.83
	23	2011	16.00	17.69	19.31	20.02	23.04	24.08	22.74	25.04
	24	2012	16.33	18.17	19.38	20.12	23.29	24.26	22.89	24.84
	25	2013	16.37	18.13	19.62	19.82	23.72	24.42	22.99	24.77
	26	2014	16.46	18.46	19.96	20.03	23.51	24.89	23.21	24.87
	27	2015	16.67	18.80	20.17	20.23	23.70	24.32	23.30	24.44
	28	2016	17.10	18.95	20.56	20.64	23.82	24.62	22.94	24.69
	29	2017	17.30	19.45	20.76	20.44	24.16	24.83	23.06	24.38
令和 元	30	2018	17.34	19.53	20.93	20.92	24.05	25.39	23.11	24.48
	31	2019	17.16	19.49	20.95	20.83	23.69	24.95	23.72	24.67
2	2020	COVID-19の影響により中止								
3	2021	16.78	18.33	19.70	19.61	22.55	23.72	22.38	23.57	24.27
4	2022	16.81	18.68	19.72	19.07	21.74	23.15	21.95	23.16	23.71

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【長座体前屈(男子)の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
平成	10	1998	30.90	32.95	33.96	36.87	41.01	<u>42.70</u>	44.51	<u>44.77</u>	<u>46.20</u>
	11	1999	<u>30.16</u>	<u>31.94</u>	34.25	<u>36.50</u>	<u>39.12</u>	44.26	45.47	48.13	49.05
	12	2000	30.39	32.42	34.31	37.44	41.41	43.07	48.78	48.64	49.91
	13	2001	31.03	32.59	34.99	37.38	41.33	44.57	47.09	51.43	51.61
	14	2002	31.78	32.94	34.86	37.71	41.49	44.12	<u>43.76</u>	45.99	48.22
	15	2003	31.51	33.53	35.00	37.92	41.88	44.00	49.00	50.44	51.42
	16	2004	30.20	32.26	<u>33.94</u>	37.92	40.58	42.84	47.33	51.89	52.46
	17	2005	30.85	32.12	34.19	37.86	42.46	45.48	47.38	50.30	52.57
	18	2006	31.05	32.94	34.69	38.22	42.36	46.07	47.27	50.31	52.36
	19	2007	31.29	33.03	35.24	38.14	43.33	46.79	48.52	50.00	52.99
	20	2008	31.23	32.76	35.33	39.44	43.16	47.21	48.40	51.28	52.13
	21	2009	31.05	33.24	35.33	39.53	44.22	47.46	48.99	51.43	53.23
	22	2010	31.32	33.25	35.79	39.81	44.55	48.90	48.26	51.77	53.40
	23	2011	31.54	33.07	35.49	40.02	44.85	48.23	49.14	50.87	53.83
24	2012	31.58	33.23	35.55	40.82	45.13	48.50	48.17	52.11	52.82	
令和	元	2013	31.62	33.18	35.86	40.29	45.19	48.64	48.40	51.33	53.70
	1	2014	31.70	33.95	36.20	41.26	45.03	49.55	48.59	51.23	52.93
	2	2015	32.24	34.09	36.77	40.99	45.55	49.19	<u>49.18</u>	51.48	53.42
	3	2016	32.56	34.14	36.86	40.93	44.48	48.49	48.46	50.95	52.95
	4	2017	32.24	34.32	36.79	41.29	45.66	48.65	48.60	51.10	52.68
	5	2018	32.88	34.69	36.93	40.73	46.00	49.45	47.93	50.35	52.66
	6	2019	32.50	34.83	37.04	<u>41.34</u>	44.86	49.23	48.17	50.49	51.77
	7	2020	COVID-19の影響により中止								
	8	2021	33.63	36.03	37.88	41.28	45.96	48.98	47.85	50.03	52.33
	9	2022	<u>33.67</u>	<u>36.07</u>	<u>38.11</u>	41.20	<u>46.06</u>	<u>49.79</u>	48.03	49.97	52.05

【長座体前屈(女子)の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
平成	10	1998	33.94	36.09	38.63	41.55	43.69	45.13	44.34	44.56	45.58
	11	1999	33.48	<u>35.58</u>	37.81	41.23	42.32	<u>42.91</u>	44.30	45.28	45.80
	12	2000	<u>32.98</u>	35.65	38.04	41.81	43.85	44.17	46.07	45.54	47.15
	13	2001	33.11	35.73	38.56	41.59	42.71	44.43	44.18	46.28	45.69
	14	2002	34.47	35.78	38.34	<u>40.27</u>	<u>42.05</u>	43.73	<u>43.98</u>	<u>43.58</u>	<u>44.36</u>
	15	2003	34.99	37.07	38.39	41.37	43.47	43.14	46.12	48.38	49.58
	16	2004	33.13	35.76	<u>37.64</u>	40.73	42.46	43.62	45.49	47.24	48.32
	17	2005	33.59	35.59	38.29	41.53	43.61	44.25	45.67	46.43	48.78
	18	2006	34.32	36.61	38.90	41.63	44.01	45.10	45.83	47.88	48.86
	19	2007	34.78	36.89	39.28	41.84	44.64	46.45	46.14	47.82	49.43
	20	2008	34.46	37.02	39.46	42.47	44.86	46.78	47.00	47.95	49.59
	21	2009	34.24	37.01	39.55	42.87	44.94	46.85	47.43	48.73	49.04
	22	2010	34.78	37.12	40.25	42.97	45.75	47.13	47.43	49.59	49.90
	23	2011	34.72	36.91	40.11	43.99	46.14	47.83	47.27	48.87	50.68
24	2012	35.14	37.34	40.04	43.86	46.26	47.94	47.83	48.98	50.10	
令和	元	2013	34.98	37.16	39.99	43.34	46.52	48.45	48.08	49.14	50.01
	1	2014	35.42	37.99	40.70	43.81	46.19	48.90	48.56	49.72	50.52
	2	2015	35.67	38.28	41.21	44.18	46.80	48.47	49.19	50.30	51.82
	3	2016	35.70	37.92	41.16	44.56	46.76	48.91	48.32	49.74	51.20
	4	2017	35.54	38.37	40.83	44.53	47.63	49.29	48.74	49.77	51.10
	5	2018	35.94	38.53	41.39	44.75	47.57	50.38	48.84	50.19	51.21
	6	2019	36.36	39.00	41.68	44.69	<u>47.73</u>	50.32	<u>49.59</u>	50.29	50.88
	7	2020	COVID-19の影響により中止								
	8	2021	37.27	40.16	42.42	43.96	48.02	49.92	49.36	50.66	51.83
	9	2022	<u>37.50</u>	<u>40.60</u>	<u>43.03</u>	45.07	47.56	<u>50.67</u>	49.47	<u>50.76</u>	<u>52.42</u>

