

令和5年度

児童生徒の体力・運動能力調査報告書

令和6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5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5年度本県の児童生徒の体力・運動能力調査結果	2
3 令和5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5年度本県の児童生徒の生活調査結果	8
5 「本県の令和5年度」と「本県の令和4年度」の平均値の比較	23
6 「本県の令和5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5年度の小6、中3、高3の3年間(2年前、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20年度～令和5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4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5年度)	45
14 本県の児童生徒の体格の推移(昭和40年度～令和5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5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5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	4,702人	4,397人	9,099人
		第5学年	4,623人	4,490人	9,113人
		第6学年	4,800人	4,529人	9,329人
公立中学校	84校	第1学年	4,474人	4,203人	8,677人
		第2学年	4,348人	4,284人	8,632人
		第3学年	4,438人	4,425人	8,863人
公立高等学校 (全日制)	40校	第1学年	3,419人	3,270人	6,689人
		第2学年	3,199人	3,046人	6,245人
		第3学年	3,110人	2,917人	6,027人
合計	324校		37,113人	35,561人	72,674人

公立高等学校 (定時制)	6校	第1学年(15歳)	102人	66人	168人
		第2学年(16歳)	88人	70人	158人
		第3学年(17歳)	76人	51人	127人
		第4学年(18歳)	63人	30人	93人
合計			329人	217人	546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

新体力テスト実施要項及び生活調査により実施する。

【新体力テスト】

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5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	4,680	4,545	4,778	4,389	4,478	4,517
		平均値	134.36	139.82	146.58	134.60	141.83	148.08
		標準偏差	5.70	6.26	7.42	6.28	7.14	6.56
	体重(kg)	標本数	4,678	4,540	4,774	4,386	4,479	4,511
		平均値	31.54	35.35	39.97	30.83	35.28	39.98
		標準偏差	6.53	7.69	8.96	6.15	7.34	7.76
体力・運動能力	握力(kg)	標本数	4,649	4,524	4,742	4,359	4,468	4,493
		平均値	14.34	16.68	19.63	13.69	16.44	19.13
		標準偏差	3.51	3.86	4.99	3.29	3.91	4.40
	上体起こし(回)	標本数	4,564	4,456	4,693	4,298	4,424	4,449
		平均値	17.92	19.77	21.63	16.91	18.76	19.85
		標準偏差	5.87	5.81	5.75	5.60	5.39	5.36
	長座体前屈(cm)	標本数	4,627	4,496	4,729	4,331	4,455	4,471
		平均値	34.09	36.79	38.46	37.91	41.15	43.44
		標準偏差	9.09	9.37	9.17	9.12	9.68	9.45
	反復横とび(点)	標本数	4,624	4,474	4,694	4,324	4,427	4,445
		平均値	38.93	43.90	47.03	37.12	41.96	44.36
		標準偏差	8.56	8.23	8.05	7.98	7.24	7.19
	20mシャトルラン(回)	標本数	4,589	4,472	4,665	4,308	4,401	4,397
		平均値	45.06	53.53	61.21	34.66	43.18	48.24
		標準偏差	20.43	22.03	23.61	15.19	16.73	18.18
	50m走(秒)	標本数	4,595	4,480	4,684	4,332	4,423	4,434
		平均値	9.70	9.35	8.93	9.98	9.58	9.20
		標準偏差	0.99	0.97	0.93	0.90	0.86	0.81
立ち幅とび(cm)	標本数	4,601	4,475	4,702	4,309	4,421	4,448	
	平均値	147.96	156.03	166.81	141.86	150.84	158.27	
	標準偏差	22.59	22.25	24.36	20.55	21.06	21.84	
ボール投げ(m) 小学校:ソフトボール 中・高校:ハンドボール	標本数	4,615	4,488	4,697	4,321	4,427	4,444	
	平均値	18.50	21.78	25.13	12.15	14.44	16.19	
	標準偏差	7.20	8.30	9.62	4.27	5.08	5.91	

【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	4,435	4,329	4,417	4,189	4,262	4,410
		平均値	154.45	161.69	166.57	152.80	155.42	157.10
		標準偏差	8.02	7.10	6.34	5.70	5.35	5.25
	体重 (kg)	標本数	4,424	4,315	4,405	4,178	4,240	4,377
		平均値	45.73	50.30	54.89	44.34	47.12	49.45
		標準偏差	10.11	9.68	9.51	7.60	7.20	7.10
体力・運動能力	握力 (kg)	標本数	4,432	4,307	4,391	4,179	4,251	4,390
		平均値	23.97	29.52	34.56	21.47	23.34	24.91
		標準偏差	6.44	7.25	7.48	4.53	4.65	4.82
	上体起こし (回)	標本数	4,381	4,265	4,354	4,145	4,214	4,334
		平均値	22.76	25.81	28.37	19.37	21.18	22.54
		標準偏差	6.03	6.07	6.51	5.79	6.20	6.44
	長座体前屈 (cm)	標本数	4,403	4,280	4,374	4,174	4,246	4,376
		平均値	41.95	45.84	50.29	45.15	47.94	49.61
		標準偏差	10.59	11.19	11.51	10.64	10.98	10.95
	反復横とび (点)	標本数	4,382	4,235	4,311	4,136	4,201	4,325
		平均値	48.83	52.25	54.64	44.84	46.22	47.04
		標準偏差	7.68	7.90	8.21	6.66	6.91	7.04
	持久走 (秒)	標本数	1,390	1,462	1,394	1,385	1,451	1,449
		平均値	449.49	410.05	393.80	316.18	307.99	305.45
		標準偏差	82.61	71.54	60.89	57.87	51.55	47.81
	20mシャトルラン (回)	標本数	4,259	4,060	4,114	4,012	4,018	4,098
		平均値	65.59	81.20	88.62	47.28	51.55	51.40
		標準偏差	24.03	25.10	25.60	18.41	19.84	19.66
50m走 (秒)	標本数	4,349	4,182	4,277	4,111	4,129	4,262	
	平均値	8.64	8.01	7.58	9.22	8.98	8.89	
	標準偏差	0.96	0.82	0.74	0.88	0.83	0.86	
立ち幅とび (cm)	標本数	4,384	4,262	4,335	4,136	4,216	4,330	
	平均値	183.24	202.02	216.20	165.20	169.83	172.66	
	標準偏差	27.94	27.74	27.17	24.55	24.33	24.54	
ボール投げ (m)	標本数	4,375	4,261	4,341	4,133	4,229	4,330	
	小学校:ソフトボール 平均値	18.12	21.06	24.17	11.66	12.87	14.00	
	中・高校:ハンドボール 標準偏差	5.72	6.17	6.73	4.00	4.28	4.69	

(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	3,384	3,175	3,098	3,258	3,006	2,897
		平均値	169.05	170.30	170.91	157.46	157.83	158.13
		標準偏差	5.91	5.77	5.80	5.35	5.21	5.36
	体重(kg)	標本数	3,371	3,159	3,088	3,226	2,981	2,881
		平均値	59.16	60.40	62.05	50.85	51.54	52.22
		標準偏差	11.00	9.85	10.43	7.49	7.14	7.47
体力・運動能力	握力(kg)	標本数	3,392	3,174	3,100	3,261	3,033	2,908
		平均値	36.50	38.66	40.07	24.87	25.57	26.25
		標準偏差	7.08	6.88	7.34	4.39	4.55	4.54
	上体起こし(回)	標本数	3,367	3,156	3,091	3,240	2,999	2,889
		平均値	27.99	29.61	30.40	21.37	22.86	23.56
		標準偏差	6.05	6.17	6.28	6.06	6.17	6.55
	長座体前屈(cm)	標本数	3,378	3,171	3,096	3,256	3,024	2,905
		平均値	49.66	50.91	52.39	49.92	50.75	51.94
		標準偏差	11.47	11.47	11.84	10.85	10.65	10.17
	反復横とび(点)	標本数	3,361	3,147	3,074	3,221	2,992	2,879
		平均値	55.67	57.55	58.32	47.19	48.28	48.99
		標準偏差	6.97	6.89	7.16	6.04	5.83	6.16
	持久走(秒)	標本数	1,608	1,484	1,406	1,478	1,368	1,302
		平均値	410.08	387.31	388.10	328.54	315.33	328.38
		標準偏差	73.37	68.04	71.51	51.59	53.14	59.22
	20mシャトルラン(回)	標本数	2,532	2,443	2,387	2,533	2,332	2,262
		平均値	82.36	91.61	92.45	46.09	50.12	49.46
		標準偏差	23.67	25.47	26.12	16.00	18.24	18.55
	50m走(秒)	標本数	3,339	3,124	3,048	3,212	2,952	2,843
		平均値	7.62	7.38	7.31	9.12	9.01	8.98
		標準偏差	0.63	0.60	0.58	0.80	0.80	0.85
	立ち幅とび(cm)	標本数	3,355	3,148	3,079	3,234	3,008	2,882
		平均値	217.07	226.53	229.06	169.06	173.35	173.77
		標準偏差	26.11	24.14	25.15	22.60	21.54	22.34
ボール投げ(m) 小学校:ソフトボール 中・高校:ハンドボール	標本数	3,367	3,164	3,080	3,242	3,009	2,879	
	平均値	23.33	24.89	25.73	13.31	14.04	14.42	
	標準偏差	6.32	6.48	6.66	4.23	4.46	4.71	

(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	100	79	75	62	65	69	50	30
		平均値	167.68	169.48	170.04	170.38	157.47	156.90	157.15	157.25
		標準偏差	8.87	6.69	6.83	6.62	5.04	5.55	4.75	7.24
	体重(kg)	標本数	99	78	75	62	64	69	49	29
		平均値	57.18	61.39	62.09	62.85	52.03	53.86	55.00	52.99
		標準偏差	14.19	19.56	14.54	14.44	11.95	12.68	11.67	11.80
体力・運動能力	握力(kg)	標本数	100	81	74	61	64	67	51	27
		平均値	33.38	35.16	35.23	36.92	23.06	23.04	23.80	22.78
		標準偏差	6.61	7.73	7.25	6.28	4.21	4.91	4.42	4.09
	上体起こし(回)	標本数	98	77	71	60	64	68	42	25
		平均値	21.13	21.44	23.18	23.93	13.84	14.56	15.64	16.12
		標準偏差	5.15	5.90	6.42	5.37	5.96	5.93	7.24	7.99
	長座体前屈(cm)	標本数	96	79	74	60	63	68	48	26
		平均値	41.17	45.33	45.14	49.30	44.51	49.13	44.08	40.50
		標準偏差	11.16	13.52	13.78	10.45	12.53	10.40	11.48	10.60
	反復横とび(点)	標本数	99	76	73	60	63	67	47	22
		平均値	45.72	47.62	47.93	48.13	39.76	39.13	40.51	38.05
		標準偏差	8.87	8.90	10.82	10.82	6.00	6.28	7.04	6.18
	持久走(秒)	標本数	62	47	37	19	35	42	26	11
		平均値	515.79	523.13	516.43	519.89	450.60	451.52	409.31	467.45
		標準偏差	111.22	140.90	117.87	94.70	87.88	143.04	91.88	130.29
	20mシャトルラン(回)	標本数	85	68	66	59	60	56	40	19
		平均値	50.59	51.81	49.62	47.95	22.83	23.46	24.70	23.89
		標準偏差	20.98	23.45	19.27	20.78	10.48	12.18	14.32	13.47
50m走(秒)	標本数	93	76	70	59	61	64	45	25	
	平均値	8.30	8.38	8.31	7.93	10.22	10.27	10.39	10.78	
	標準偏差	1.24	1.38	1.53	0.93	1.12	1.54	1.78	2.07	
立ち幅とび(cm)	標本数	99	81	73	62	63	66	49	25	
	平均値	200.00	199.74	201.40	211.61	144.79	143.09	142.86	147.60	
	標準偏差	30.71	31.83	33.13	25.18	26.84	23.17	25.83	29.57	
ボール投げ(m) 小学校:ソフトボール 中・高校:ハンドボール	標本数	95	79	73	58	61	64	47	28	
	平均値	19.16	19.80	19.29	19.93	9.43	9.81	11.09	11.00	
	標準偏差	6.30	5.84	5.98	5.47	2.60	3.49	4.01	4.08	

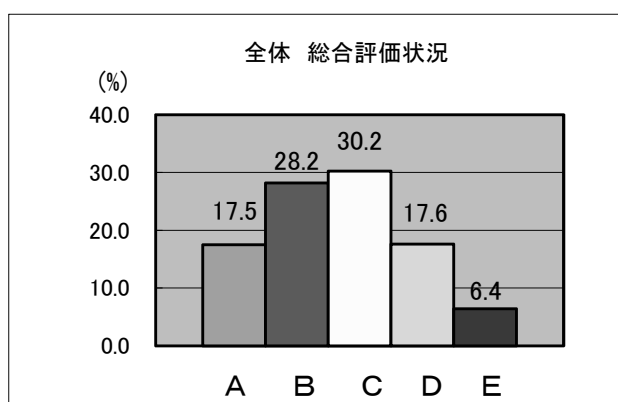
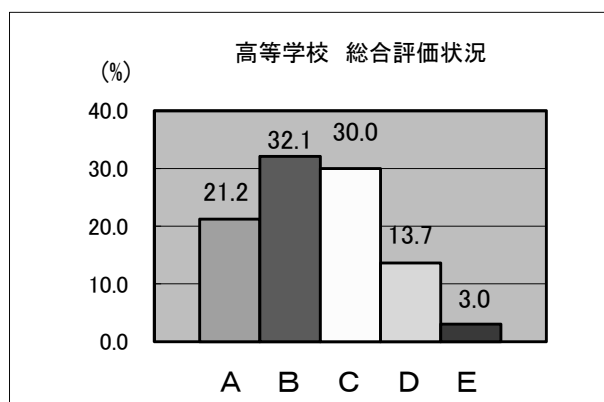
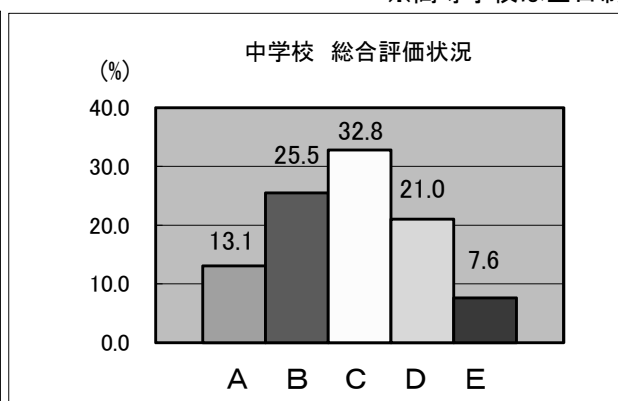
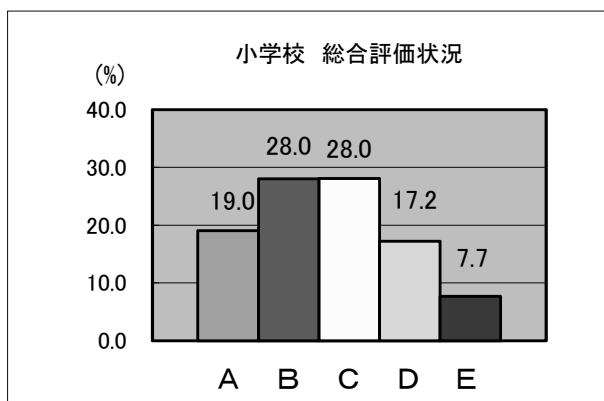
(注) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

3 令和5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	50.17	19.9	25.3	28.4	16.9	9.6
	5年	55.90	19.1	27.0	29.7	17.2	7.1
	6年	61.25	18.1	31.7	26.2	17.7	6.4
中学校	1年	34.38	5.3	21.2	34.7	28.6	10.1
	2年	42.91	10.7	27.9	34.7	19.0	7.6
	3年	50.18	23.3	27.4	28.9	15.3	5.2
高等学校	1年	49.23	15.6	28.5	35.0	16.0	4.9
	2年	53.59	22.9	33.5	28.5	12.9	2.2
	3年	55.64	25.5	34.5	26.2	11.9	2.0
小学校		55.83	19.0	28.0	28.0	17.2	7.7
中学校		42.44	13.1	25.5	32.8	21.0	7.6
高等学校		52.73	21.2	32.1	30.0	13.7	3.0
全体		50.29	17.5	28.2	30.2	17.6	6.4

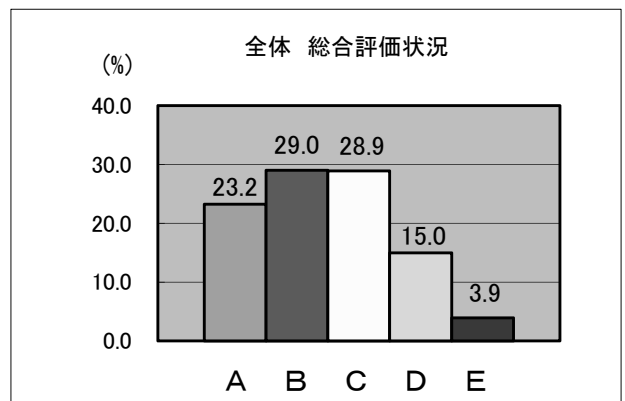
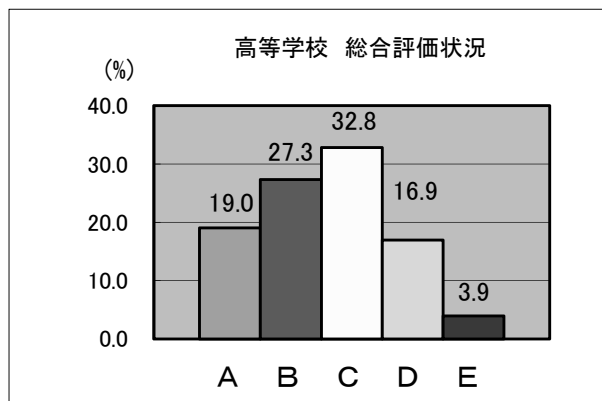
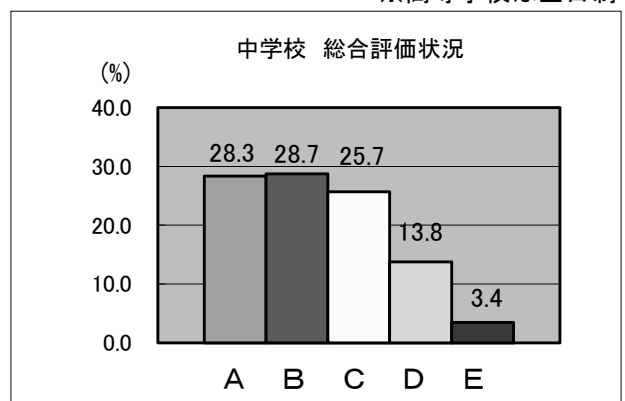
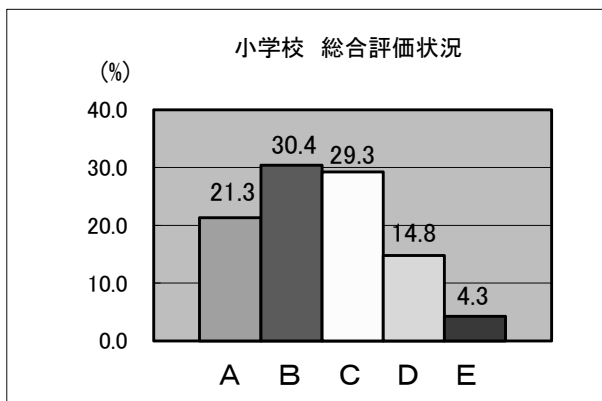
※高等学校は全日制