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【20mシャトルラン(男子)の年次統計】

(単位:回)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
平成 10	1998	37.96	45.69	51.98	<u>54.88</u>	77.01	85.29	72.13	<u>76.54</u>	88.20
	11	1999	39.57	47.06	54.30	60.02	<u>70.48</u>	87.56	75.99	80.88
	12	2000	38.55	<u>43.93</u>	53.55	62.06	75.48	81.04	80.70	87.29
	13	2001	<u>37.57</u>	45.51	<u>51.09</u>	60.78	77.90	86.53	87.16	92.85
	14	2002	40.68	47.01	53.02	58.94	75.27	<u>79.41</u>	<u>64.45</u>	80.85
	15	2003	37.64	45.70	53.15	61.75	80.12	85.06	86.51	95.53
	16	2004	39.48	46.88	55.67	61.76	79.06	83.28	86.07	96.90
	17	2005	40.58	49.67	55.66	63.55	80.58	87.57	85.26	92.29
	18	2006	41.60	49.76	59.31	62.36	82.36	88.15	83.48	97.33
	19	2007	42.43	52.24	60.82	65.19	83.35	89.22	89.43	97.12
	20	2008	43.81	54.50	63.56	69.25	85.66	91.81	91.38	99.98
	21	2009	43.62	54.60	64.53	70.77	88.15	92.19	91.55	97.25
	22	2010	45.59	55.18	64.86	71.70	88.88	95.24	91.37	100.29
	23	2011	46.67	56.54	66.21	72.74	89.87	95.26	93.04	99.78
	24	2012	46.93	57.00	65.76	71.20	88.44	94.06	<u>94.37</u>	<u>102.61</u>
	25	2013	47.78	57.91	66.56	71.10	87.23	94.47	92.74	101.94
	26	2014	47.94	58.26	67.20	72.50	89.71	94.86	93.63	99.42
	27	2015	46.82	57.42	66.02	<u>72.99</u>	88.83	95.69	93.37	102.30
	28	2016	48.07	57.00	65.88	71.68	90.80	96.67	92.01	101.10
	29	2017	47.88	<u>58.76</u>	66.21	72.59	<u>91.06</u>	<u>96.95</u>	91.01	98.21
令和 元	30	2018	<u>48.36</u>	57.55	<u>67.31</u>	70.05	89.88	95.95	89.14	96.79
	2	2019	47.46	56.69	65.34	68.95	85.78	91.47	87.95	96.16
	3	2020	COVID-19の影響により中止							
	4	2021	46.14	52.49	61.64	67.29	84.01	91.71	84.61	92.58
	4	2022	44.52	52.46	59.92	65.20	81.90	88.45	84.34	90.82

【20mシャトルラン(女子)の年次統計】

(単位:回)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
平成 10	1998	29.74	<u>35.01</u>	39.06	39.96	49.99	53.30	36.99	<u>38.17</u>	<u>36.21</u>
	11	1999	30.66	35.78	41.12	<u>38.50</u>	<u>44.26</u>	<u>44.63</u>	39.88	41.74
	12	2000	<u>28.58</u>	35.08	40.15	44.00	46.27	47.83	44.85	47.30
	13	2001	30.02	<u>35.01</u>	<u>38.68</u>	45.36	52.68	52.40	44.97	46.96
	14	2002	30.45	35.42	39.20	39.70	46.13	46.49	<u>34.35</u>	44.18
	15	2003	29.08	35.47	40.01	42.31	51.36	47.86	52.35	52.05
	16	2004	30.48	36.04	41.35	45.42	52.12	51.50	47.18	50.90
	17	2005	31.22	38.84	42.72	43.50	54.33	52.64	47.90	49.81
	18	2006	31.38	38.33	45.27	45.01	54.14	53.86	47.31	51.19
	19	2007	31.27	40.32	46.31	48.23	56.11	54.76	51.20	52.87
	20	2008	33.02	41.16	48.41	51.03	57.57	56.16	52.56	54.98
	21	2009	32.90	41.95	48.57	51.43	59.20	57.16	52.15	53.77
	22	2010	33.46	42.90	49.43	51.62	59.40	57.33	51.27	54.41
	23	2011	34.23	42.35	50.32	52.64	60.07	59.00	51.39	54.79
	24	2012	35.14	43.70	49.26	52.25	59.93	58.74	52.38	54.78
	25	2013	36.09	44.38	51.08	51.49	59.64	57.81	53.77	55.42
	26	2014	36.71	45.22	51.34	52.51	60.03	60.26	53.74	56.35
	27	2015	35.99	45.89	51.91	53.66	60.87	58.70	<u>53.91</u>	<u>56.35</u>
	28	2016	36.90	45.15	52.53	54.15	62.54	60.33	52.71	55.89
	29	2017	37.06	46.17	51.83	<u>54.53</u>	<u>62.97</u>	60.77	52.73	55.60
令和 元	30	2018	<u>37.84</u>	46.06	<u>53.22</u>	53.45	62.34	<u>62.30</u>	52.54	55.31
	2	2019	37.44	45.99	51.71	53.35	59.59	58.70	53.28	55.89
	3	2020	COVID-19の影響により中止							
	4	2021	37.56	43.72	48.67	49.96	56.57	56.84	50.93	53.11
	4	2022	35.89	43.62	48.25	47.77	52.88	52.89	48.72	50.97

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

【立ち幅とび(男子)の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
平成	10	1998	147.15	157.82	167.82	183.35	198.85	211.15	217.79	221.49	229.20
	11	1999	<u>149.24</u>	157.98	168.91	180.51	195.57	212.12	217.95	224.98	228.81
	12	2000	147.73	156.96	167.23	<u>177.11</u>	195.85	208.82	217.64	226.48	230.92
	13	2001	147.87	156.40	166.55	180.83	198.54	214.27	<u>223.96</u>	<u>231.04</u>	<u>235.30</u>
	14	2002	148.53	<u>159.66</u>	167.03	179.59	198.81	210.67	<u>211.14</u>	<u>219.91</u>	<u>224.85</u>
	15	2003	148.03	158.91	<u>169.91</u>	178.10	196.75	<u>208.40</u>	220.05	228.02	231.31
	16	2004	146.80	155.26	167.08	180.37	198.86	209.41	220.40	228.07	233.24
	17	2005	146.69	155.83	166.96	180.26	198.72	210.85	213.74	222.73	226.91
	18	2006	146.52	156.09	166.61	178.26	196.89	210.14	214.53	223.22	227.33
	19	2007	146.75	155.18	166.28	177.87	<u>195.52</u>	210.64	216.24	224.38	228.05
平成	20	2008	146.84	156.69	166.69	180.85	197.64	211.33	217.31	224.53	228.06
	21	2009	146.09	154.90	166.38	180.96	200.05	211.40	217.62	225.95	230.34
	22	2010	146.79	155.08	166.27	182.39	199.73	215.18	217.38	225.71	230.27
	23	2011	147.57	156.03	166.42	180.68	200.24	214.09	219.51	226.47	231.05
	24	2012	146.19	155.54	165.84	182.52	199.40	213.69	219.36	228.47	231.70
	25	2013	146.61	154.92	165.69	181.75	199.66	213.69	218.37	227.61	232.21
	26	2014	145.70	154.99	166.05	183.48	200.64	214.37	217.41	225.57	230.00
	27	2015	<u>144.98</u>	<u>153.90</u>	165.54	183.04	202.07	215.16	218.94	226.91	232.00
	28	2016	146.90	155.42	165.86	182.27	201.18	215.32	218.85	226.36	231.21
	29	2017	146.63	155.29	<u>165.41</u>	184.25	202.73	215.40	219.12	226.82	230.81
令和	元	2018	146.62	155.26	166.60	184.04	<u>203.31</u>	<u>217.11</u>	220.17	227.44	231.64
	1	2019	146.93	155.58	165.96	<u>184.68</u>	201.88	215.36	217.90	226.98	230.00
	2	2020	COVID-19の影響により中止								
	3	2021	146.97	154.82	167.17	184.75	201.62	215.60	216.48	226.04	228.71
	4	2022	147.31	155.04	166.55	183.60	202.46	216.21	217.24	225.02	230.13