【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	51.27	20.2	29.6	28.5	15.5	6.2
	5年	57.86	23.6	29.4	29.8	13.9	3.4
	6年	62.44	20.1	32.3	29.4	15.0	3.3
中学校	1年	43.80	28.6	31.4	25.4	12.7	1.9
	2年	48.45	27.2	29.7	26.3	13.5	3.3
	3年	51.24	29.1	25.2	25.5	15.2	5.1
高等学校	1年	48.74	16.2	25.2	34.7	17.9	5.9
	2年	51.60	19.0	28.3	33.1	16.6	2.9
	3年	53.65	22.2	28.7	30.3	16.1	2.6
小学校		57.26	21.3	30.4	29.3	14.8	4.3
中学校		47.87	28.3	28.7	25.7	13.8	3.4
高等学校		51.23	19.0	27.3	32.8	16.9	3.9
全体		52.31	23.2	29.0	28.9	15.0	3.9

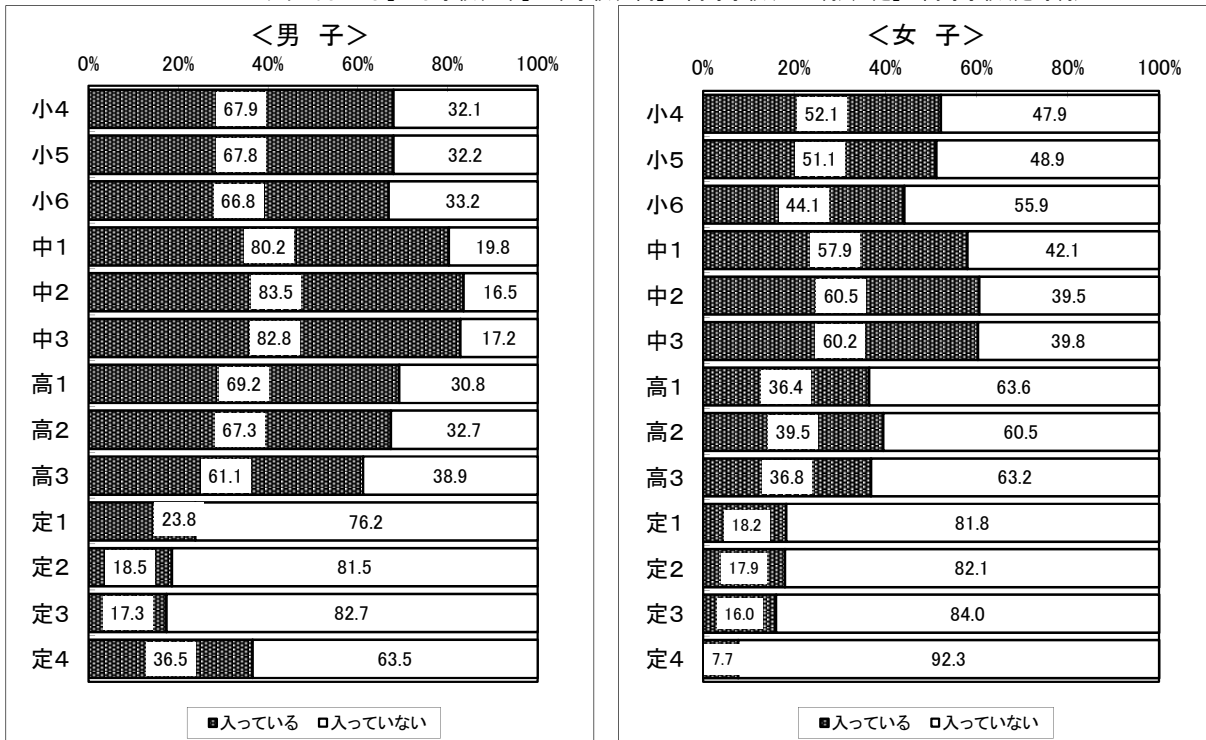
※高等学校は全日制



4 令和5年度本県の児童生徒の生活調査結果

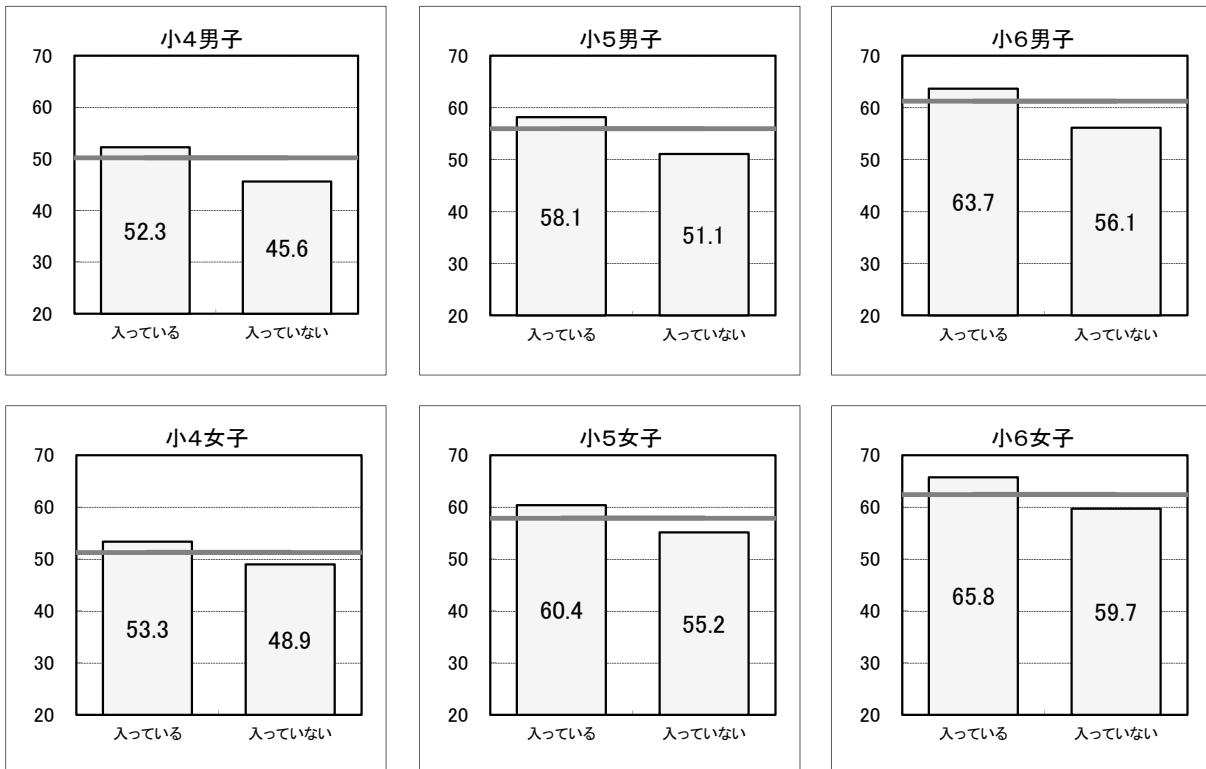
運動部やスポーツクラブの所属状況

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)

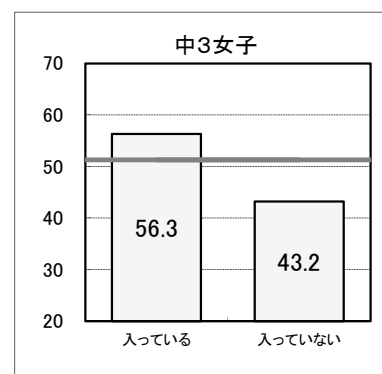
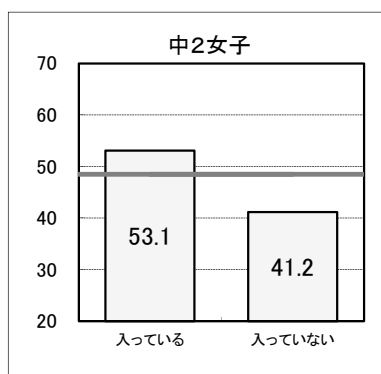
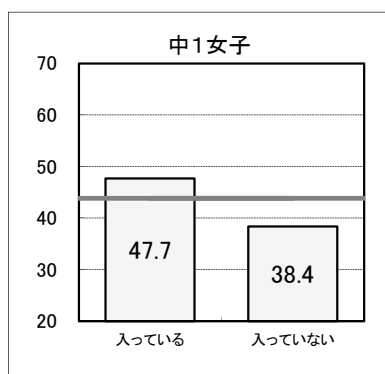
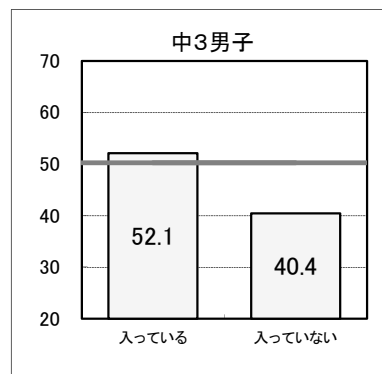
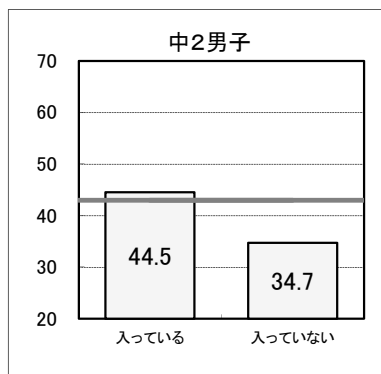
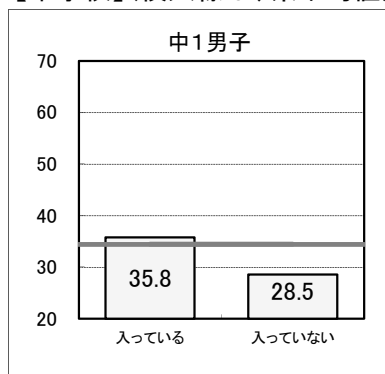


運動部やスポーツクラブの所属状況と体力合計点との関連

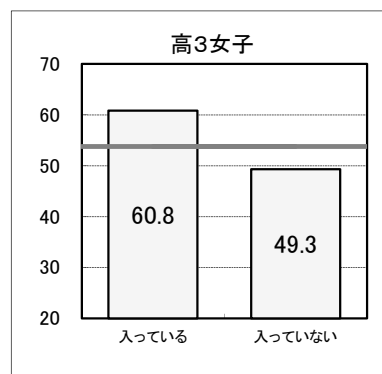
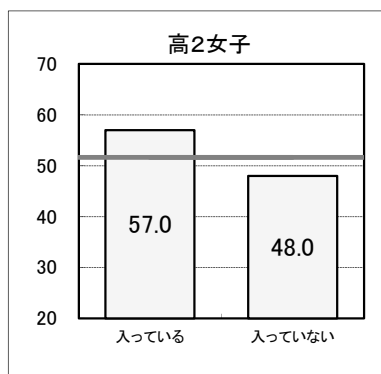
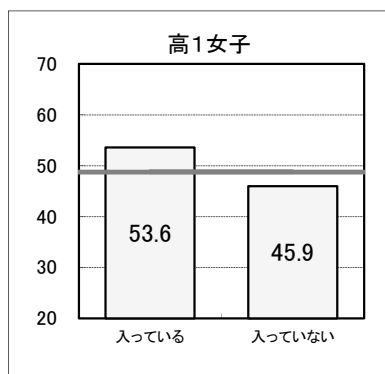
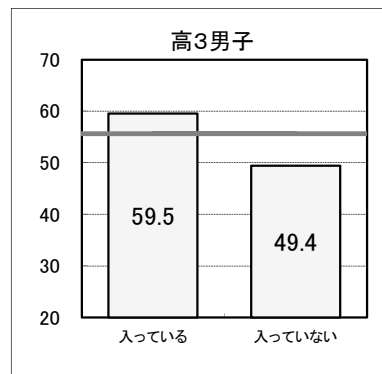
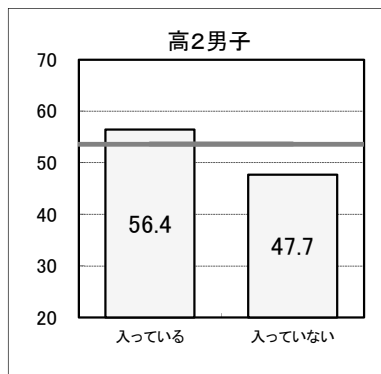
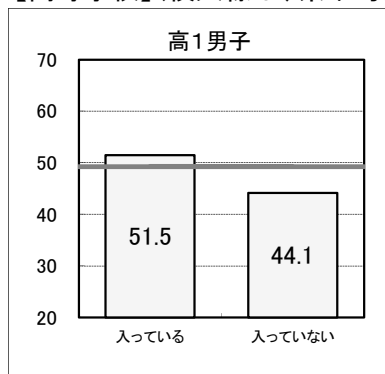
【小学校】(横太線は、県平均値)



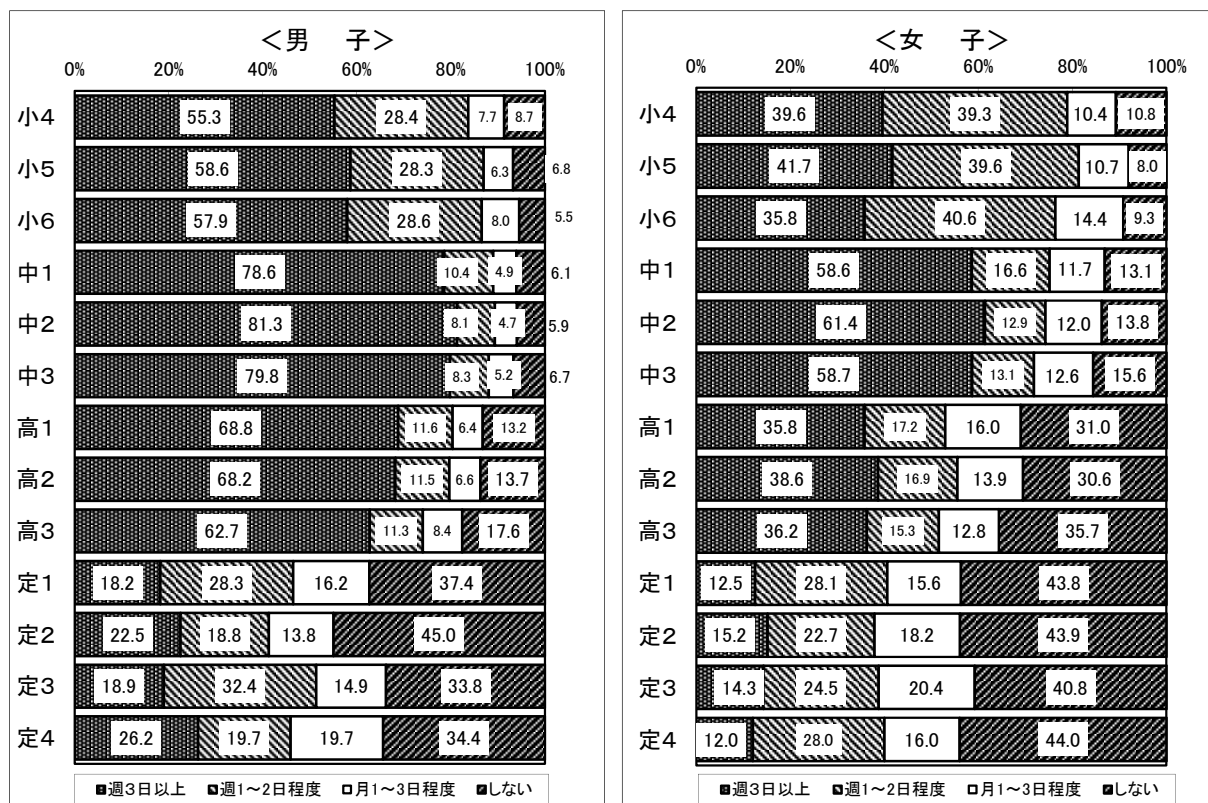
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

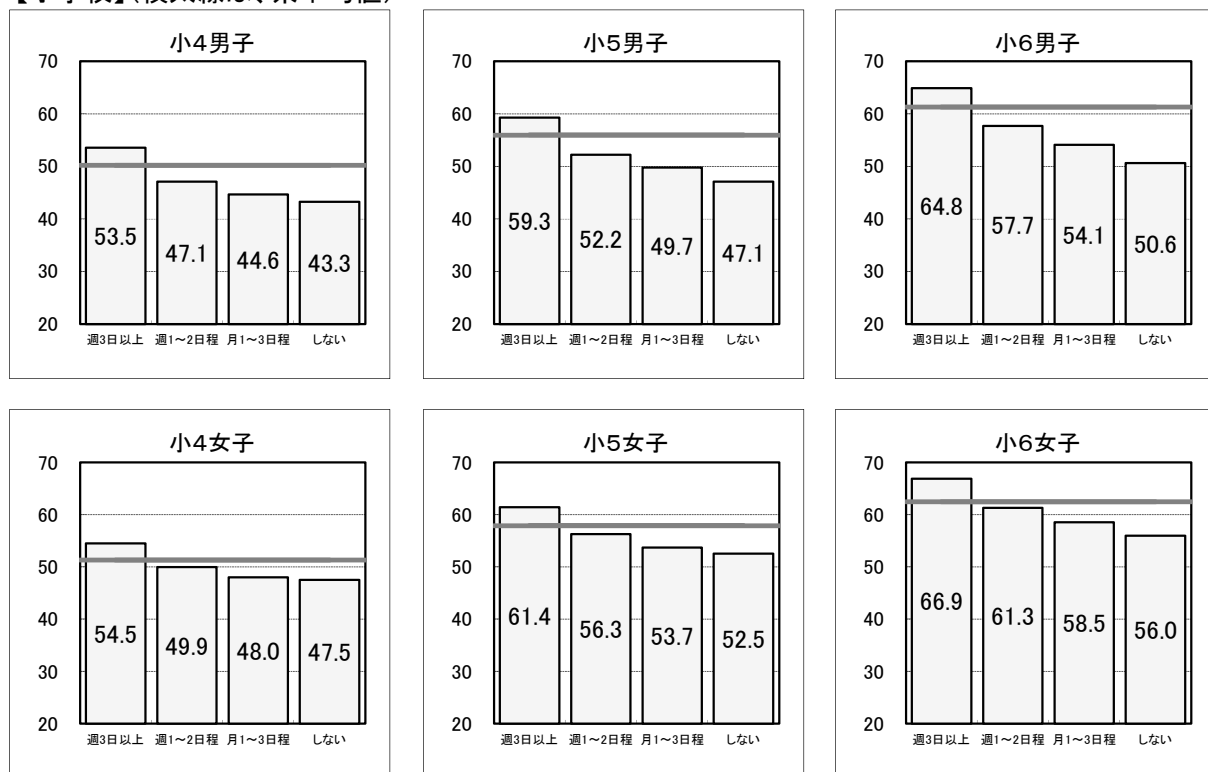


運動・スポーツの実施状況(体育の授業をのぞく)