【立ち幅とび(女子)の年次統計】

(単位:cm)

年 度		小4年	小5年	小6年	中1年	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年	
平成	10	1998	139.44	149.20	156.96	163.87	170.30	170.23	169.86	171.47	172.96
	11	1999	141.20	148.97	158.01	160.22	166.00	<u>165.52</u>	167.91	170.77	172.95
	12	2000	138.65	149.00	155.58	160.31	165.53	167.35	167.26	166.71	168.88
	13	2001	139.85	148.40	<u>155.07</u>	162.46	167.62	167.80	169.02	170.84	172.90
	14	2002	139.25	148.85	155.59	160.57	<u>165.31</u>	167.15	<u>160.47</u>	<u>160.58</u>	<u>165.26</u>
	15	2003	139.93	<u>152.54</u>	158.23	<u>158.70</u>	166.64	165.97	172.75	171.32	171.22
	16	2004	138.99	<u>146.70</u>	156.02	164.39	168.05	169.33	168.68	171.88	171.80
	17	2005	139.14	148.14	156.72	162.46	166.87	167.22	163.53	166.04	169.19
	18	2006	138.96	148.39	156.63	162.34	168.59	168.52	165.15	169.27	168.43
	19	2007	138.51	147.60	156.71	161.52	167.78	169.38	167.47	169.27	171.77
平成	20	2008	139.09	148.78	156.81	162.57	168.95	170.22	168.72	171.43	171.32
	21	2009	<u>137.91</u>	147.34	156.32	162.54	169.84	170.83	169.93	171.71	171.45
	22	2010	138.37	148.37	156.90	165.67	170.16	171.43	170.10	172.73	173.00
	23	2011	139.25	148.08	157.61	164.32	170.27	171.87	170.61	173.80	174.74
	24	2012	138.68	148.54	156.19	165.12	169.70	172.08	170.45	173.34	175.16
	25	2013	139.04	147.57	156.98	164.15	171.73	172.82	171.44	173.72	174.64
	26	2014	139.31	148.42	156.16	166.42	171.83	174.86	171.12	173.08	174.06
	27	2015	138.40	148.30	157.16	167.07	173.19	173.83	172.07	174.53	<u>176.59</u>
	28	2016	140.37	149.41	158.10	167.57	174.05	176.00	170.09	173.76	174.75
	29	2017	139.70	149.38	156.96	168.21	175.06	176.90	172.31	173.10	175.04
令和	元	2018	140.76	149.62	<u>158.59</u>	<u>169.84</u>	<u>176.66</u>	<u>178.47</u>	<u>173.62</u>	<u>175.73</u>	175.10
	1	2019	140.94	150.07	158.08	169.16	175.63	177.84	<u>173.70</u>	175.43	174.67
	2	2020	COVID-19の影響により中止								
	3	2021	141.89	150.36	158.11	167.00	173.31	175.66	172.30	173.93	174.53
	4	2022	<u>141.95</u>	150.65	158.36	165.46	170.77	173.66	172.06	173.85	175.83

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

Ⅲ 新体力テスト実施要項

記録用紙

新体力テスト実施要項

1 実施テスト項目

各テスト項目の（ ）内は、指標となる体力・運動能力

校種	共通テスト項目	校種別テスト項目
小学校…4, 5, 6 学年 (文部科学省対象校は全学年)	①握力 (筋力) ②上体起こし (筋力・筋持久力) ③長座体前屈 (柔軟性)	⑦ 20mシャトルラン (全身持久力) ⑧ ソフトボール投げ (筋パワー・巧み性・投能力)
中・高等学校…全学年	④反復横とび (敏捷性) ⑤50m走 (スピード・走能力) ⑥立ち幅とび (筋パワー・跳能力)	⑦ 持久走または 20mシャトルラン (全身持久力) ⑧ ハンドボール投げ (筋パワー・巧み性・投能力)

※記録用紙にあるア～カの生活調査も行う。

2 実施上の一般的注意

小学校

- ① テスト実施に当たっては、被測定者の健康状態を十分把握し、事故防止に万全の注意を払う。
特に、医師から運動を禁止または制限されている者はもちろん、当日身体の異常（発熱、倦怠感など）を訴える者には行わない。
なお、1年生については、健康診断実施後に行う。
- ② テストは定められた方法のとおり正確に行う。
また、低学年の場合は、あらかじめテスト運動に慣らしておくことが望ましい。
- ③ テスト前後には、適切な準備運動及び整理運動を行う。
- ④ テストの場の整備、器材の点検を行う。
- ⑤ テストの順序は定められてはいないが、20m シャトルラン（往復持久走）は最後に実施する。
- ⑥ 計器（握力計、ストップウォッチなど）は正確なものを使用し、その使用を誤らないようにする。すべての計器は使用前に検定することが望ましい。

中・高等学校

- ① テスト実施に当たっては、被測定者の健康状態を十分把握し、事故防止に万全の注意を払う。
特に、医師から運動を禁止または制限されている者はもちろん、当日身体の異常（発熱、倦怠感など）を訴える者には行わない。
- ② テストは定められた方法のとおり正確に行う。
- ③ テスト前後には、適切な準備運動及び整理運動を行う。
- ④ テストの場の整備、器材の点検を行う。
- ⑤ テストの順序は定められてはいないが、持久走、20m シャトルラン（往復持久走）は最後に実施する。
- ⑥ 計器（握力計、ストップウォッチなど）は正確なものを使用し、その使用を誤らないようにする。すべての計器は使用前に検定することが望ましい。

3 各テストの実施方法

小・中・高共通

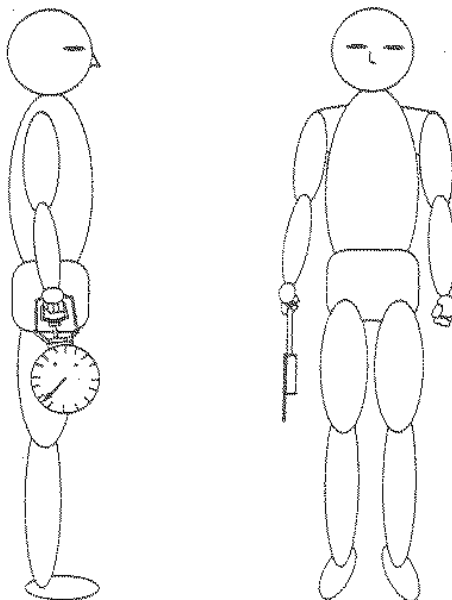
握力

1 準備

スメドレー式握力計。

2 方法

- (1) 握力計の指針が外側になるように持ち、図のように握る。この場合、人差し指の第2関節が、ほぼ直角になるように握りの幅を調節する。
- (2) 直立の姿勢で両足を左右に自然に開き腕を自然に下げ、握力計を身体や衣服に触れないようにして力いっぱい握りしめる。この際、握力計を振り回さないようにする。