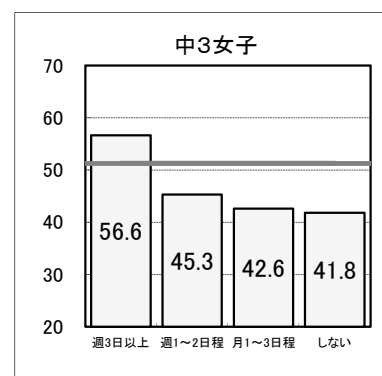
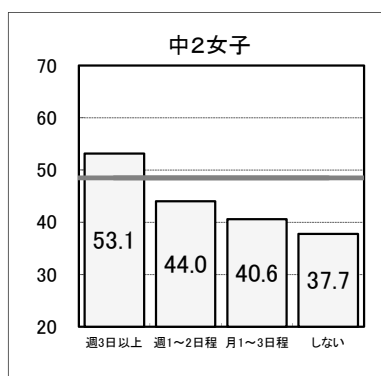
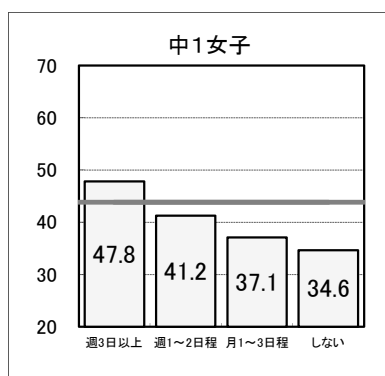
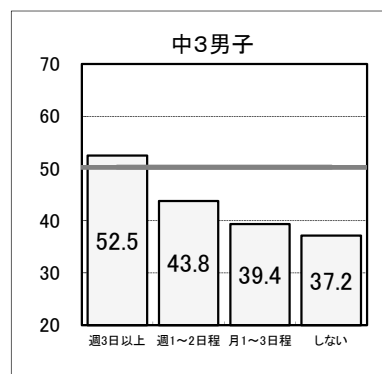
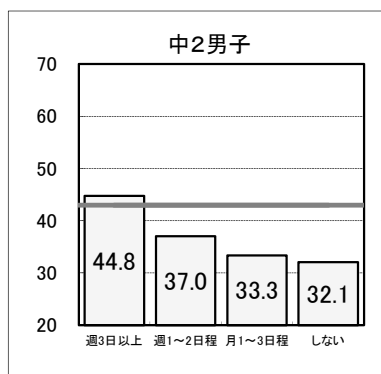
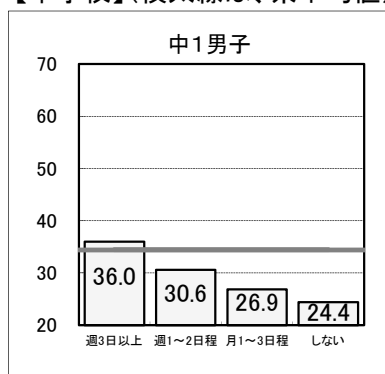


運動・スポーツの実施状況と体力合計点との関連

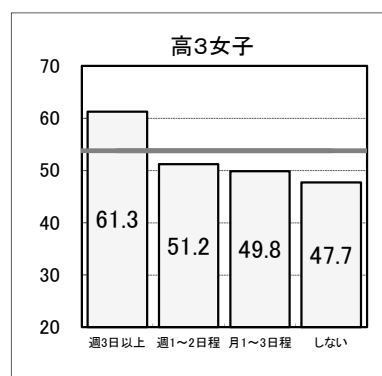
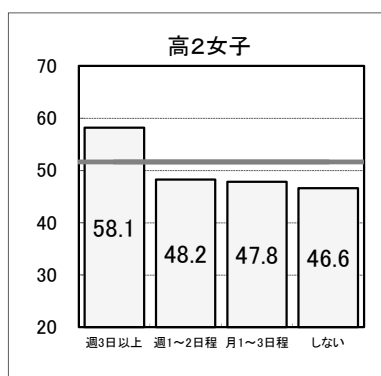
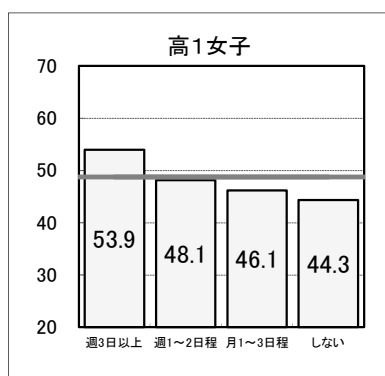
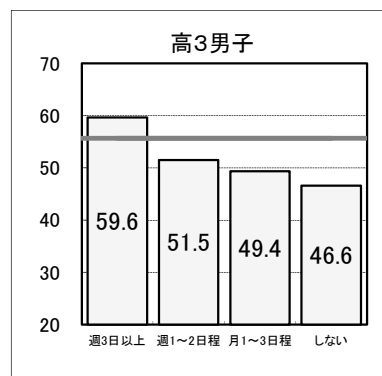
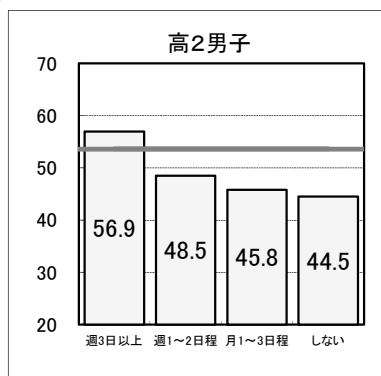
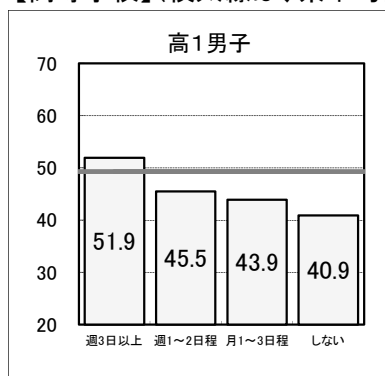
【小学校】(横太線は、県平均値)



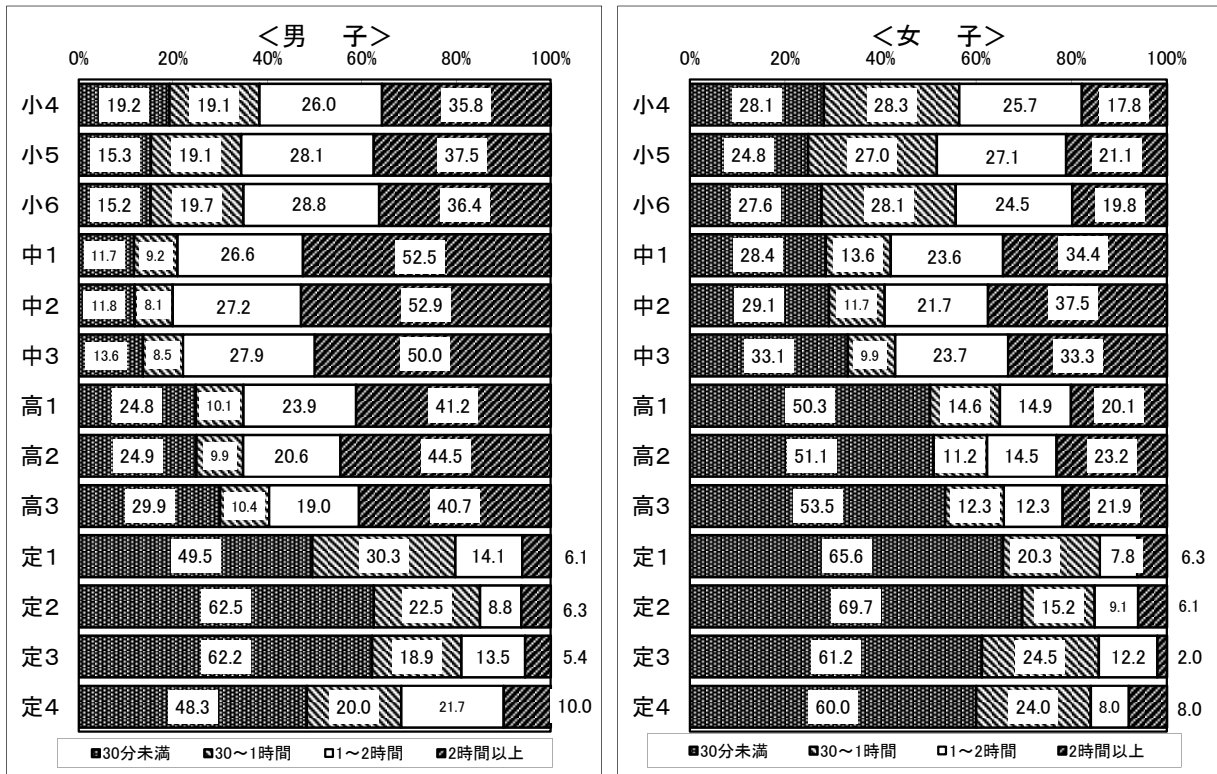
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

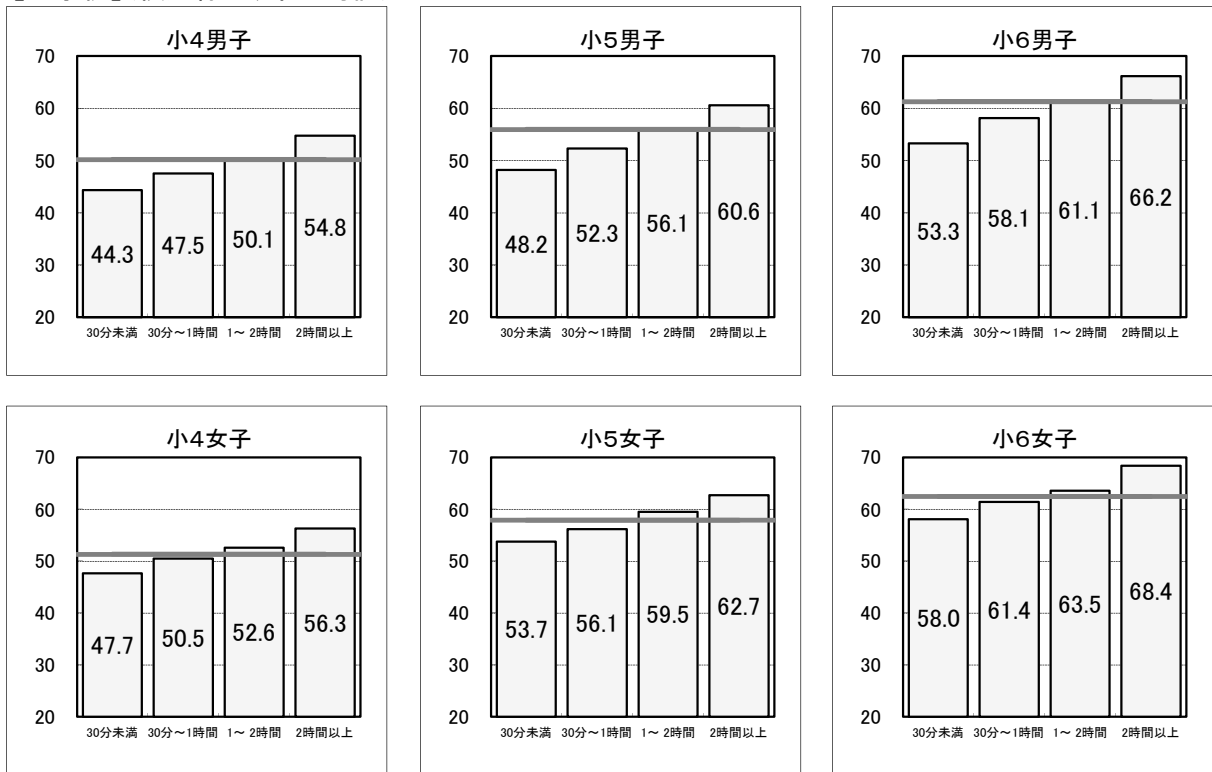


1日の運動・スポーツ実施時間(体育の授業をのぞく)

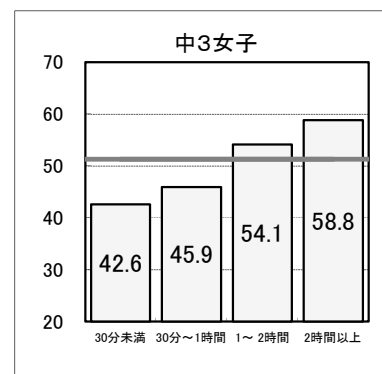
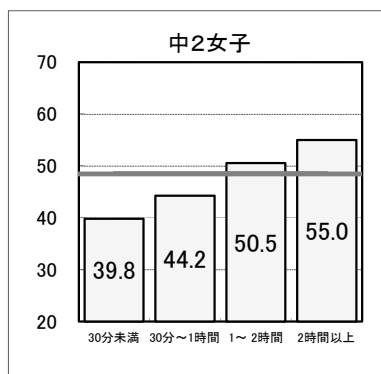
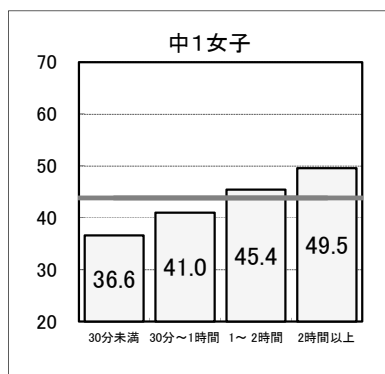
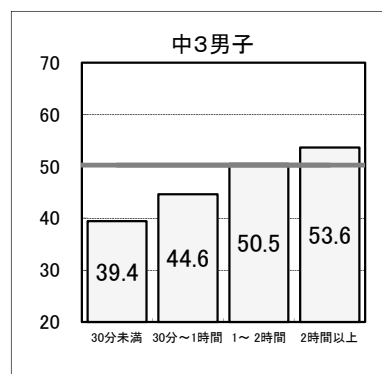
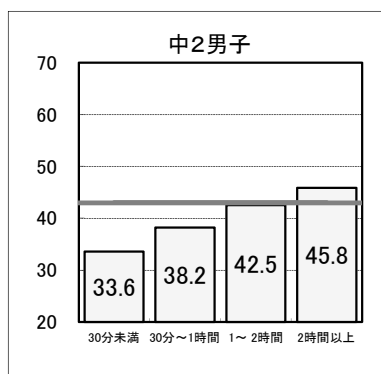
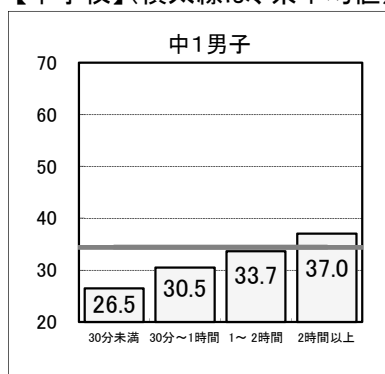


1日の運動・スポーツ実施時間と体力合計点との関連

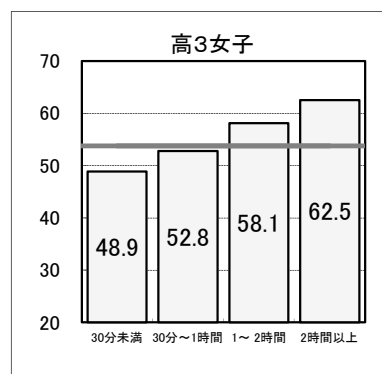
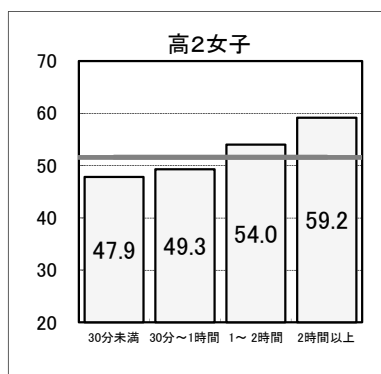
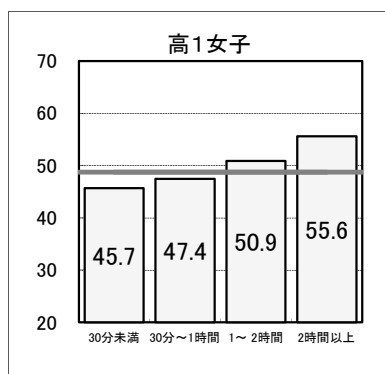
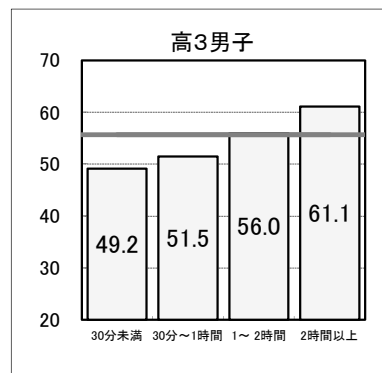
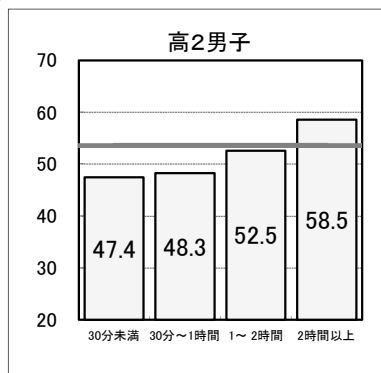
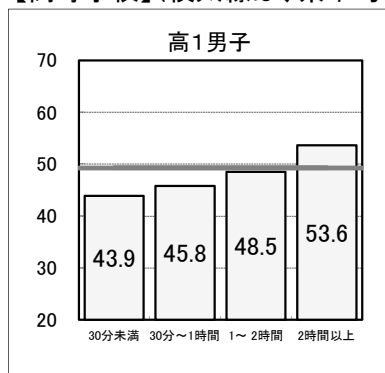
【小学校】(横太線は、県平均値)



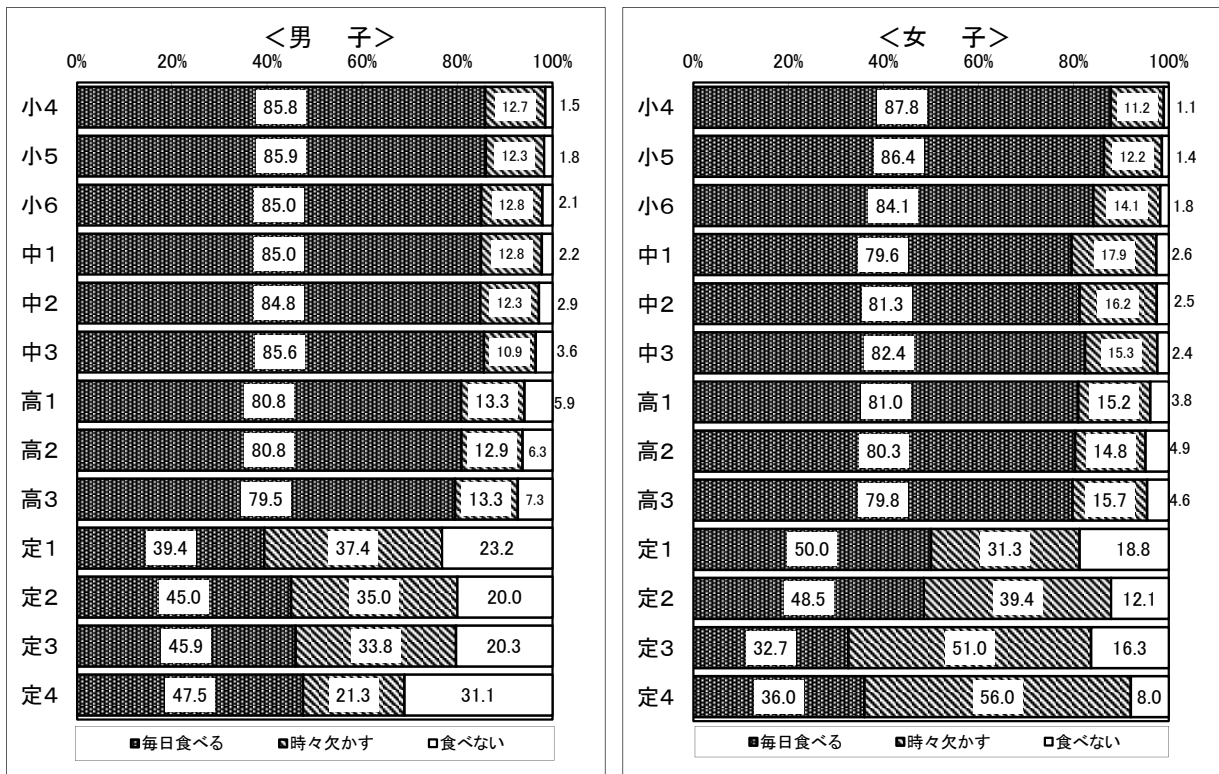
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

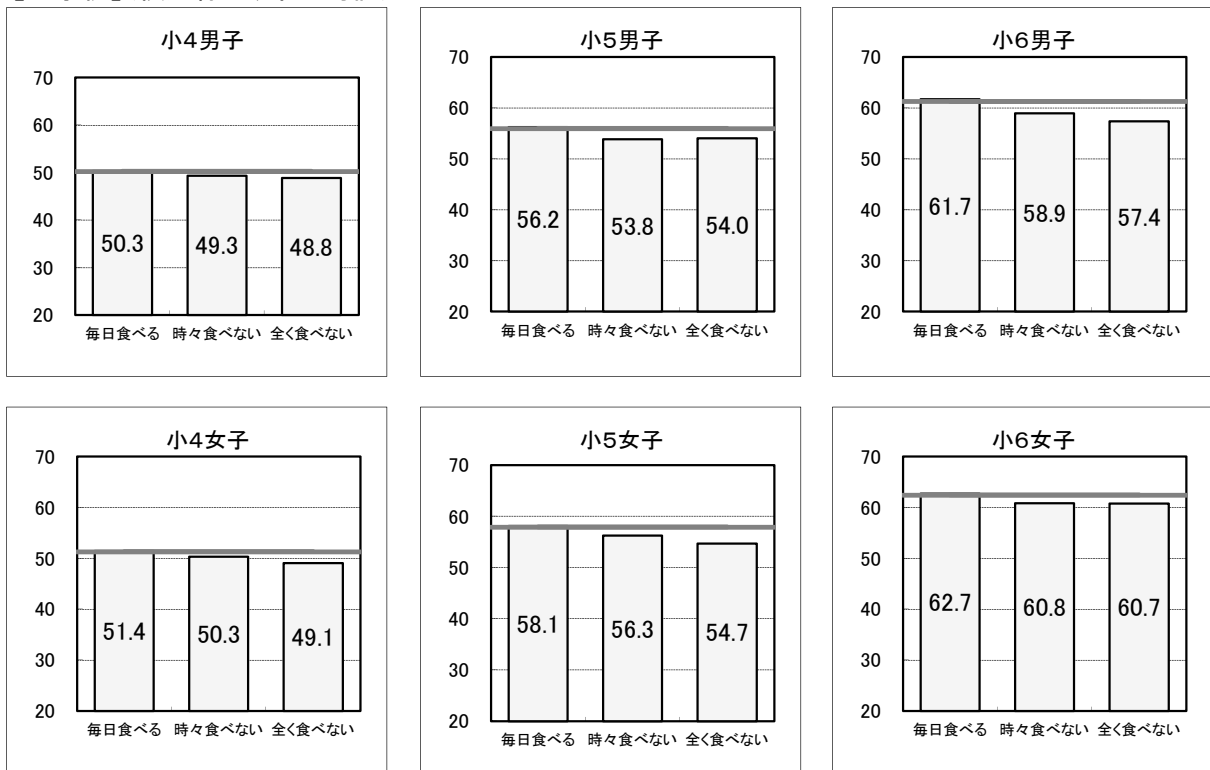


朝食の有無

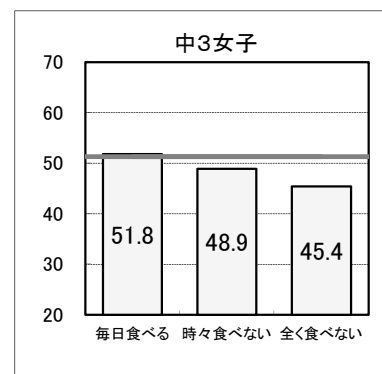
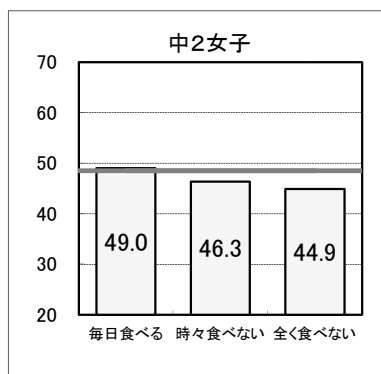
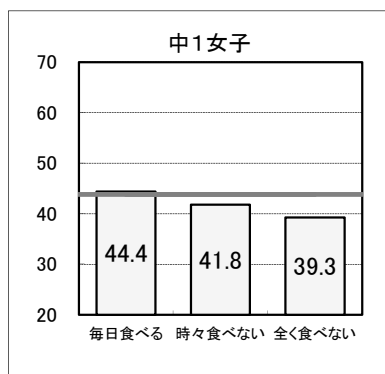
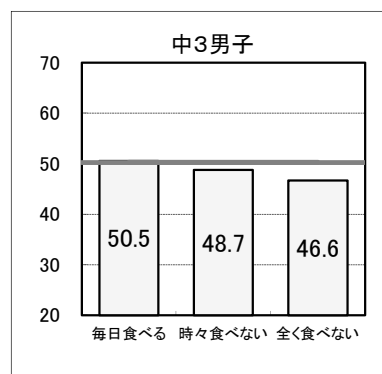
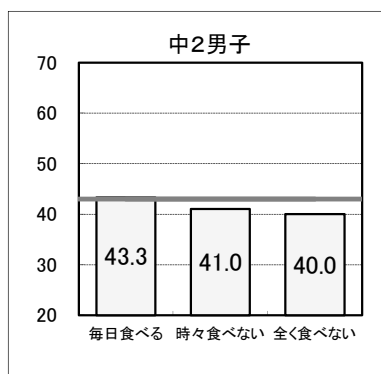
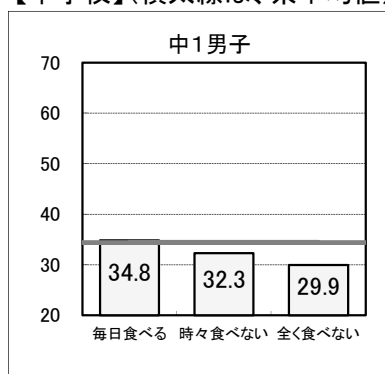


朝食の有無と体力合計点との関連

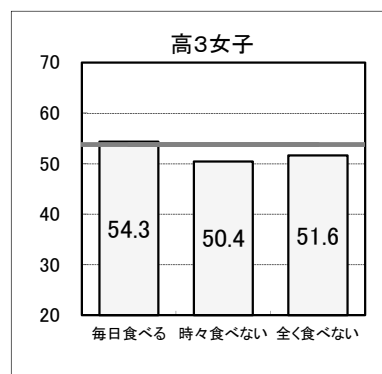
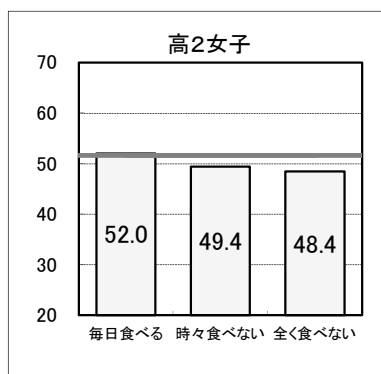
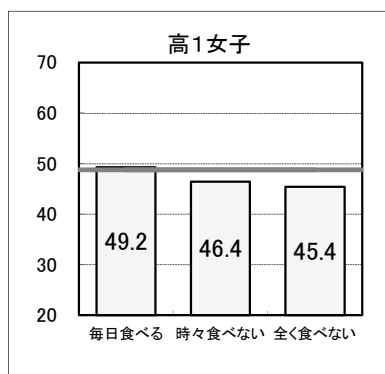
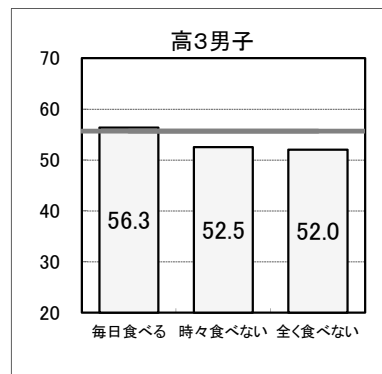
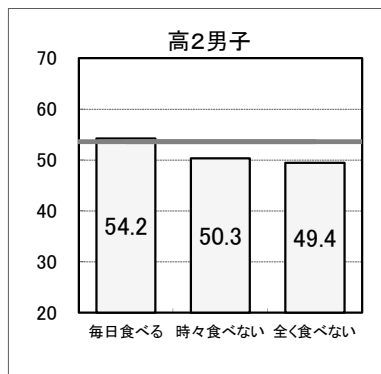
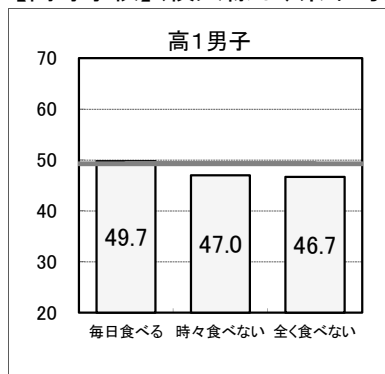
【小学校】(横太線は、県平均値)



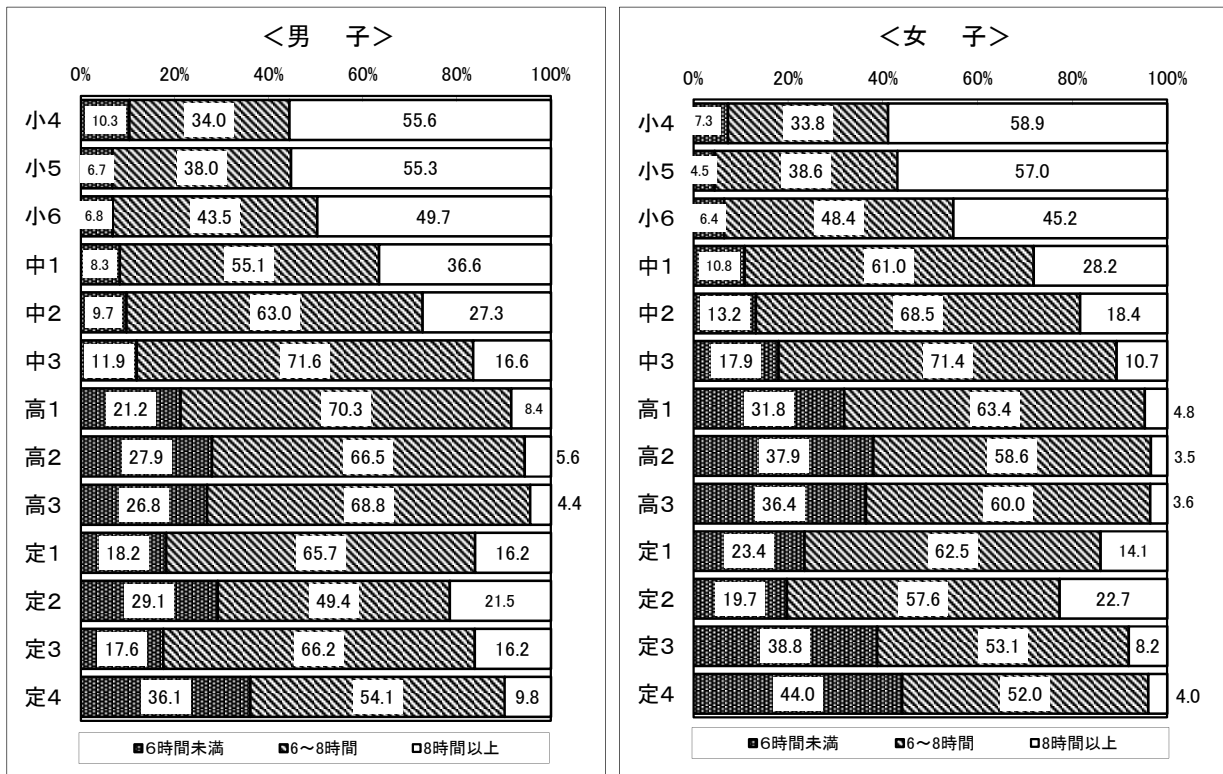
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

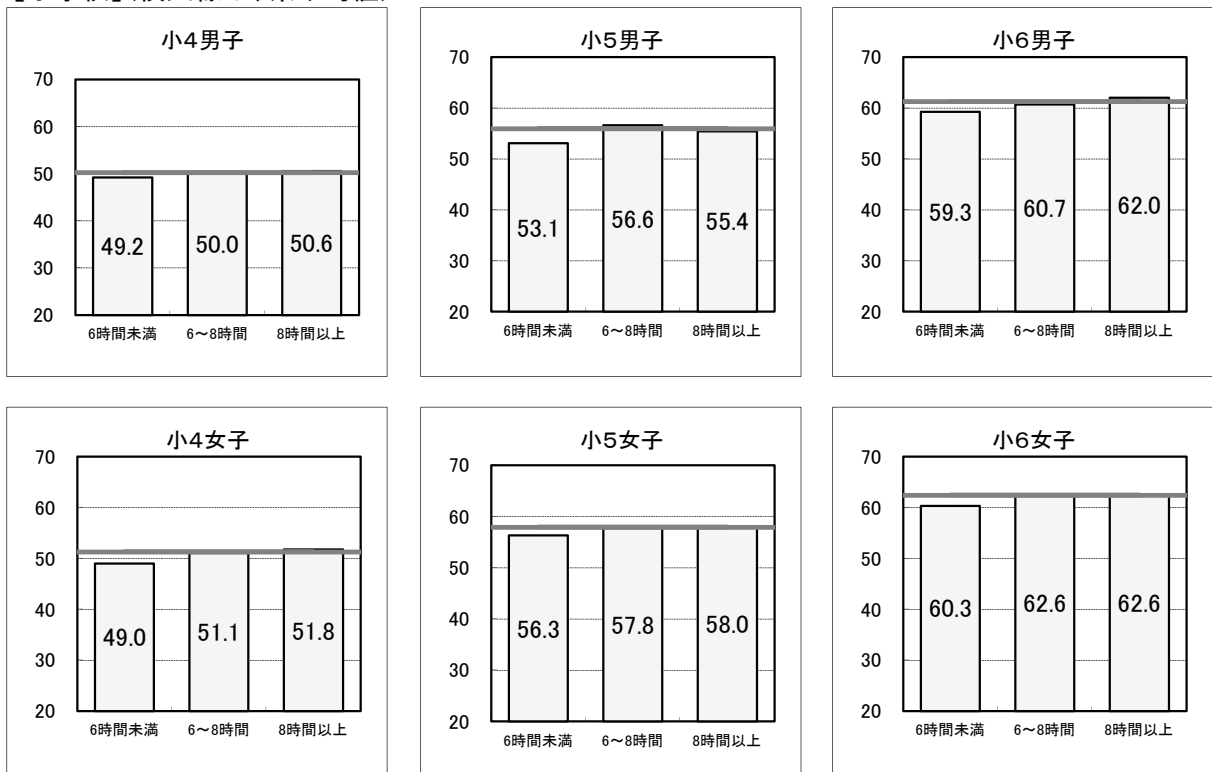


1日の睡眠時間

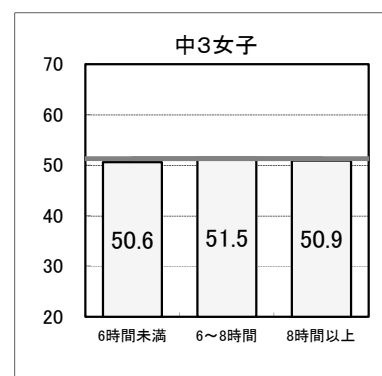
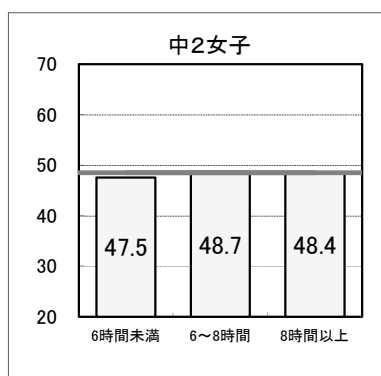
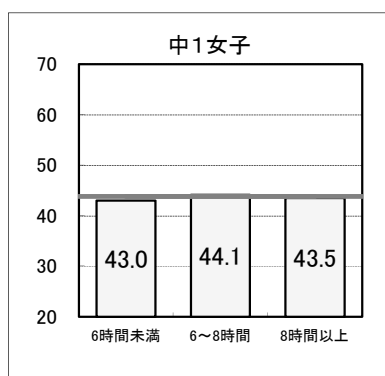
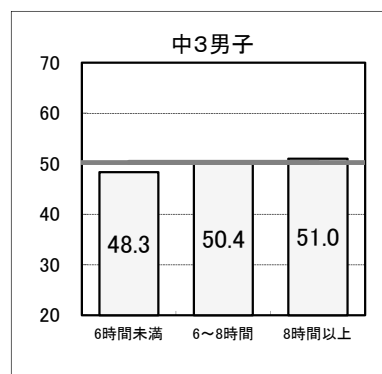
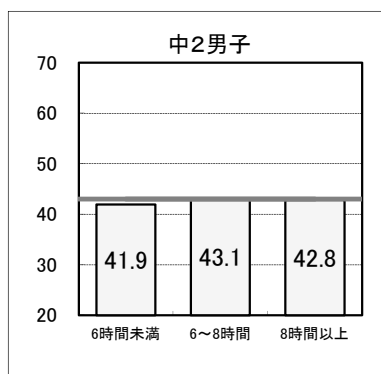
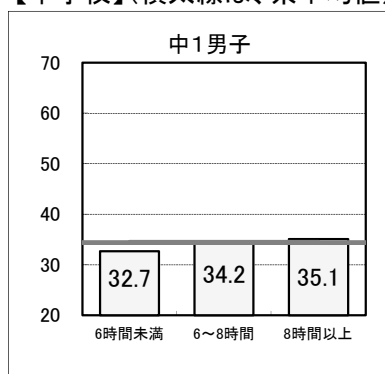


1日の睡眠時間と体力合計点との関連

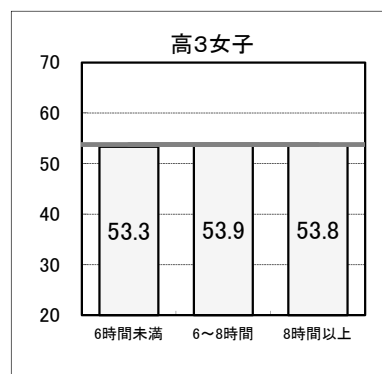
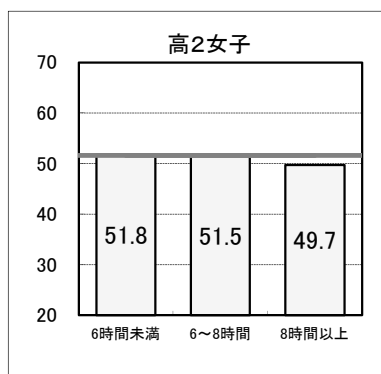
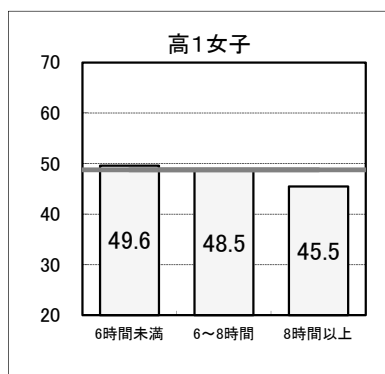
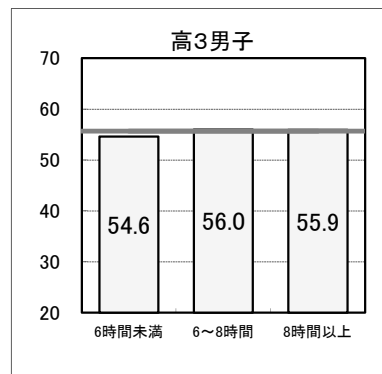
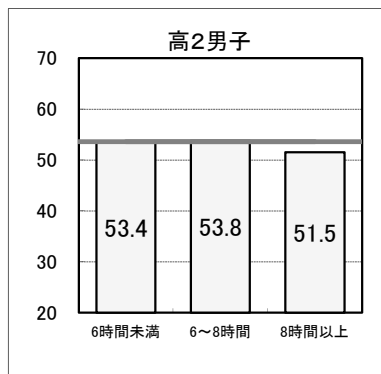
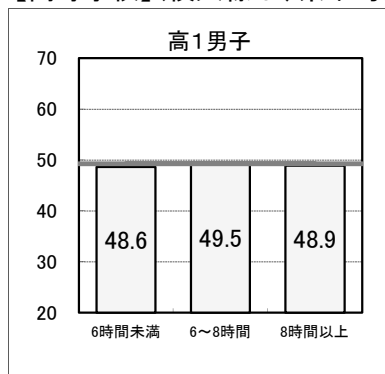
【小学校】(横太線は、県平均値)