(真横からみた図)

(正面図)

3 記録

- (1) 右左交互に2回ずつ実施する。
- (2) 記録はキログラム単位とし、キログラム未満は切り捨てる。
- (3) 左右おのおのよい方の記録を平均し、キログラム未満は四捨五入する。

4 実施上の注意

- (1) このテストは、右左の順に行う。
- (2) このテストは、同一被測定者に対して2回続けて行わない。
- (3) 握力計は、児童用のものを使用することが望ましい。(6～11歳対象)

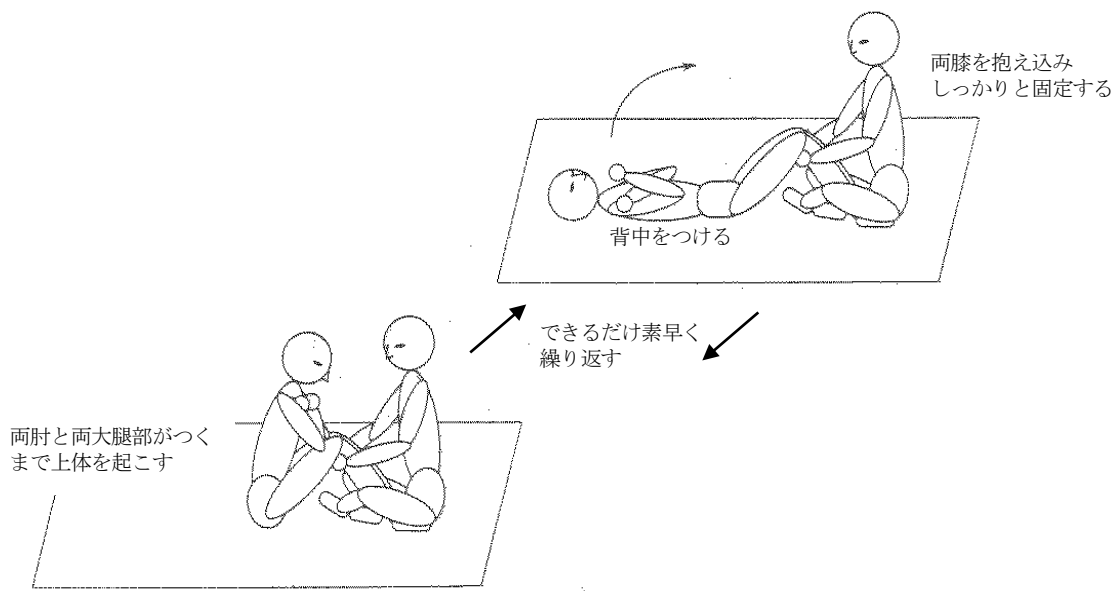
上体起こし

1 準備

ストップウォッチ、マット。

2 方法

- (1) マット上で仰臥姿勢をとり、両手を軽く握り、両腕を胸の前で組む。両膝の角度を 90° に保つ。
- (2) 補助者は、被測定者の両膝をおさえ、固定する。
- (3) 「始め」の合図で、仰臥姿勢から、両肘と両大腿部がつくまで上体を起こす。
- (4) すばやく開始時の仰臥姿勢に戻す。
- (5) 30 秒間、前述の上体起こしを出来るだけ多く繰り返す。



3 記録

- (1) 30 秒間の上体起こし（両肘と両大腿部がついた）回数を記録する。
ただし、仰臥姿勢に戻したとき、背中がマットにつかない場合は、回数としない。
- (2) 実施は1回とする。

4 実施上の注意

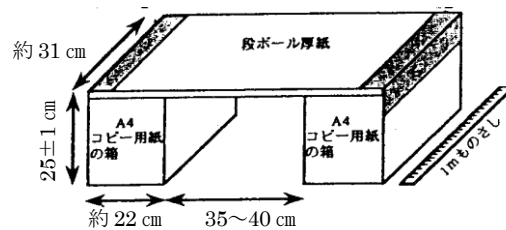
- (1) 両腕を組み、両脇をしめる。仰臥姿勢の際は、背中（肩甲骨）がマットにつくまで上体を倒す。
- (2) 補助者は被測定者の下肢が動かないように両腕で両膝をしっかり固定する。しっかり固定するために、補助者は被測定者より体格が大きい者が望ましい。
- (3) 被測定者と補助者の頭がぶつからないように注意する。
- (4) 被測定者のメガネは、はずすようにする。

長座体前屈

1 準備

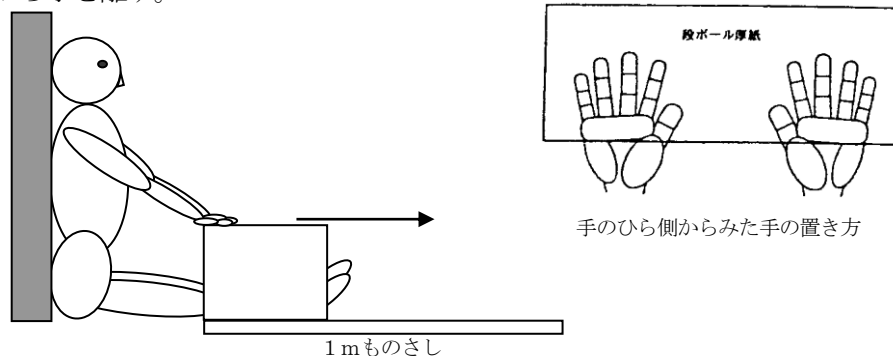
幅約 22 cm・高さ 24 cm・奥行き約 31 cm の箱 2 個（A4 コピー用紙の箱など）、段ボール厚紙 1 枚（横 75～80 cm×縦約 31 cm）、ガムテープ、スケール（1 m 巻き尺または 1 m ものさし）。

高さ約 24 cm の箱を、左右約 40 cm 離して平行に置く。その上に段ボール厚紙をのせ、ガムテープで厚紙と箱を固定する（段ボール厚紙が弱い場合は、板などで補強してもよい）。床から段ボール厚紙の上面までの高さは、25 cm（± 1 cm）とする。右または左の箱の横にスケールを置く。



2 方法

- (1) 初期姿勢：被測定者は、両脚を両箱の間に入れ、長座姿勢をとる。壁に背・尻をぴったりとつける。ただし、足首の角度は固定しない。肩幅の広さで両手のひらを下にして、手のひらの中央付近が、厚紙の手前端にかかるように置き、胸を張って、両肘を伸ばしたまま両手で箱を手前に十分に引きつけ、背筋を伸ばす。
- (2) 初期姿勢時のスケールの位置：初期姿勢をとったときの箱の手前右または左の角に零点を合わせる。
- (3) 前屈動作：被測定者は、両手を厚紙から離さずにゆっくりと前屈して、箱全体を真っ直ぐ前方にできるだけ遠くまで滑らせる。このとき、膝が曲がらないように注意する。最大に前屈した後厚紙から手を離す。