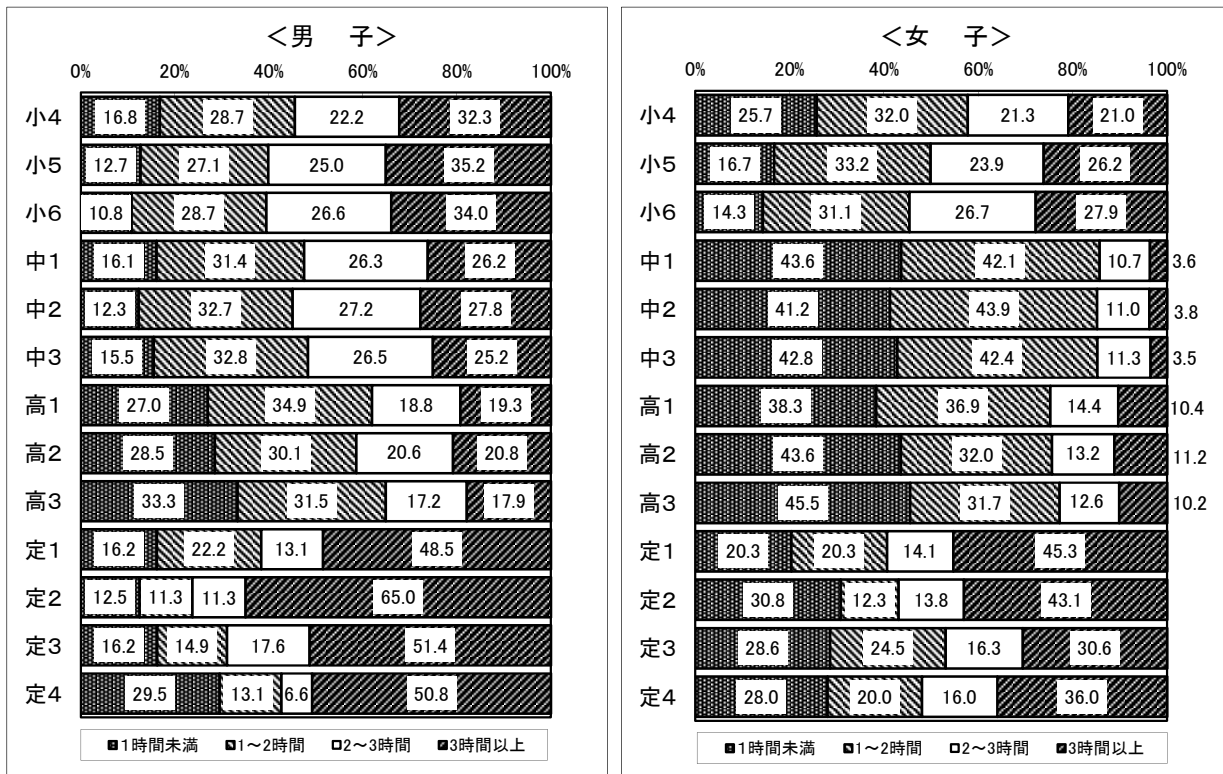
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

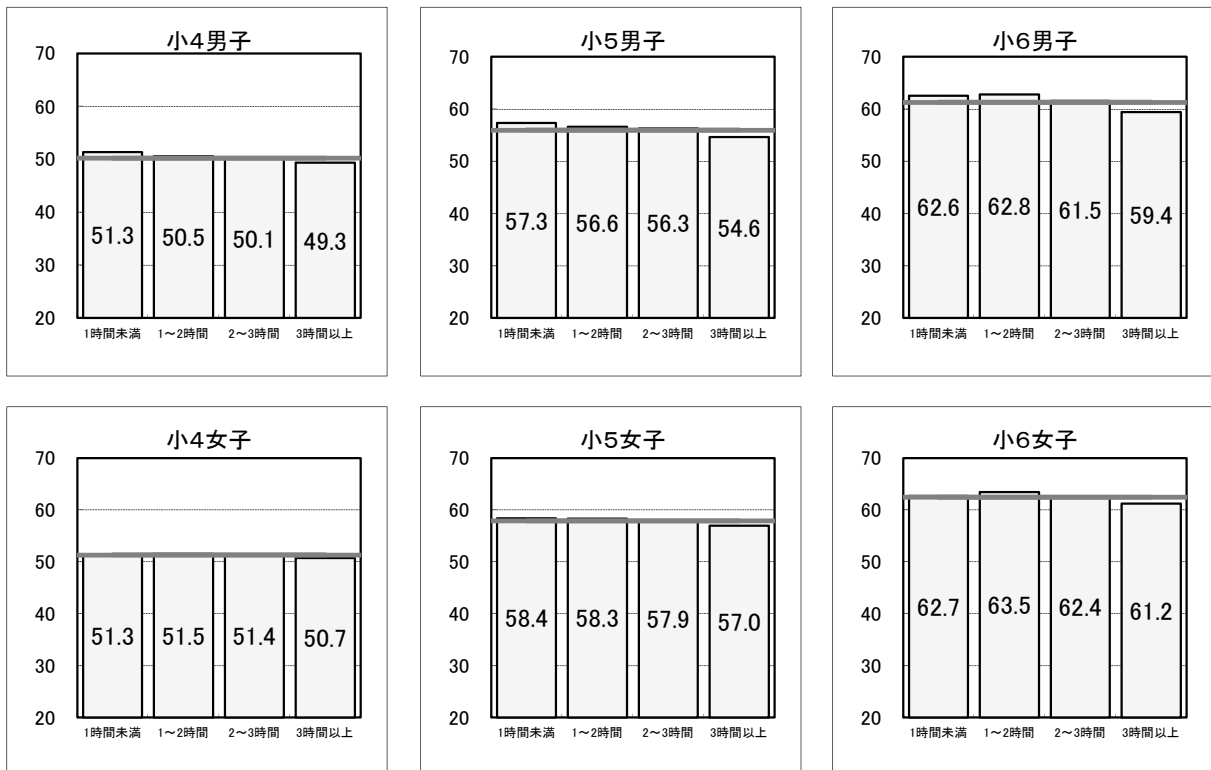


1日のテレビ(ゲームを含む)の視聴時間

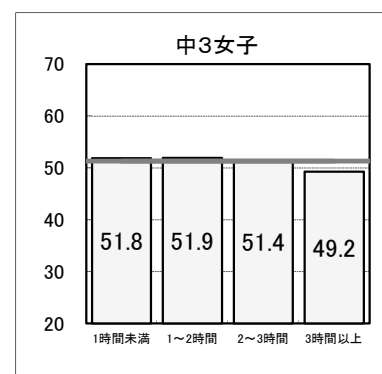
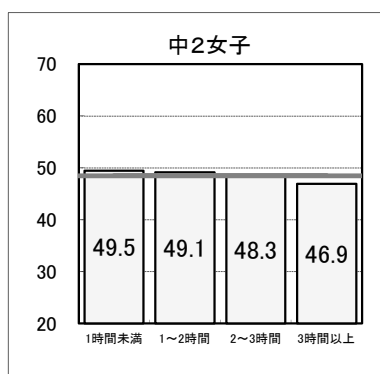
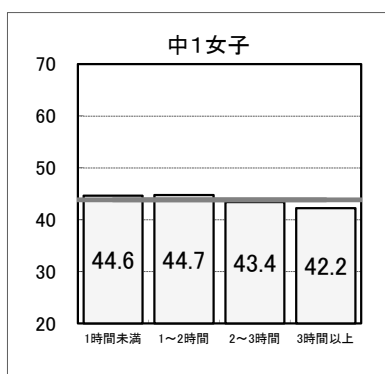
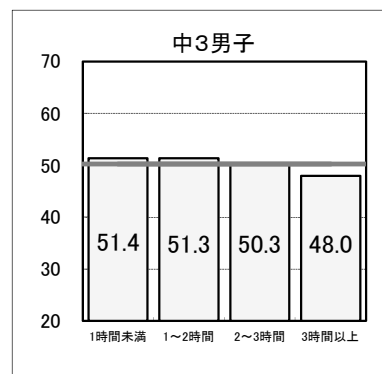
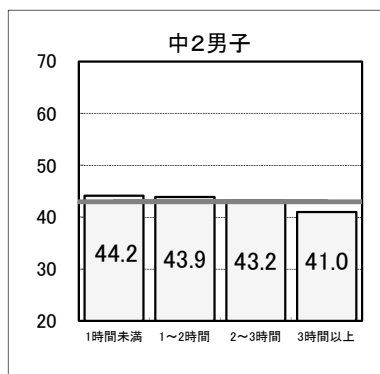
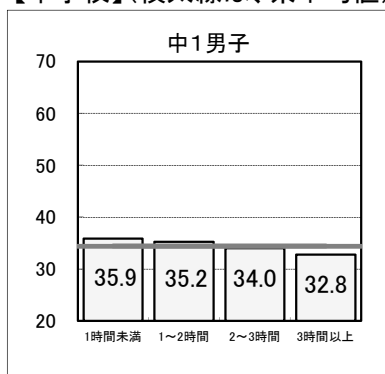


1日のテレビ(ゲームを含む)の視聴時間と体力合計点との関連

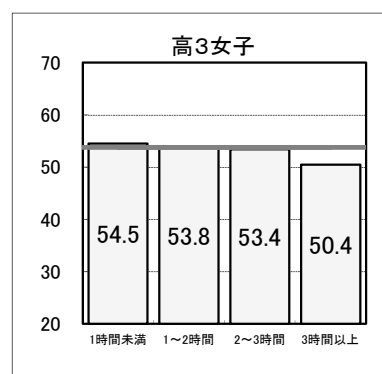
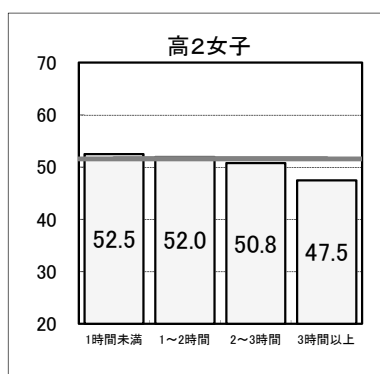
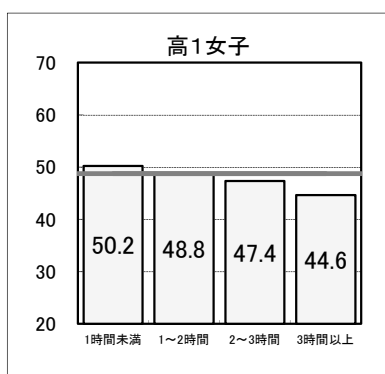
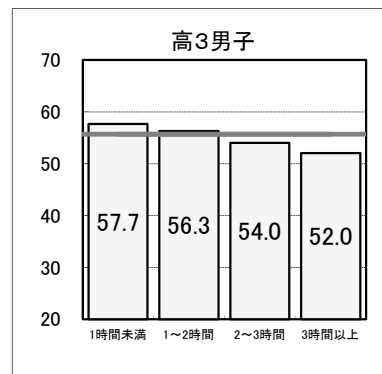
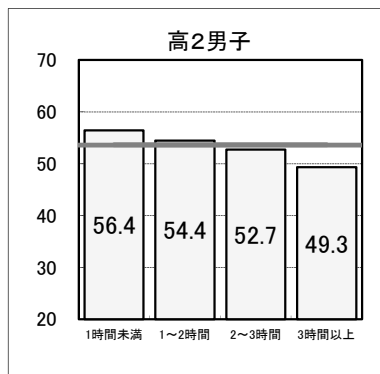
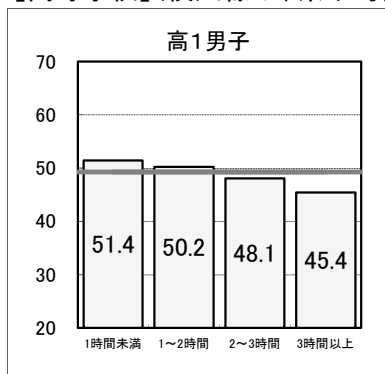
【小学校】(横太線は、県平均値)



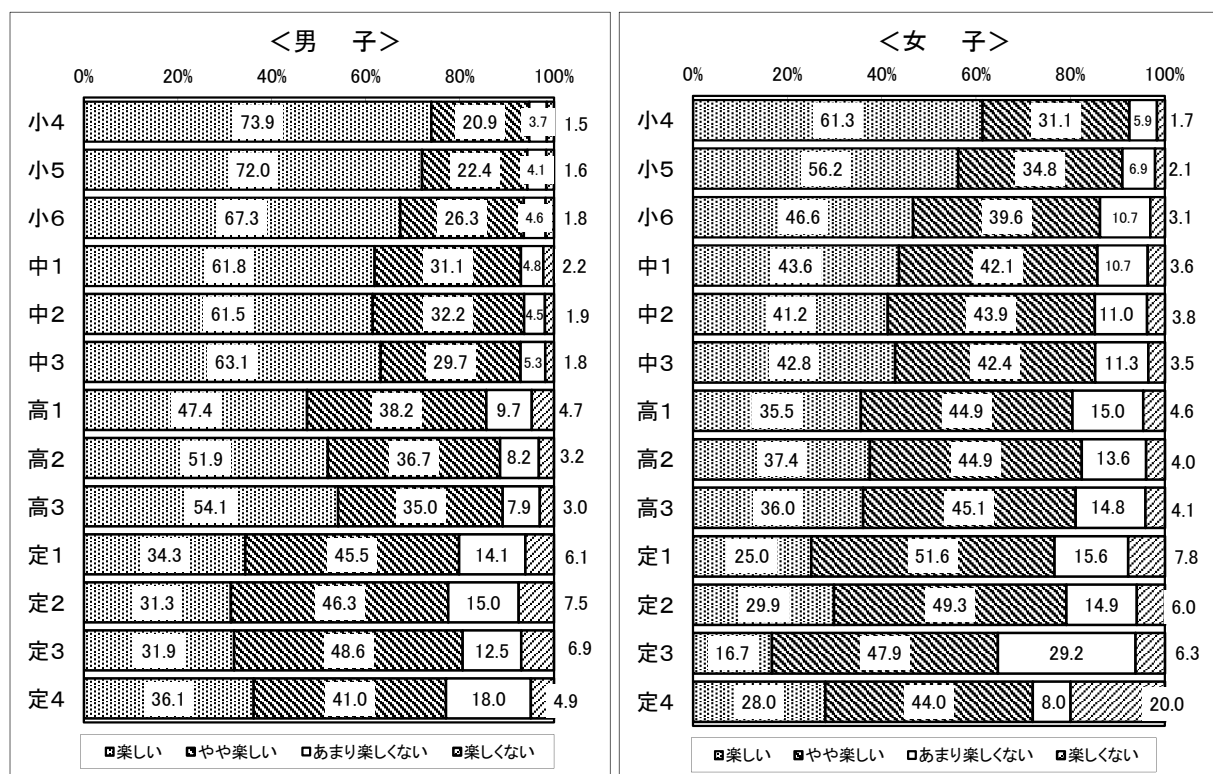
【中学校】(横太線は、県平均値)



【高等学校】(横太線は、県平均値)

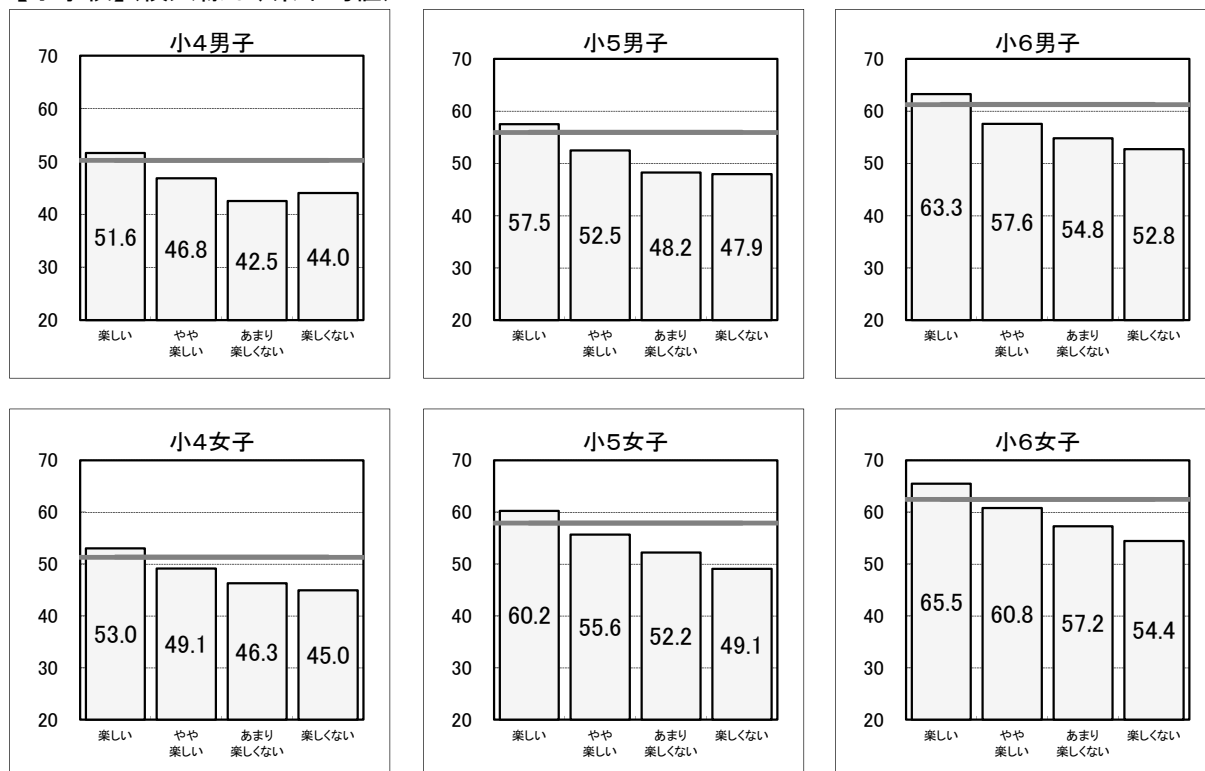


体育の授業は楽しいか

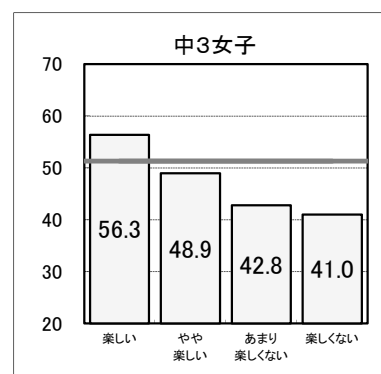
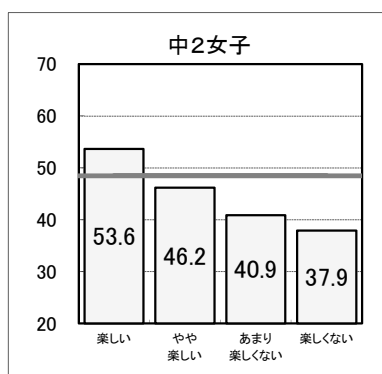
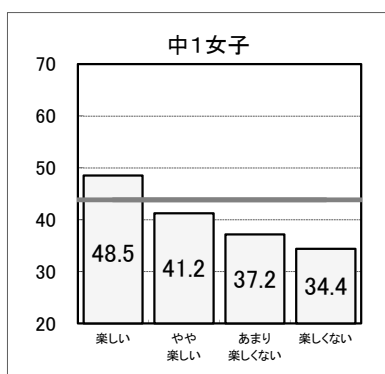
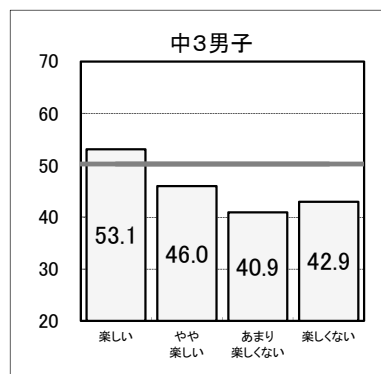
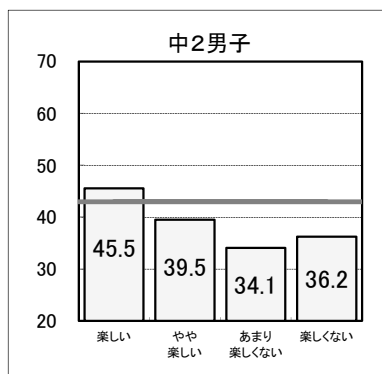
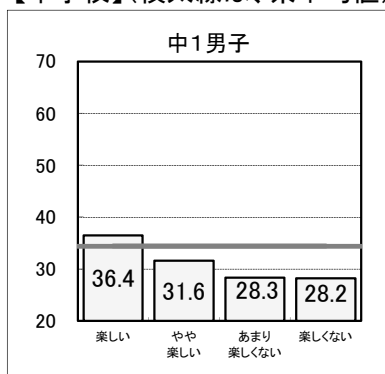


体育の授業の楽しさと体力合計点との関連

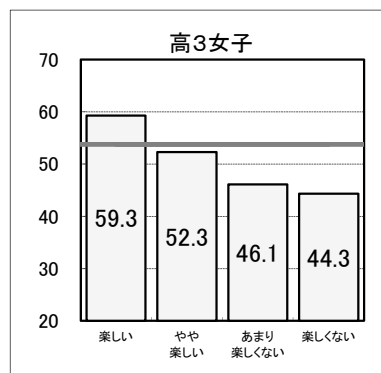
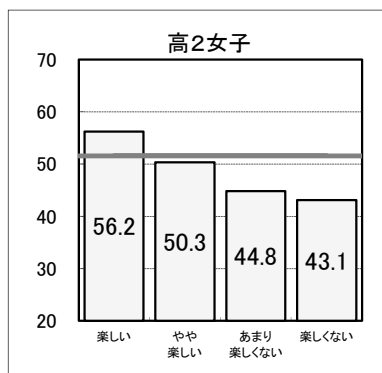
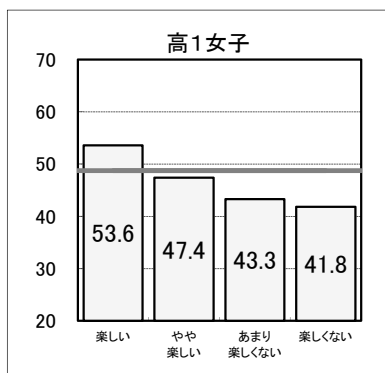
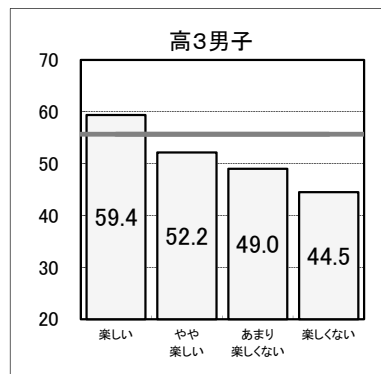
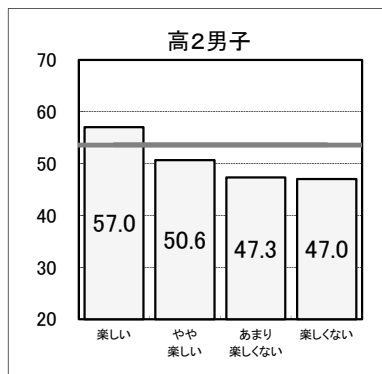
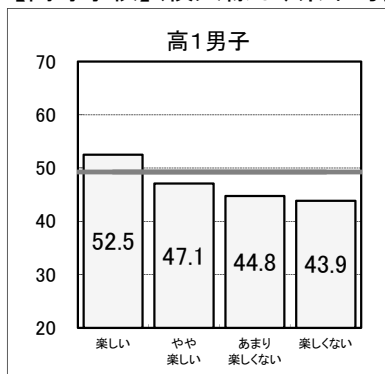
【小学校】(横太線は、県平均値)



【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5年度」と「本県の令和4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5年度と令和4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	男子全体では昨年度と比較して、下回る項目よりも上回る項目のほうが多い結果となった。また、小学校では「体力・運動能力」において、下回る項目はなかった。
----	--

【令和5年度と令和4年度の平均値の比較(男子)】

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	○	—	—	○	—	—	—	—	—	2	0
	体重	—	—	▲	○	○	—	—	—	○	3	1
	○数	1	0	0	2	1	0	0	0	1	5	
	▲数	0	0	1	0	0	0	0	0	0		1
体力・運動能力	握力	—	—	—	—	—	—	—	○	○	2	0
	上体起こし	—	—	○	—	▲	—	○	○	—	3	1
	長座体前屈	○	○	—	○	—	○	○	▲	—	5	1
	反復横とび	—	○	○	○	—	▲	—	▲	—	3	2
	持久走	□	□	□	—	—	—	—	—	—	0	0
	20mシャトルラン	—	○	○	—	—	—	▲	—	—	2	1
	50m走	○	○	—	—	—	—	▲	—	—	2	1
	立ち幅とび	—	○	—	—	—	—	—	▲	—	1	1
	ボール投げ	—	—	—	○	▲	—	—	○	—	2	1
	○数	2	5	3	3	0	1	2	3	1	20	
▲数	0	0	0	0	2	1	2	3	0		8	

女子	小学校では「長座体前屈」がすべての学年で昨年度を上回った。中学校では2,3年生の多くの種目で昨年度を下回った。高等学校では1年の「ボール投げ」、2年の「握力」、3年の「反復横跳び」が昨年度を上回った。
----	--

【令和5年度と令和4年度の平均値の比較(女子)】

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	▲	○	—	—	—	—	—	—	—	1	1
	体重	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	0
	○数	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	
	▲数	1	0	0	0	0	0	0	0	0		1
体力・運動能力	握力	▲	—	—	—	▲	▲	—	○	—	1	3
	上体起こし	—	—	—	○	▲	▲	—	—	—	1	2
	長座体前屈	○	○	○	—	—	▲	—	—	—	3	1
	反復横とび	▲	○	○	—	▲	▲	—	▲	○	3	4
	持久走	□	□	□	—	—	○	—	—	—	1	0
	20mシャトルラン	▲	—	—	—	▲	▲	—	—	▲	0	4
	50m走	○	—	○	—	—	▲	—	—	—	2	1
	立ち幅とび	—	—	—	—	—	▲	—	—	▲	0	2
	ボール投げ	—	—	—	—	▲	○	○	—	—	2	1
	○数	2	2	3	1	0	2	1	1	1	13	
▲数	3	0	0	0	5	7	0	1	2		18	

- (注) 1. ○: R5が上回っている。 ▲: R5が下回っている。 —: R5とR4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5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25年～令和4年までの値を平均し、過去10年平均データ※とした。令和5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

	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
H15	16.4	18.4	20.4	22.8	26.7	27.7	27.9	30.4	30.7
H16	17.0	19.1	20.7	22.4	25.3	26.9	28.2	30.9	31.5
H17	16.6	18.9	20.8	22.7	26.4	27.7	29.1	31.3	32.2
H18	16.9	19.0	20.9	22.6	26.8	28.6	28.4	31.6	32.2
H19	17.0	19.2	21.2	22.9	27.1	29.1	29.6	31.3	33.0
H20	17.6	19.4	21.4	23.2	27.2	29.6	29.8	32.6	33.0
H21	17.3	19.6	21.6	23.7	27.4	29.3	29.9	31.9	33.3
H22	17.4	19.4	21.4	23.8	28.0	29.8	29.6	32.6	33.6
H23	17.6	19.7	21.7	23.7	27.8	30.3	29.8	31.9	33.5
H24	17.8	20.1	22.1	24.0	28.2	30.4	30.1	32.9	33.4
H25	17.8	20.1	22.2	24.3	28.3	30.5	29.9	32.7	33.9
H26	17.8	20.3	22.4	24.2	28.2	30.4	29.9	32.3	33.6
H27	17.9	20.3	22.5	24.1	28.2	30.5	29.4	31.8	33.1
H28	18.3	20.4	22.6	24.0	28.2	30.2	29.7	31.5	32.9
H29	18.6	20.9	22.6	24.0	28.1	30.1	29.5	31.7	32.6
H30	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
R5	17.9	19.8	21.6	22.8	25.8	28.4	28.0	29.6	30.4

「本県の令和5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5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」「立ち幅跳び」、中学校の「握力」「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」「立ち幅跳び」を除くすべての種目、中学校では「握力」「長座体前屈」「立ち幅とび」を除くすべての種目、高等学校では「長座体前屈」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		○	○	○	○	○	○	○	▲	▲	7	2
	体重		○	○	○	○	○	○	○	▲	▲	7	2
	○数		2	2	2	2	2	2	2	0	0	14	
	▲数		0	0	0	0	0	0	0	2	2		4
体力・運動能力	握力		▲	▲	▲	○	○	○	▲	▲	▲	3	6
	上体起こし		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	長座体前屈		○	○	○	○	○	○	○	○	▲	8	1
	反復横とび		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	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	2	3	3	1	1	0	16	
	▲数		6	6	6	7	6	6	8	8	9		62

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」「立ち幅跳び」、中学校と高等学校では「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「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」「立ち幅跳び」を除くすべての種目、中学校では「長座体前屈」「反復横跳び」を除くすべての種目、高等学校では「長座体前屈」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		○	○	○	○	-	▲	▲	▲	▲	4	4
	○数		2	2	2	2	1	1	1	1	1	13	
	▲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		○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	1	8
	長座体前屈		○	○	○	○	○	○	○	○	○	9	0
	反復横とび		▲	▲	▲	▲	○	○	▲	▲	▲	2	7
	持久走		/			▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	6
	20mシャトルラン		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	50m走		-	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	8
	立ち幅とび		○	○	○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	3	6
	ボール投げ		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	0	9
	○数		3	2	2	1	2	2	1	1	1	15	
	▲数		4	6	6	8	7	7	8	8	8		62

- (注) 1. ○: R5年が上回っている。 ▲: R5年が下回っている。 -: R5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5年度の小6、中3、高3の3年間(2年前、1年前、現在)での平均値変化

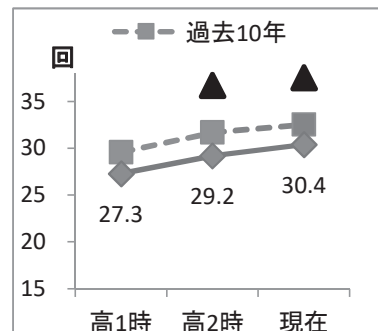
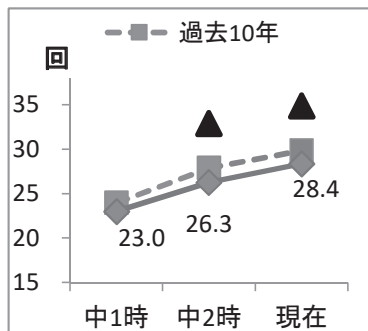
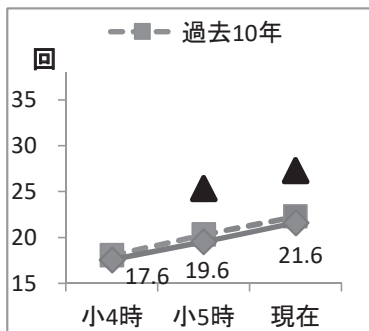
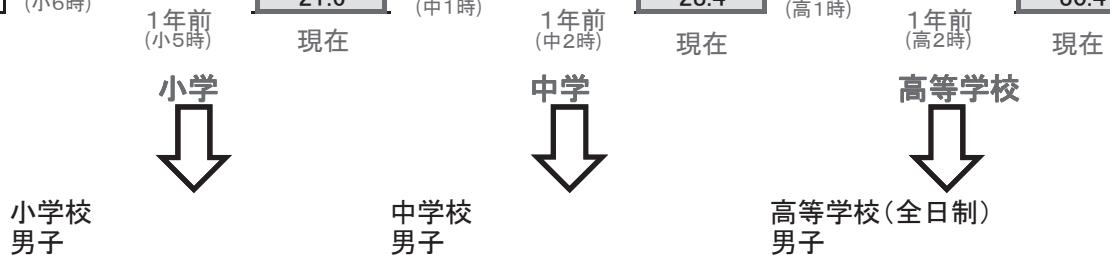
小・中・高において、各種目の伸びを分析するため、対象を継続的に調査する『縦断調査』を行った。

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』『1年前』『2年前』のデータを参照し、3年間の値の変化を調べた。
 また、『現在』に対しては平成25年～令和4年までの値の平均、『1年前』に対しては平成24年～令和3年までの値の平均を、『2年前』に対しては平成23年～令和2年までの値の平均を過去10年平均データとし、3年間の値の変化を比較した。

(例)上体おこし

	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
H16	17.0	19.1	20.7	22.4	25.3	26.9	28.2	30.9	31.5
H17	16.6	18.9	20.8	22.7	26.4	27.7	29.1	31.3	32.2
H18	16.9	19.0	20.9	22.6	26.8	28.6	28.4	31.6	32.2
H19	17.0	19.2	21.2	22.9	27.1	29.1	29.6	31.3	33.0
H20	17.6	19.4	21.4	23.2	27.2	29.6	29.8	32.6	33.0
H21	17.3	19.6	21.6	23.7	27.4	29.3	29.9	31.9	33.3
H22	17.4	19.4	21.4	23.8	28.0	29.8	29.6	32.6	33.6
H23	17.6	19.7	21.7	23.7	27.8	30.3	29.8	31.9	33.5
H24	17.8	20.1	22.1	24.0	28.2	30.4	30.1	32.9	33.4
H25	17.8	20.1	22.2	24.3	28.3	30.5	29.9	32.7	33.9
H26	17.8	20.3	22.4	24.2	28.2	30.4	29.9	32.3	33.6
H27	17.9	20.3	22.5	24.1	28.2	30.5	29.4	31.8	33.1
H28	18.3	20.4	22.6	24.0	28.2	30.2	29.7	31.5	32.9
H29	18.6	20.9	22.6	24.0	28.1	30.1	29.5	31.7	32.6
H30	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		19.6	21.4		26.3	28.6		29.2	30.6
R5	2年前 (小6時)		21.6	2年前 (中1時)		28.4	2年前 (高1時)		30.4

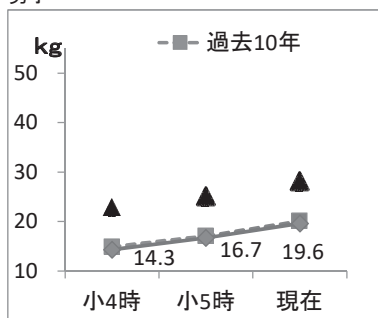


現在の小6、中3、高3が過去10年平均よりも上回っていれば○、下回っていれば▲、同じであれば- をそれぞれ記載している。

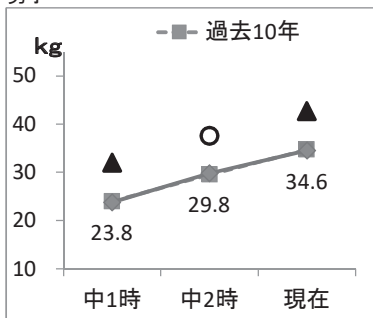
本県令和5年度の小6、中3、高3の3年間(2年前、1年前、現在)での平均値変化のグラフ

【 握力 】

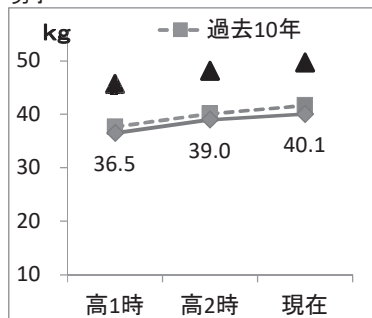
小学校
男子



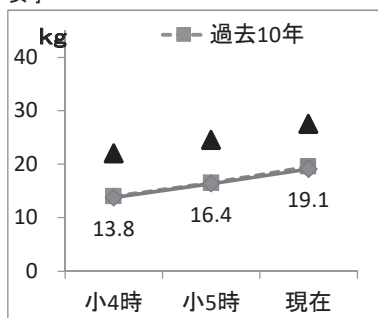
中学校
男子



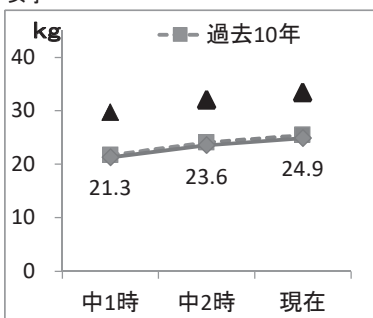
高等学校(全日制)
男子



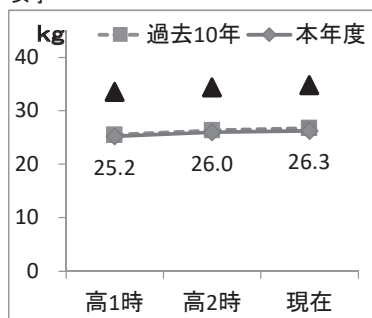
小学校
女子



中学校
女子



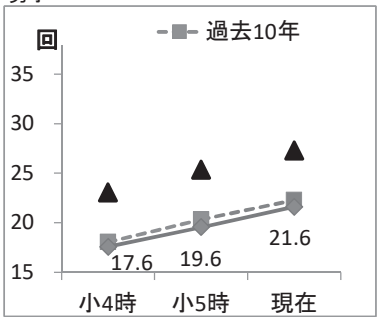
高等学校(全日制)
女子



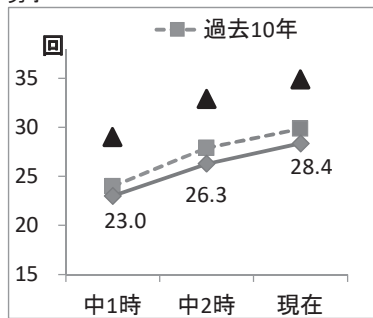
・握力は、過去10年平均と比較し、中学校男子のみが1年前時において高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 上体おこし 】