3 記録

- (1) 初期姿勢から最大前屈時の箱の移動距離をスケールから読み取る。
- (2) 記録はセンチメートル単位とし、センチメートル未満は切り捨てる。
- (3) 2回実施してよい方の記録をとる。

4 実施上の注意

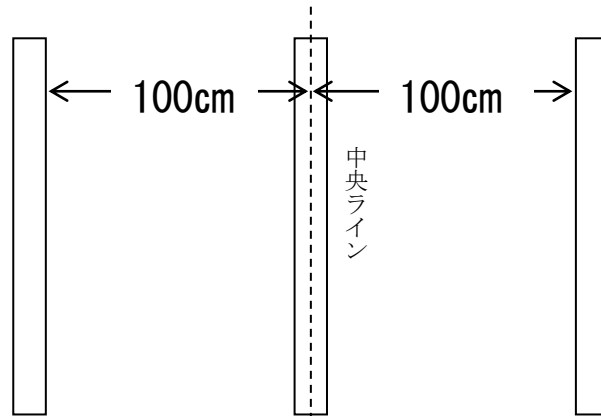
- (1) 前屈姿勢をとったとき、膝が曲がらないように気をつける。
- (2) 箱が真っ直ぐ前方に移動するように注意する（ガイドレールを設けてもよい）。
- (3) 箱がスムーズに滑るように床面の状態に気をつける。
- (4) 靴を脱いで実施する。

反復横とび

1 準備

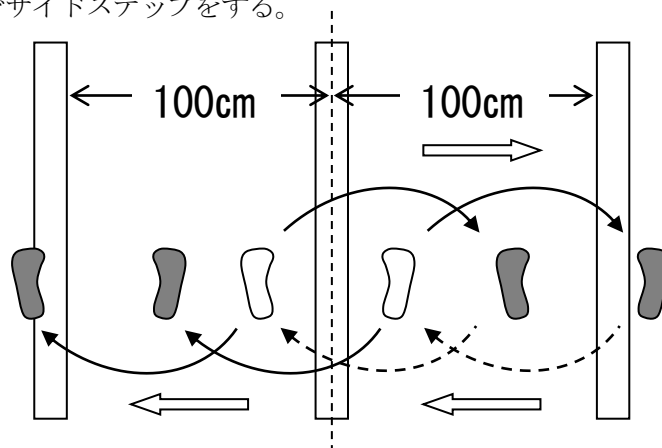
床の上に、図のように中央ラインをひき、その両側 100 cm のところに 2 本の平行ラインをひく。

ストップウォッチ。



2 方法

中央ラインをまたいで立ち、「始め」の合図で右側のラインを越すか、または、踏むまでサイドステップし（ジャンプしてはいけない）、次に中央ラインにもどり、さらに左側のラインを越すかまたは触れるまでサイドステップをする。



3 記録

- (1) 上記の運動を 20 秒間繰り返し、それぞれのラインを通過するごとに 1 点を与える（右、中央、左、中央で 4 点になる）。
- (2) テストを 2 回実施してよい方の記録をとる。

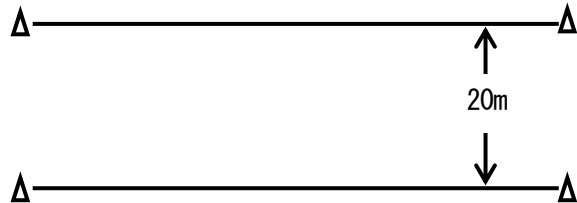
4 実施上の注意

- (1) 屋内、屋外のいずれで実施してもよいが、屋外で行う場合は、よく整地された安全で滑りにくい場所で実施すること（コンクリート等の上では実施しない）。
- (2) このテストは、同一の被測定者に対して続けて行わない。
- (3) 次の場合は点数としない。
 - ア 外側のラインを踏まなかったり越えなかったりしたとき。
 - イ 中央ラインをまたがなかったとき。

20mシャトルラン（往復持久走）

1 準備

テスト用CDまたはテープ及び再生用プレーヤー。20m 間隔の 2 本の平行線。
ポール 4 本を平行線の両脇に立てる。



2 方法

- (1) プレーヤーにより CD（テープ）再生を開始する。
- (2) 一方の線上に立ち、テストの開始を告げる 5 秒間のカウントダウンの後の電子音によりスタートする。
- (3) 一定の間隔で 1 音ずつ電子音が鳴る。電子音が次に鳴るまでに 20m 先の線に達し、足が線を越えるか、触れたら、その場で向きを変える。この動作を繰り返す。電子音の前に線に達してしまった場合は、向きを変え、電子音を待ち、電子音が鳴った後に走り始める。
- (4) CD（テープ）によって設定された電子音の間隔は、初めはゆっくりであるが、約 1 分ごとに電子音の間隔は短くなる。すなわち、走速度は約 1 分ごとに増加していくので、できる限り電子音の間隔についていくようにする。
- (5) CD（テープ）によって設定された速度を維持できなくなり走るのをやめたとき、または、2 回続けてどちらかの足で線に触れることができなくなったときに、テストを終了する。なお、電子音からの遅れが 1 回の場合、次の電子音に間に合い、遅れを解消できれば、テストを継続することができる。

3 記録

- (1) テスト終了時（電子音についていけなくなった直前）の折り返しの総回数を記録とする。ただし、2 回続けてどちらかの足で線に触れることができなかったときは、最後に触れることができた折り返しの総回数を記録とする。
- (2) 折り返しの総回数から最大酸素摂取量を推定する場合は、参考「20m シャトルラン（往復持久走）最大酸素摂取量推定表」を参照すること。

4 実施上の注意

- (1) ランニングスピードのコントロールに十分注意し、電子音の鳴る時には、必ずどちらかの線上にいるようにする。CD（テープ）によって設定された速度で走り続けるようにし、走り続けることができなくなった場合は、自発的に退くことを指導しておく。
- (2) テスト実施前のウォーミングアップでは、足首、アキレス腱、膝などの柔軟運動（ストレッチングなどを含む）を十分に行う。
- (3) テスト終了後は、ゆっくりとした運動等によるクーリングダウンをする。
- (4) 被測定者に対し、最初のランニングスピードがどの程度か知らせる。
- (5) CDプレーヤー使用時は、音がとんでしまうおそれがあるので、走行場所から離して置く。
- (6) 被測定者の健康状態に十分注意し、疾病及び傷害の有無を確かめ、医師の治療を受けている者や実施が困難と認められる者については、このテストを実施しない。

持久走（男子1500m、女子1000m）

1 準備

歩走路（トラック）、スタートの合図用旗、ストップウォッチ。

2 方法

- (1) スタートはスタンディングスタートの要領で行う。
- (2) スタートの合図は、「位置について」、「用意」の後、音または声を発すると同時に旗を上から下に振り下ろすことにより行う。

3 記録

- (1) スタートの合図からゴールライン上に胴（頭、肩、手、足ではない）が到達するまでに要した時間を計測する。
- (2) 1人に1個の時計を用いることが望ましいが、ストップウォッチが不足する場合は、計時員が時間を読み上げ、測定員が到着時間を記録してもよい。
- (3) 記録は秒単位とし、秒未満は切り上げる。