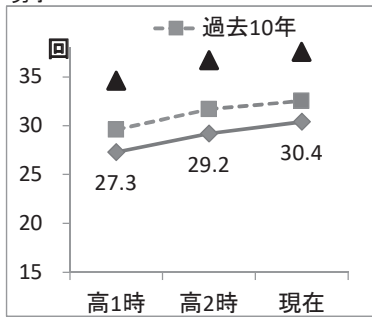
小学校
男子



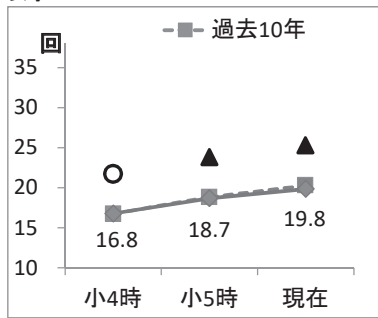
中学校
男子



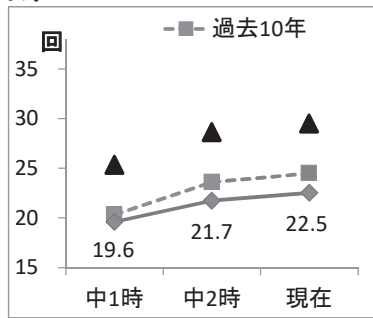
高等学校(全日制)
男子



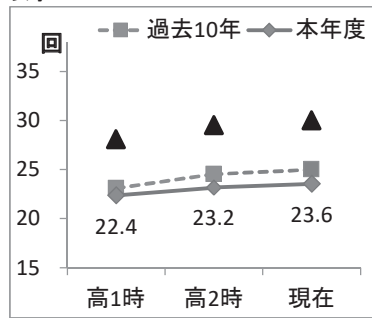
小学校
女子



中学校
女子



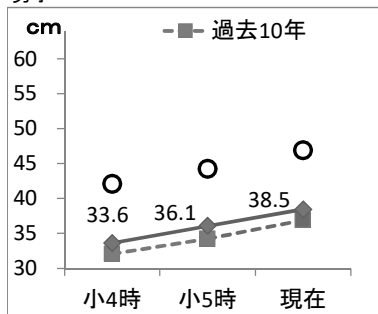
高等学校(全日制)
女子



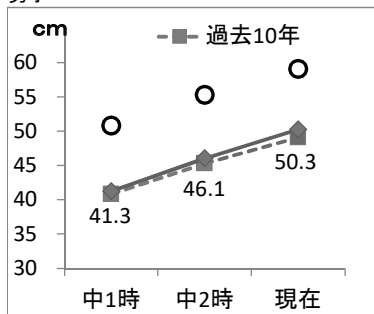
・上体起こしは、過去10年平均と比較し、小学校女子のみが2年前時において高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 長座体前屈 】

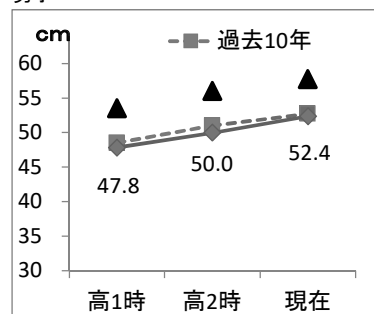
小学校
男子



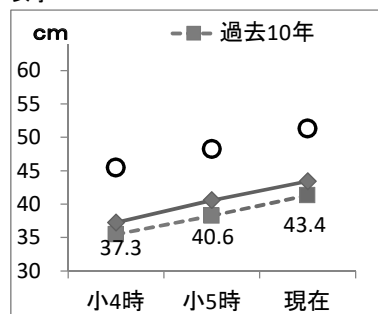
中学校
男子



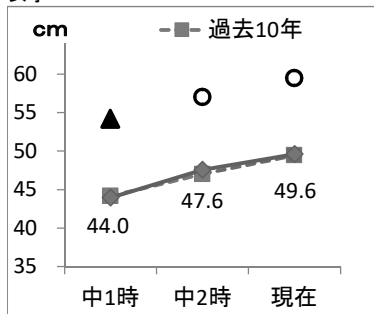
高等学校(全日制)
男子



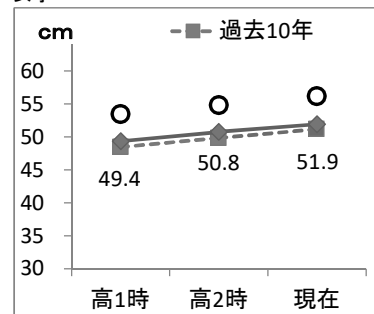
小学校
女子



中学校
女子



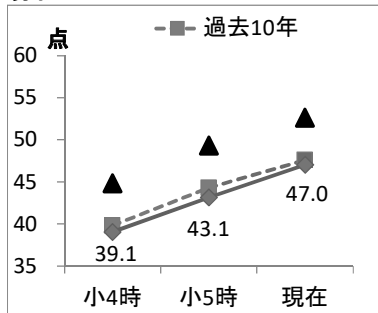
高等学校(全日制)
女子



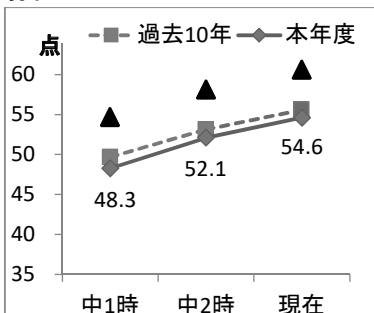
・長座体前屈は、過去10年平均と比較し、高等学校男子と中学校女子の2年前以外は、過去10年平均と比べて高く推移している。

【 反復横とび 】

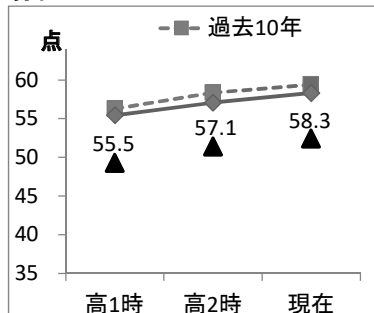
小学校
男子



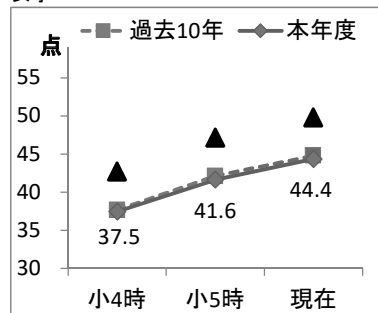
中学校
男子



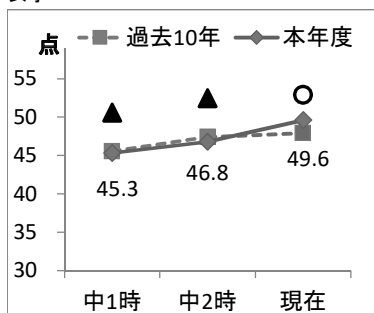
高等学校(全日制)
男子



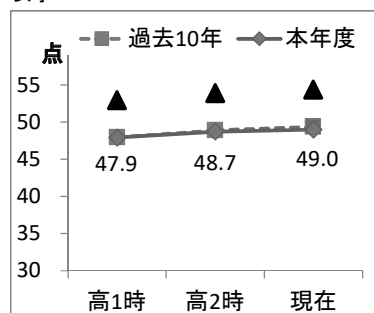
小学校
女子



中学校
女子



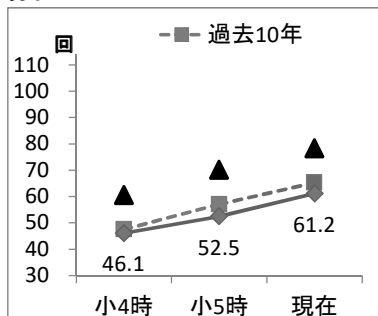
高等学校(全日制)
女子



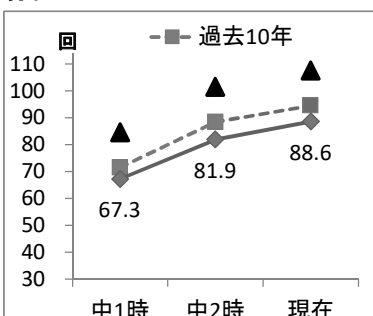
・反復横とびは、過去10年平均と比較し、中学校女子の現在のみ高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 20mシャトルラン 】

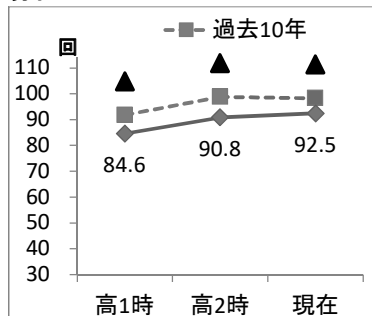
小学校
男子



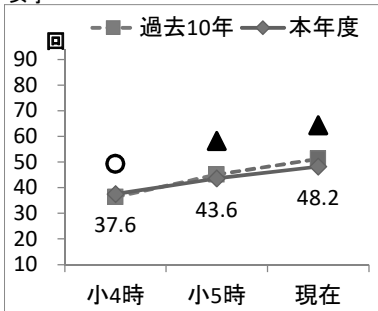
中学校
男子



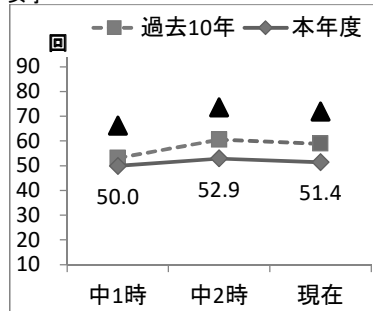
高等学校(全日制)
男子



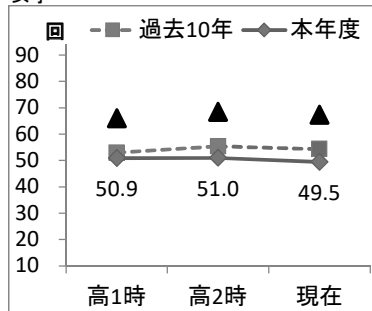
小学校
女子



中学校
女子



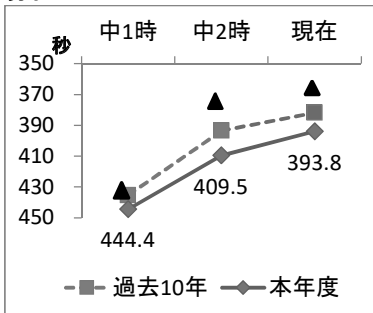
高等学校(全日制)
女子



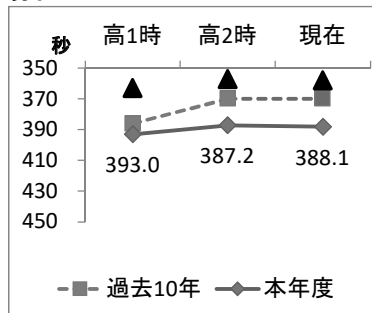
・20mシャトルランは、過去10年平均と比較し、小学校女子の2年前のみ高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 持久走 】

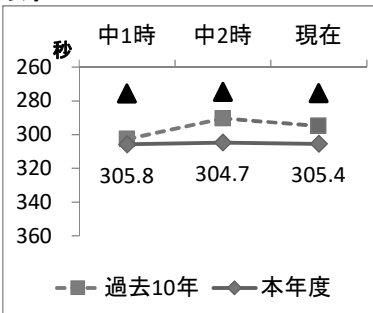
中学校
男子



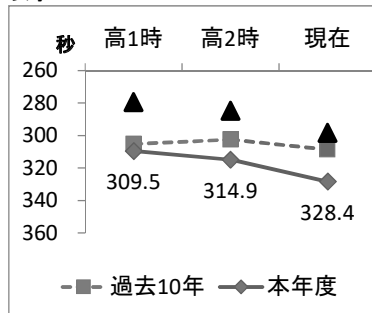
高等学校(全日制)
男子



中学校
女子



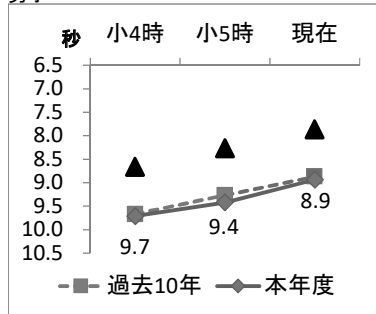
高等学校(全日制)
女子



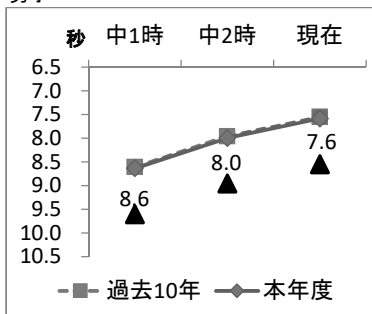
・持久走は、過去10年平均と比較し、すべての校種・性別で低く推移している。

【 50m走 】

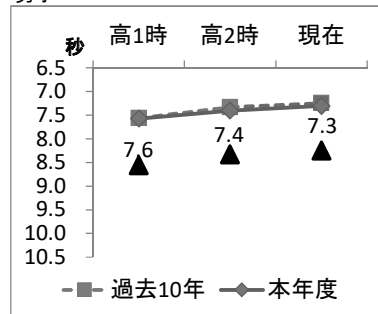
小学校
男子



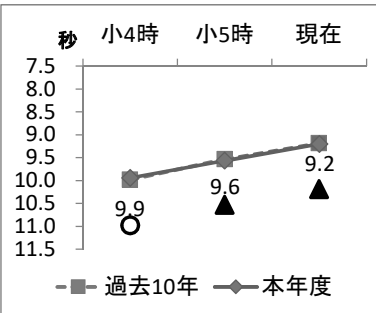
中学校
男子



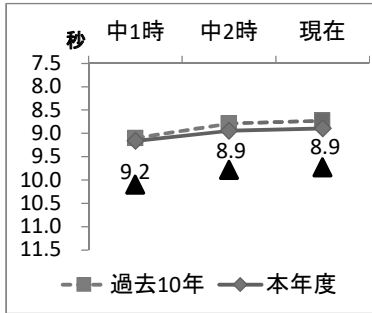
高等学校(全日制)
男子



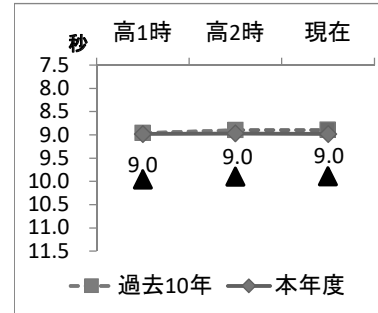
小学校
女子



中学校
女子



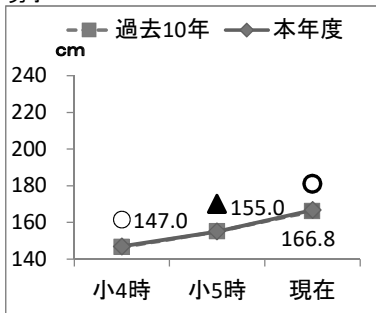
高等学校(全日制)
女子



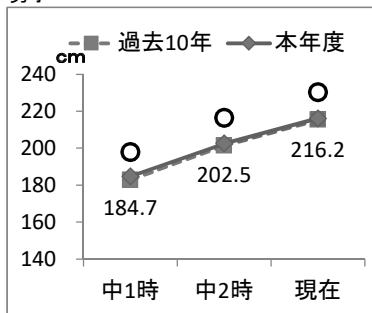
・50m走は、過去10年平均と比較し、小学校女子の2年前のみ高く推移しており、他は多くの校種・性別で低く推移している。

【 立ち幅び 】

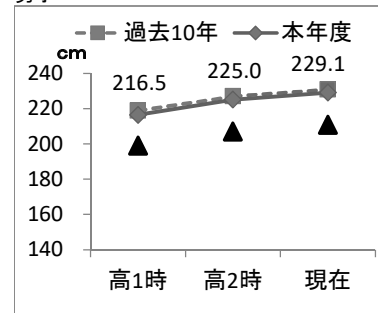
小学校
男子



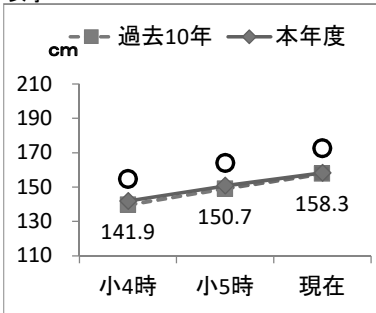
中学校
男子



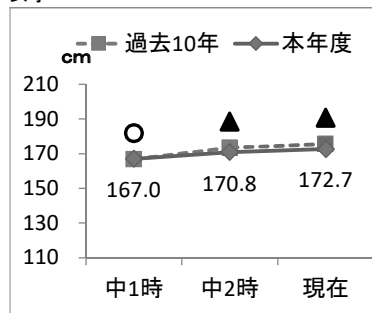
高等学校(全日制)
男子



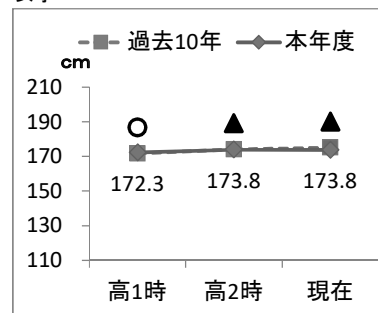
小学校
女子



中学校
女子



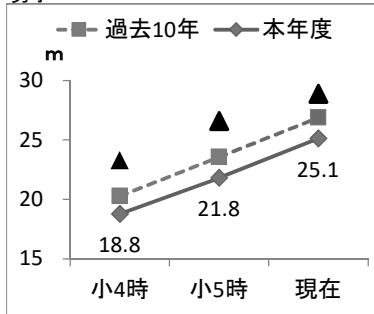
高等学校(全日制)
女子



・立ち幅跳びは、小学校女子および中学校男子において3年間すべて高く推移している。高等学校女子と中学校女子の2年前、小学校男子の現在と2年前において過去10年平均を上回っている。

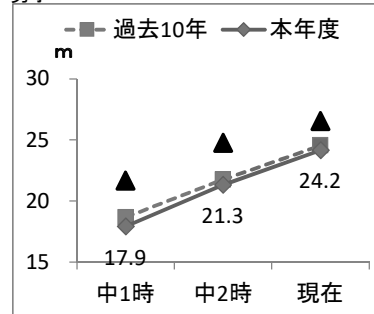
【 ソフトボール投げ 小学生 】

小学校
男子

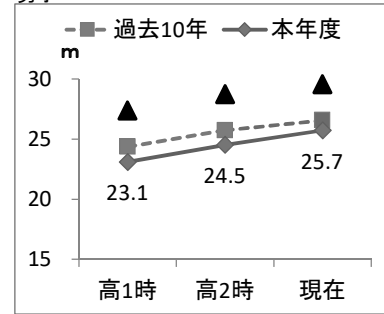


【 ハンドボール投げ 中・高等学校生 】

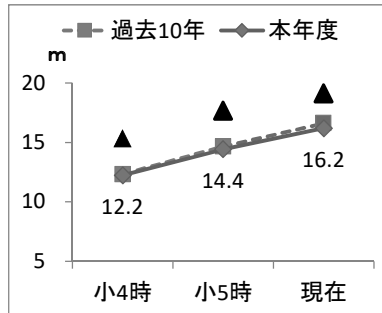
中学校
男子



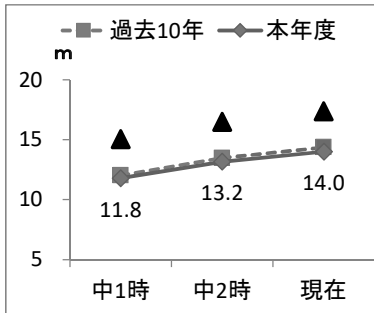
高等学校(全日制)
男子



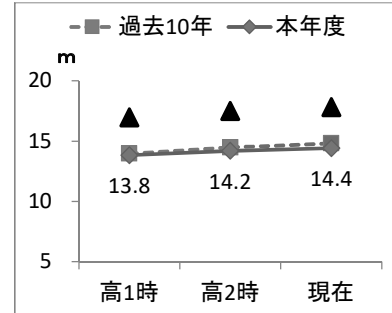
小学校
女子



中学校
女子



高等学校(全日制)
女子



・ボール投げは、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。

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)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
持久走(秒)	/			▲	▲	▲	▲	▲	▲
シャトルラン(回)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
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)	▲	▲	▲	▲	▲	○	▲	▲	▲
持久走(秒)	/			▲	▲	▲	▲	▲	▲
シャトルラン(回)	○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
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20年度～令和5年度)