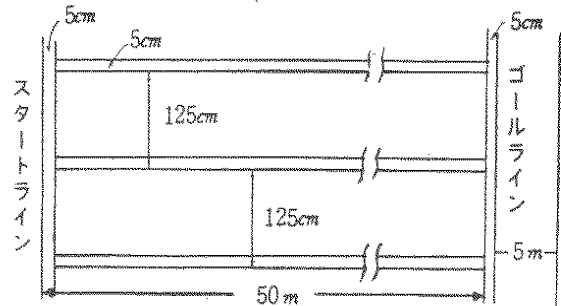
4 実施上の注意

- (1) 被測定者の健康状態に十分注意し、疾病及び傷害の有無を確かめ、医師の治療を受けている者や実施が困難と認められる者については、このテストを実施しない。
- (2) トラックを使用して行うことを原則とする。
- (3) いたずらに競争したり、無理なペースで走ったりしないように注意し、各自の能力なども考えて走るように指導する。
- (4) テスト前後に、ゆっくりとした運動等によるウォーミングアップ及びクーリングダウンをする。

50m走

1 準備

図のような50m直走路、スタート合図用旗、ストップウォッチ。



2 方法

- (1) スタートは、スタンディングスタート（中・高校生はクラウチングスタート）の要領で行う。
- (2) スタートの合図は、「位置について」、「用意」の後、音または声を発すると同時に旗を下から上へ振り上げるによって行う。

3 記録

- (1) スタートの合図からゴールライン上に胴（頭、肩、手、足ではない）が到達するまでに要した時間を計測する。
- (2) 記録は1/10秒単位とし、1/10秒未満は切り上げる。
- (3) 実施は1回とする。

4 実施上の注意

- (1) 走路は、セパレートの直走路とし、曲走路や折り返し走路は使わない。
- (2) 走者は、スパイクやスターティングブロックなどを使用しない。
- (3) ゴールライン前方5mのラインまで走らせるようにする。

立ち幅とび

1 準備

屋外で行う場合

砂場、巻き尺、ほうき、砂ならし。

砂場の手前（30 cm～1 m）に踏み切り線を引く。

屋内で行う場合

マット（6 m程度）、巻き尺、ラインテープ。

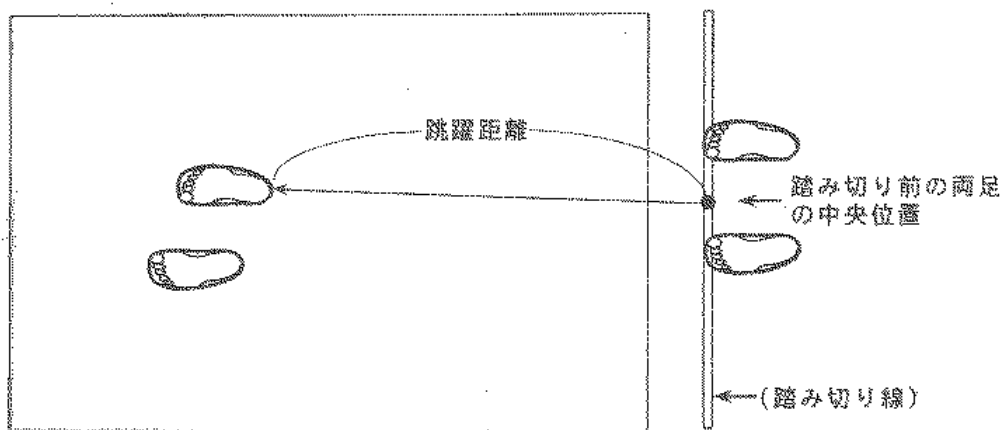
マットを壁に付けて敷く。

マットの手前（30 cm～1 m）の床にラインテープを張り踏み切り線とする。

2 方法

(1) 両足を軽く開いて、つま先が踏み切り線の前端にそろうように立つ。

(2) 両足で同時に踏み切って前方へとぶ。



3 記録

(1) 身体が砂場（マット）に触れた位置のうち、最も踏み切り線に近い位置と、踏み切り前の両足の中央の位置（踏み切り線の前端）とを結ぶ直線の距離を計測する（上図参照）。

(2) 記録はセンチメートル単位とし、センチメートル未満は切り捨てる。

(3) 2回実施してよい方の記録をとる。

4 実施上の注意

(1) 踏み切り線から砂場（マット）までの距離は、被測定者の実態によって加減する。

(2) 踏み切りの際には、二重踏み切りにならないようにする。

(3) 屋外で行う場合、踏み切り線周辺及び砂場の砂面は、できるだけ整地する。

(4) 屋内で行う場合、着地の際にマットがずれないように、テープ等で固定するとともに、片側を壁につける。滑りにくい（ずれにくい）マットを用意する。

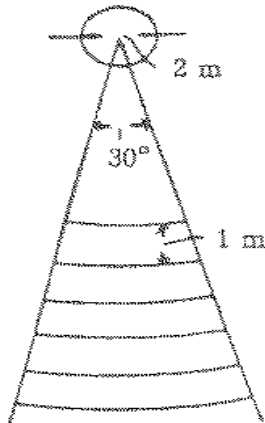
(5) 踏み切り前の両足の中央の位置を任意に決めておくと計測が容易になる。

ソフトボール投げ

1 準備

ソフトボール1号（外周 26.2 cm～27.2 cm、重さ 136 g～146 g）、巻き尺。

平坦な地面上に直径 2 m の円を描き、円の中心から投球方向に向かって、中心角 30 度になるように直線を図のように 2 本引き、その間に同心円弧を 1 m 間隔に描く。



2 方法

- (1) 投球は地面に描かれた円内から行う。
- (2) 投球中または投球後、円を踏んだり、越したりして円外に出てはならない。
- (3) 投げ終わったときは、静止してから、円外に出る。

3 記録

- (1) ボールが落下した地点までの距離を、あらかじめ 1 m 間隔に描かれた円弧によって計測する。
- (2) 記録はメートル単位とし、メートル未満は切り捨てる。
- (3) 2 回実施してよい方の記録をとる。

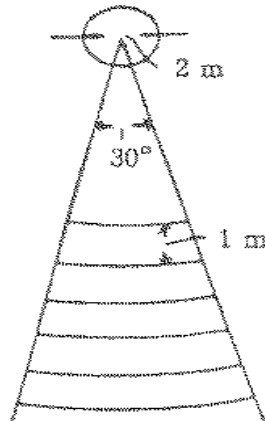
4 実施上の注意

- (1) 投球のフォームは自由であるが、できるだけ「下手投げ」をしない方がよい。また、ステップして投げたほうがよい。
- (2) 30 度を開いた 2 本の直線の外側に、石灰などを使って 5 m おきにその距離を表す数字を地面に書いておくと便利である。

ハンドボール投げ**1 準備**

ハンドボール 2 号 (外周 54 cm～56 cm、重さ 325 g～400 g)、巻き尺。

平坦な地面上に直径 2 m の円を描き、円の中心から投球方向に向かって、中心角 30 度になるように直線を図のように 2 本引き、その間に同心円弧を 1 m 間隔に描く。

**2 方法**

- (1) 投球は地面に描かれた円内から行う。
- (2) 投球中または投球後、円を踏んだり、越したりして円外に出てはならない。
- (3) 投げ終わったときは、静止してから、円外に出る。

3 記録

- (1) ボールが落下した地点までの距離を、あらかじめ 1 m 間隔に描かれた円弧によって計測する。
- (2) 記録はメートル単位とし、メートル未満は切り捨てる。
- (3) 2 回実施してよい方の記録をとる。

4 実施上の注意

- (1) ボールは規格に合っていれば、ゴム製のものでよい。
- (2) 投球のフォームは自由であるが、できるだけ「下手投げ」をしない方がよい。また、ステップして投げた方がよい。

令和4年度 児童生徒の体力・運動能力調査 記録用紙

小学校用

年 組 番 氏名	男・女	R4.4.1 現在の年齢	歳
運動部や地域スポーツクラブへの所属状況	1. はいっている 2. はいっていない		
運動スポーツの実施状況	1. ほとんど毎日(週3日以上) 2. ときどき(週1~2日くらい) 3. ときたま(月1~3日くらい) 4. しない		
1日の運動・スポーツの時間	1. 30分未満 2. 30分以上1時間未満 3. 1時間以上2時間未満 4. 2時間以上		
朝食の有無	1. 毎日食べる 2. 時々食べない 3. 毎日食べない		
1日の睡眠時間	1. 6時間未満 2. 6時間以上8時間未満 3. 8時間以上		
1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間	1. 1時間未満 2. 1時間以上2時間未満 3. 2時間以上3時間未満 4. 3時間以上		
体育の授業は楽しいか	1. 楽しい 2. やや楽しい 3. あまり楽しくない 4. 楽しくない		
体格	身長	cm	体重 kg

項目	記録	記録	得点
1. 握力 (左右それぞれの記録はキログラム未満を切り捨て)	みぎ 右 1回目 kg	ひだり 左 1回目 kg	
	さゆう 左右 (左右よい方の記録の平均:キログラム未満は四捨五入)		
	2. 上体起こし		
3. 長座体前屈	1回目 cm	2回目 cm	
4. 反復横とび	1回目 点	2回目 点	
5. 20mシャトルラン	折り返し数		回
6. 50m走 (1/10秒未満は切り上げる)			秒
7. 立ち幅とび	1回目 cm	2回目 cm	
8. ソフトボール投げ	1回目 m	2回目 m	
得点合計			
総合評価			A B C D E

令和4年度 児童生徒の体力・運動能力調査 記録用紙

中・高等学校用

年 組 番	氏名		男・女	R4.4.1現在の年齢	歳
ア 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況			1. 所属している 2. 所属していない		
イ 運動スポーツの実施状況	1. ほとんど毎日(週3~4日以上) 2. ときどき(週1~2日程度) 3. ときたま(月1~3日程度) 4. しない				
ウ 1日の運動・スポーツの時間	1. 30分未満 2. 30分以上1時間未満 3. 1時間以上2時間未満 4. 2時間以上				
エ 朝食の有無	1. 毎日食べる 2. 時々欠かす 3. まったく食べない				
オ 1日の睡眠時間	1. 6時間未満 2. 6時間以上8時間未満 3. 8時間以上				
カ 1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間	1. 1時間未満 2. 1時間以上2時間未満 3. 2時間以上3時間未満 4. 3時間以上				
キ 保健体育の授業は楽しいか	1. 楽しい 2. やや楽しい 3. あまり楽しくない 4. 楽しくない				
体 格	身長	.	cm	体重	.
					kg

項 目		記 録			得 点
1. 握 ^{あく} 力 ^{りよく} (左右それぞれの記録はキログラム未満を切り捨て)	右	1回目	kg	2回目	kg
	左	1回目	kg	2回目	kg
	左右	(左右よい方の記録の平均:キログラム未満は四捨五入)			kg
2. 上体起こし					回
3. 長座体前屈		1回目	cm	2回目	cm
4. 反復横とび		1回目	点	2回目	点
5.	持久走		分		秒
	20mシャトルラン	折り返し数	回(最大酸素摂取量	ml・kg・分)	
6. 50m走 (1/10秒未満は切り上げる)			.		秒
7. 立ち幅とび		1回目	cm	2回目	cm
8. ハンドボール投げ		1回目	m	2回目	m
得 点 合 計					
総 合 評 価					A B C D E

体力・運動能力調査の記録

4年
5年
6年

組
組
組

名前	
----	--

◆体格(小数第一位まで記録します。)

	4年	5年	6年
身長	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg

◆生活調査(それぞれのアンケートで、あてはまる数字を○でかこみます。)

アンケート項目	選択肢	4年		5年		6年	
		テスト時のアンケート		テスト時のアンケート		テスト時のアンケート	
ア, 所属	1. はいっている	1	2	1	2	1	2
	2. はいっていない						
イ, スポーツ実施状況	1. 週3日以上	1	2	3	4	1	2
	2. 週1~2日程度						
	3. 月1~3日程度						
	4. しない						
ウ, 1日の運動・スポーツの時間	1. 30分未満	1	2	3	4	1	2
	2. 30分以上1時間未満						
	3. 1時間以上2時間未満						
	4. 2時間以上						
エ, 朝食の有無	1. 毎日食べる	1	2	3	1	2	
	2. 時々食べない						
	3. 毎日食べない						
オ, 1日の睡眠時間	1. 6時間未満	1	2	3	1	2	
	2. 6時間以上8時間未満						
	3. 8時間以上						
カ, 1日のテレビ、ゲーム等の時間	1. 1時間未満	1	2	3	4	1	2
	2. 1時間以上2時間未満						
	3. 2時間以上3時間未満						
	4. 3時間以上						
キ, 体育の授業は楽しいか	1. 楽しい	1	2	3	4	1	2
	2. やや楽しい						
	3. あまり楽しくない						
	4. 楽しくない						

◆体力・運動能力(単位を書かずに、50m走は小数第一位まで、そのほかはすべて整数で記録します。)

テスト項目	4年		5年		6年	
	テスト時の記録	My新記録	テスト時の記録	My新記録	テスト時の記録	My新記録
握力	右(kg)	1回目	2回目			
	左(kg)	1回目	2回目			
	平均(kg) ※1kg未満は四捨五入	左右よい方の平均				
上体起こし(回)	テストは1回					
長座体前屈(cm)	1回目	2回目				
反復横とび(点)	1回目	2回目				
20mシャトルラン(回)	テストは1回					
50m走(秒) ※1/10秒未満は切り上げ	テストは1回					
立ち幅とび(cm)	1回目	2回目				
ソフトボール投げ(m)	1回目	2回目				

体力・運動能力調査の記録

1年
2年
3年
4年

組
組
組
組

名前	
----	--

◆体格(小数第一位まで記録します。)

	1年	2年	3年	4年
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg

◆生活調査(それぞれのアンケートで、あてはまる数字を○でかこみます。)

アンケート項目	選択肢	1年		2年		3年		4年	
		テスト時のアンケート		テスト時のアンケート		テスト時のアンケート		テスト時のアンケート	
ア, 所属	1. している	1	2	1	2	1	2	1	2
	2. していない								
イ, スポーツ実施状況	1. 週3日以上								
	2. 週1~2日程度	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. 月1~3日程度	3	4	3	4	3	4	3	4
	4. しない								
ウ, 1日の運動・スポーツの時間	1. 30分未満								
	2. 30分以上1時間未満	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. 1時間以上2時間未満	3	4	3	4	3	4	3	4
	4. 2時間以上								
エ, 朝食の有無	1. 毎日食べる								
	2. 時々欠かす	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. まったく食べない	3		3		3		3	
オ, 1日の睡眠時間	1. 6時間未満								
	2. 6時間以上8時間未満	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. 8時間以上	3		3		3		3	
カ, 1日のテレビ、ゲーム等の時間	1. 1時間未満								
	2. 1時間以上2時間未満	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. 2時間以上3時間未満	3	4	3	4	3	4	3	4
	4. 3時間以上								
キ, 保健体育の授業は楽しいか	1. 楽しい								
	2. やや楽しい	1	2	1	2	1	2	1	2
	3. あまり楽しくない	3	4	3	4	3	4	3	4
	4. 楽しくない								

◆体力・運動能力(単位を書かずに、50m走は小数第一位まで、そのほかはすべて整数で記録します。)

テスト項目	1年		2年		3年		4年	
	テスト時の記録	My新記録	テスト時の記録	My新記録	テスト時の記録	My新記録	テスト時の記録	My新記録
握力	右(kg)	1回目 2回目						
	左(kg)	1回目 2回目						
	平均(kg)	左右よい方の平均						
上体起こし(回)	テストは1回							
長座体前屈(cm)	1回目 2回目							
反復横とび(点)	1回目 2回目							
20mシャトルラン(回)	テストは1回							
持久走(秒)	テストは1回							
50m走(秒) ※1/10秒未満は切り捨て	テストは1回							
立ち幅とび(cm)	1回目 2回目							
ハンドボール投げ(m)	1回目 2回目							

テストの得点表および総合評価

小学校

- (1) 項目別得点表により、記録を採点する。
 (2) 各項目の得点を合計し、総合評価をする。

男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	得点
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上	80回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上	10
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39	9
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34	8
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29	7
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23	6
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17	5
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12	4
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9	3
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6	2
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下	7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下	1

女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	得点
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上	64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上	10
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24	9
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20	8
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16	7
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13	6
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10	5
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7	4
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5	3
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4	2
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下	7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下	1

総合評価基準表

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	段階
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上	A
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70	B
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62	C
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54	D
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下	E

テストの得点表および総合評価

中・高等学校

- (1) 項目別得点表により、記録を採点する。
 (2) 各項目の得点を合計し、総合評価をする。

男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4'59''以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上	10
9	51～55	33～34	58～63	60～62	5'00''～5'16''	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36	9
8	47～50	30～32	53～57	56～59	5'17''～5'33''	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33	8
7	43～46	27～29	49～52	53～55	5'34''～5'55''	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30	7
6	38～42	25～26	44～48	49～52	5'56''～6'22''	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27	6
5	33～37	22～24	39～43	45～48	6'23''～6'50''	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24	5
4	28～32	19～21	33～38	41～44	6'51''～7'30''	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21	4
3	23～27	16～18	28～32	37～40	7'31''～8'19''	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18	3
2	18～22	13～15	21～27	30～36	8'20''～9'20''	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15	2
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9'21''以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下	1

女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3'49''以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上	10
9	33～35	26～28	58～62	50～52	3'50''～4'02''	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22	9
8	30～32	23～25	54～57	48～49	4'03''～4'19''	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19	8
7	28～29	20～22	50～53	45～47	4'20''～4'37''	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17	7
6	25～27	18～19	45～49	42～44	4'38''～4'56''	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15	6
5	23～24	15～17	40～44	39～41	4'57''～5'18''	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13	5
4	20～22	13～14	35～39	36～38	5'19''～5'42''	27～34	9.4～9.8	145～156	11	4
3	17～19	11～12	30～34	32～35	5'43''～6'14''	21～26	9.9～10.3	132～144	10	3
2	14～16	8～10	23～29	27～31	6'15''～6'57''	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9	2
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6'58''以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下	1

総合評価基準表

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	段階
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	65以上	A
B	41～50	47～56	51～59	52～60	53～62	54～64	54～64	54～64	B
C	32～40	37～46	41～50	41～51	42～52	43～53	43～53	43～53	C
D	22～31	27～36	31～40	31～40	31～41	31～42	31～42	31～42	D
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	E

[参考]20mシャトルラン(往復持久走)最大酸素摂取量推定表

平成12年3月改訂

折り返し数	推定最大酸素摂取量 (ml/kg・分)	折り返し数	推定最大酸素摂取量 (ml/kg・分)	折り返し数	推定最大酸素摂取量 (ml/kg・分)	折り返し数	推定最大酸素摂取量 (ml/kg・分)
8	27.8	46	36.4	84	44.9	122	53.5
9	28.0	47	36.6	85	45.1	123	53.7
10	28.3	48	36.8	86	45.4	124	53.9
11	28.5	49	37.0	87	45.6	125	54.1
12	28.7	50	37.3	88	45.8	126	54.4
13	28.9	51	37.5	89	46.0	127	54.6
14	29.2	52	37.7	90	46.3	128	54.8
15	29.4	53	37.9	91	46.5	129	55.0
16	29.6	54	38.2	92	46.7	130	55.3
17	29.8	55	38.4	93	46.9	131	55.5
18	30.1	56	38.6	94	47.2	132	55.7
19	30.3	57	38.8	95	47.4	133	55.9
20	30.5	58	39.1	96	47.6	134	56.2
21	30.7	59	39.3	97	47.8	135	56.4
22	31.0	60	39.5	98	48.1	136	56.6
23	31.2	61	39.7	99	48.3	137	56.8
24	31.4	62	40.0	100	48.5	138	57.1
25	31.6	63	40.2	101	48.7	139	57.3
26	31.9	64	40.4	102	49.0	140	57.5
27	32.1	65	40.6	103	49.2	141	57.7
28	32.3	66	40.9	104	49.4	142	58.0
29	32.5	67	41.1	105	49.6	143	58.2
30	32.8	68	41.3	106	49.9	144	58.4
31	33.0	69	41.5	107	50.1	145	58.6
32	33.2	70	41.8	108	50.3	146	58.9
33	33.4	71	42.0	109	50.5	147	59.1
34	33.7	72	42.2	110	50.8	148	59.3
35	33.9	73	42.4	111	51.0	149	59.5
36	34.1	74	42.7	112	51.2	150	59.8
37	34.3	75	42.9	113	51.4	151	60.0
38	34.6	76	43.1	114	51.7	152	60.2
39	34.8	77	43.3	115	51.9	153	60.4
40	35.0	78	43.6	116	52.1	154	60.7
41	35.2	79	43.8	117	52.3	155	60.9
42	35.5	80	44.0	118	52.6	156	61.1
43	35.7	81	44.2	119	52.8	157	61.3
44	35.9	82	44.5	120	53.0		
45	36.1	83	44.7	121	53.2		

石川県教育委員会保健体育課

金沢市鞍月 1-1

TEL 076-225-1853 FAX 076-225-1854

URL <http://www.pref.ishikawa.lg.jp/kyoiku/sports-kenko/index.html>

令和 5 年 2 月発行



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

※本調査の結果の分析、及び報告書の作成には、公益財団法人北陸体力科学研究所
にご協力いただきました。