運動・スポーツを週3日以上実施する割合は、小学校の男子、中学校の男女、高等学校の男子において高い割合を示しており、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、中学校男女においては平成28年から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。

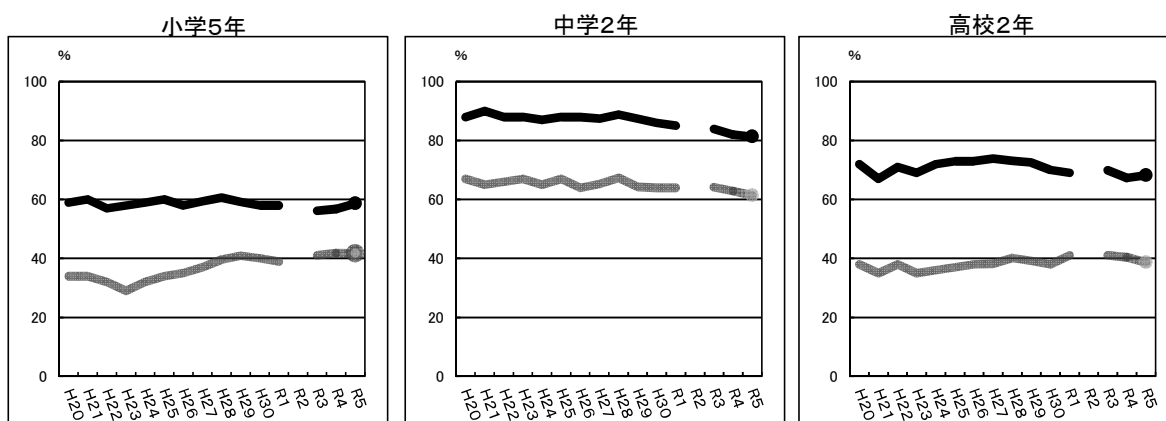
【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】

(単位:%)

		H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5
小5	男子	59	60	57	58	59	60	58	59	61	59	58	58	中止	56	57	59
	女子	34	34	32	29	32	34	35	37	40	41	40	39		41	42	42
中2	男子	88	90	88	88	87	88	88	87	89	87	86	85		84	82	81
	女子	67	65	66	67	65	67	64	65	67	64	64	64		64	63	61
高2	男子	72	67	71	69	72	73	73	74	73	73	70	69		70	67	68
	女子	38	35	38	35	36	37	38	38	40	39	38	41		41	40	39

※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5年度調査結果のまとめ

① 「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「持久走」「20m シャトルラン」「ボール投げ」は低下傾向。「長座体前屈」「立ち幅跳び」は向上傾向。

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」「反復横跳び」「持久走」「20m シャトルラン」「50m走」「ボール投げ」において小学校、中学校、高等学校のすべての学年で過去10年平均を下回っていた。女子では「握力」「持久走」「20m シャトルラン」「ボール投げ」においてすべての学年で過去10年平均を下回っていた。一方で、「長座体前屈」においては、男女ともに小学校、中学校のほとんどの学年で過去10年平均を上回り、「立ち幅跳び」では男子小・中学校、女子小学校のほとんどの学年で過去10年平均を上回っていた（p25）。これらの傾向は昨年度と同様であり、依然 COVID-19 流行による行動・運動制限が強く影響していることが考えられる。

② 昨年度と同様な低下傾向が継続している。

縦断調査において、本年度と1年前、2年前の比較を行った。すべての学年において多くの種目で過去10年平均を下回った。特に、筋持久力を評価する「上体起こし」と全身持久力を評価する「持久走」「20m シャトルラン」では全学年男女において1年前および今年度において過去10年平均を下回っており、持久力の低下が大きく懸念される。

一方で、「長座体前屈」では高等学校男子と中学校女子中1時を除くすべての学年・性別において過去10年平均を上回っていた（p31）。

③ 中学校の週3日以上運動・スポーツをする割合の減少傾向が継続している。

運動・スポーツ実施頻度に注目すると、週3日以上運動・スポーツをする割合は COVID-19 流行前の令和元年度と比較して小学校と高等学校では同等の水準であるが、中学校では男女ともに減少傾向が続いている（p32）。また、運動部やスポーツクラブの所属状況（p8）では中学校が男女ともにピークで、高等学校では中学校に比べて運動部やスポーツクラブに所属していない割合が高くなっている。「運動・スポーツの実施状況と体力合計点との関連」（p10・11）からわかるように運動部などに所属していない生徒の運動・スポーツの実施頻度や実施時間を改善する必要がある。

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5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5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
陸上運動系 他	内灘町立向栗崎小学校	金沢星稜大学・大森教授
	羽咋市立瑞穂小学校	金沢医科大学・津田准教授
	加賀市立山代小学校	(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26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16日		第2回	
2月15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)

走力・投能力の向上に
向けた取組について

学校名 内灘町立向粟崎小学校
 学校規模 14学級 270名（男子 137名 女子 133名）
 学校電話番号 076-238-3054
 学校メールアドレス mukai-es@educet04.plala.or.jp

Plan

◆年度当初の本校児童の実態について

本年度の体力テストの結果、本校では、多くの種目で男女ともに県平均を下回り、値の低かった領域はもちろんのこと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。本校の児童の運動に対する意欲は高い。しかし、運動が得意な児童と苦手な児童の二極化の傾向が見られ、体育の授業ではできないと思うとすぐに諦め、取り組もうとしない児童も見受けられる。

Do

◆実践研究の概要

- 第1回：走力・投能力向上のためのドリル及びラダートレーニング（対象：3年生）
- 第2回：球速測定と投能力向上のための姿勢・角度・重心移動のトレーニング（対象：3年生）
- 第3回：走速度計測と走力向上のためのスプリントドリル（対象：3年生）
- 第4回：走力向上のためのドリル運動（対象：3年生）
- 第5回：運動能力（走力、投能力、ジャンプ力）及び姿勢制御の調査（対象：3年生）

大森先生から、正しい姿勢を意識することで運動にも学習にもよい効果があるということをおっしゃっていただいた。また、楽しく繰り返すことが大切だということをおっしゃっていた。そのため、普段から姿勢を気にする児童が増えるなど、意識の高まりがみられた。

投能力の向上のために、投運動を姿勢・投げる角度・投げる時の重心移動の3つの要素に分解して1つ1つ意識しながら練習した。

走力の向上のために行ったラダーやドリルなどの活動では、わからない動きを大森先生や大学生に尋ね、実際に行う姿をお手本にやってみることでピッチの向上がみられた。



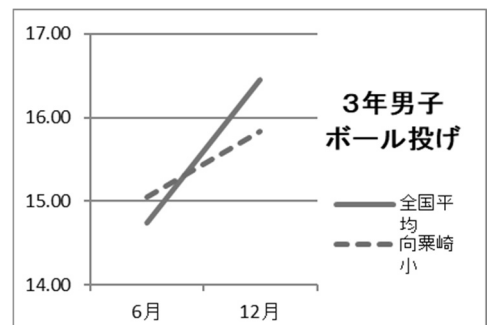
Check・Action

◆体育の授業充実の観点から

姿勢が運動や勉強と結びついているという話を聞き、体育以外の授業の時にも姿勢に気を付けるなど、姿勢に対する意識の高まりがみられた。また、ラダーやドリルなどの運動を行う際には、近くで何度も実際にお手本を見せながら、「言葉+動き」で指導をする必要があると感じた。特に低学年の場合は見て、やってみて覚えていくという発達段階の特徴を踏まえた指導を今後の授業で大切にしていきたい。姿勢については1年生から意識して取り組めるようにし、日常的な体力向上に繋げていきたい。

◆体力向上の観点から

1時間ごとに見ると、授業の中で児童の体の使い方などには変化が見られた。記録にも伸びは見られたものの、投げ方や走り方については毎回同じような声掛けが必要になる児童が多かった。今後も発達段階に応じて具体的な体の使い方を示したり、声かけをしたりして、継続的に体力向上につながる運動を行う必要があると考える。



敏捷性の向上に向けた
ボール運動の取組について

学校名 羽咋市立瑞穂小学校
 学校規模 8学級 126名（男子 71名 女子 55名）
 学校電話番号 0767-22-0005
 学校メールアドレス mizuho-e@edu.city.hakui.ishikawa.jp

Plan

◆年度当初の本校児童の実態について

本校ではコロナ禍以降、なわとびを中心とした運動に継続的に取り組み、体力運動能力の向上を図ってきた。また体育の授業についても、4～6年生では、「体育の授業が好きか。」という質問に対して98%の児童が肯定的な回答をしており、意欲は高い。しかし、体力・運動能力調査では、4年生の男子が、「握力」「長座体前屈」「シャトルラン」「ボール投げ」の4項目で、また女子は「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「長座体前屈」「シャトルラン」の5項目で県平均を下回るなど体力運動能力の低い傾向であることがわかった。

Do

◆実践研究の概要

- 第1回：基本のルールやゲームの進め方を知り、ディスクに慣れよう。（対象：4年生）
 ※ 夏季休業中に家庭学習として、ディスク操作の運動に取り組み、動画を提出する。
- 第2回：アルティメットの試しのゲームに取り組み、基本的なルールを知ろう。（対象：4年生）
- 第3回：エンドゾーンにディスクを運ぶために、もっていない人はどこに動けばよいか。（対象：4年生）
- 第4回：ディスクをタイミングよくパスするにはどうすればよいか。（対象：4年生）
- 第5回：今まで学んできた動きを生かして、ゲームを楽しもう。（対象：4年生）

〈児童が意欲的に取り組んでいた活動について〉

① 宝奪いおに

ウォーミングアップとして、宝奪いおにを毎時間実施した。守りチームは横に引かれた線上のみをサイドステップのみの移動に制限した中で、攻撃を防ぐ。攻撃チームは守備にタッチされないように、守備ライン3か所を突破することで、宝を奪える。（1か所の守備ラインに2人の守備が入る。）

単元の初めのころは、サイドステップがごちこなかったり、切り返しができなかったりと、攻撃優位の状況となっていたが、守備が上手な児童の動きを見せ、サイドステップで素早く動くためのポイントをおさえることで、守備のレベルが上がり、突破できるかできないかの駆け引きに夢中になりながら、楽しむ様子が見られた。



② ルールを発展させていくアルティメットゲーム

毎時間、ウォーミングアップ⇒ドリルゲーム⇒メインゲームの流れで行った。メインゲームでは、単元の初めは基本的なルールのみで行い、単元が進みゲームの様相が変わったタイミングで、指導者から発展ルールを提示し、少しずつゲームのレベルを上げていった。具体的には、エンドゾーンには1人しか入れないことや、コートを広さを広くするといったことである。児童のゲーム様相に合わせて、ルールを発展させていくことで、子どもたちも「もっとディスクをうまくパスしたい!」「ディスクをつないで得点したい!」という思いをもちながら、ゲームに没入していた。



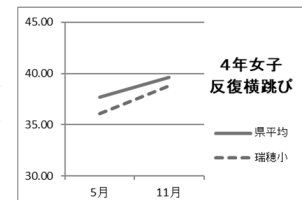
Check・Action

◆体育の授業充実の視点から

ドリルゲームによる基本スキルの獲得と思考力・判断力・表現力を両輪で育みながら、体力・運動能力の向上につながるということがわかった。その際に、ディスクの操作技能の向上を家庭学習などで取りまかせるとよいこと、ディスクをもたない時の動きに気づかせるためには、ICTが効果的であった。これからの授業で導入する際のヒントも得ることができた。

◆体力向上の視点から

4年女子は、県平均を上回ることができなかったものの、5月の記録よりも平均2点上がった。また、体力テストでD・E群だった体力下位層の平均が5点上昇していた。このことから運動が苦手な児童にとっても、運動に対する意欲の向上が運動に対して取り組む姿の変容につながり、体力も向上したと考えられる。



投能力の向上に向けた
継続的な取組について

学校名 加賀市立山代小学校
 学校規模 17学級 496名（男子 234名 女子 262名）
 学校電話番号 0761-76-0146
 学校メールアドレス yamashiro-e@kaga.ed.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・女子ともにほとんどの種目で県平均を下回っており、児童の体力低下が著しいことが明らかになった。体育の授業についての意欲は高く、運動すること自体は好きだが、運動機会の減少や、休み時間に体育館やグラウンドで遊ぶ児童の減少によ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：投能力向上に向けて、タオルスロー等を用いた準備運動（対象：5年生）
- 第2回：基本動作の復習と連結ボールを使用したリリースの練習（対象：5年生）
- 第3回：玉投げゲームを通して、弧を描くようにボールを投げる運動（対象：5年生）
- 第4回：サイドステップから下半身を使って力強く投げる練習（対象：5年生）
- 第5回：走って助走をつけて投げたり、ステップしたりして遠くに投げる運動（対象：5年生）

投能力を高める運動ということで、ボールを投げる練習を中心に指導していただいた。児童は遠くに投げるためには、力強く投げるという意識はもっていたが、体重移動をしてから投げるということについては、苦手としている児童もいた。

体重移動を意識するために、サイドステップでのリレーや、サイドステップの練習に取り組んだ。その結果、腕だけの力で投げるのではなく下半身の力も使って投げるのが分かったようで、何度も投げる練習に取り組んでいた。

ボールを投げる際には、リリースポイントも意識しなければならないことも学び、マット叩きや、連結ボールを投げることで、リリースポイントを探っていた。



Check・Action

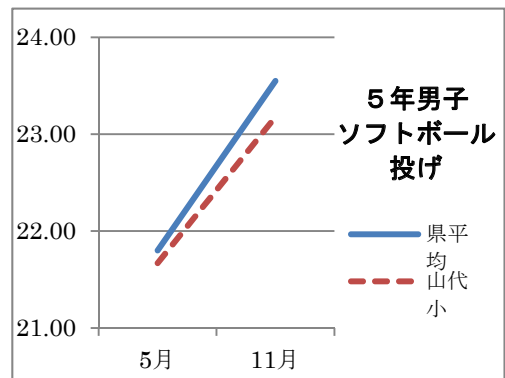
◆体育の授業充実の視点から

ボールを遠くに投げるためには、どのようなことに意識して投げる必要があるか考えさせることによって、ただトレーニングを行うよりも効果的に活動に臨むことができていた。遠くに投げる際に必要なことは、サイドステップをしてから投げることや、体重移動をして投げるということだと指導していただき、子どもたちは、記録が伸びることを実感しながら活動を行っていた。

◆体力向上の視点から

5月に計測したものと、指導後に計測したものを比較すると、2m程の記録の伸びが見られた。実践することで投げるフォームが改善されたこと、何度も投げることで、投球フォームが安定してきたからということが考えられる。

体力の向上を目指すために、身体全体を使って投げるためにバスケットボールスローやタオルスローを行いフォームを固めていくこと、投げる回数を増やし、経験を積ませるなどの工夫も必要である。（11月は想定値）



体育の授業も！休み時間も！

スポーツ庁委託事業「令和5年度令和の日本型学校体育構築支援事業」



運動大好き！いしかわっ子！！ みんなで楽しく運動しよう！



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)	16.67	↑	16.13	16.40	↑	16.02
上体起こし (回)	19.66	↑	19.00	18.62	↑	18.05
長座体前屈 (cm)	36.88	↑	33.99	41.26	↑	38.47
反復横とび (回)	43.86	↑	40.61	41.87	↑	38.74
20mシャトルラン(回)	53.43	↑	46.91	43.09	↑	36.81
50m走 (秒)	9.34	↑	9.48	9.57	↑	9.71
立ち幅とび (cm)	154.99	↑	151.16	149.63	↑	144.34
ソフトボール投げ (m)	21.72	↑	20.51	14.41	↑	13.22
体力合計点 (点)	55.72	↑	52.60	57.60	↑	54.29

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より



令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 記録シートより



私たちが明るく豊かな生活を送るためには、「食事」や「休養(睡眠)」とともに、「運動」が大切です。「運動」を習慣化するには、「運動の楽しさや喜びを感じる」ことが大切です。楽しさを味わうことによって「運動が好き」になり、結果として体力が向上します。学校や家庭の中で、子供たちが運動の楽しさを味わう機会をたくさん作り、運動好きないしかわっ子を育てていきましょう！



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、体育の授業が「楽しい」と感じている子は、全国と比べて少ない傾向が見られています。

このリーフレットを参考にして、体育の授業や休み時間等に、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)
津田 龍佑(金沢医科大学 准教授)
公益財団法人 北陸体力科学研究所

協力校：内灘町立向粟崎小学校
羽咋市立瑞穂小学校
加賀市立山代小学校

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

スプリントドリルで 走る力の向上を目指そう!

スプリントドリル

①両足ジャンプ

②スキップ

- ・できるだけ高く跳ぶスキップ
- ・後ろ向きスキップ

③ギャロップ

- ・左足をリード足にして
- ・右足をリード足にして
- ・左右交互にリード足を変えて

④バウンディング

⑤小さく速いステップからの スタートダッシュ



①両足ジャンプ

- ・背筋を伸ばして腕を後ろから前にしっかり振る。
- ・着地している時間が短くなるよう、弾むように高く跳ぼう。



②スキップ

- ・ももを高く上げて、腕をしっかり振る。
- ・着地している時間が短くなるよう、弾むように高く跳ぼう。



※どちらも腕をしっかり使うことと、背筋をのぼすことが大切です。

③ギャロップ

- ・腕を振ってリード足を大きく上げてジャンプ。
- ・両足はほぼ同時に着地して、弾むように次のジャンプ。
- ・右足をリード足にして進んでみよう。
- ・うまく進めたら、次は左足をリード足にしたり、1ジャンプごとにリード足を交互に変えたりしてみよう。



④バウンディング

- ・大股で、弾むように大きく進もう。



⑤小さく速いステップからの スタートダッシュ

- ・その場で小さく速いステップをして、合図があったらスタートする。
- ・動きの切り替えがスムーズにできるよう、何度も挑戦しよう。



「腕を振ること」と「姿勢に気をつけて取り組むこと」が大切です。



スプリントドリルに繰り返し取り組むと、走る力の向上につながります。準備運動の際に取り入れるなど、継続して取り組みましょう。

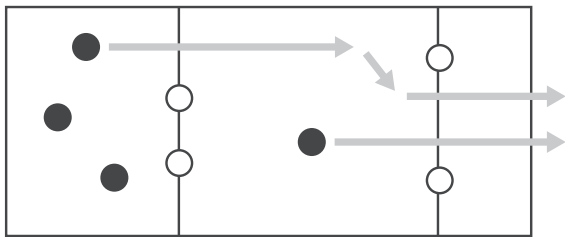
「アルティメット」の学習を通して 楽しみながら多様な動きを高めよう!

ボール運動ゴール型教材 としての魅力

- ・みんな同じスタートラインで学習をはじめることができる。
- ・簡易化することにより、運動の苦手な子どもも積極的に参加することが期待できる。
- ・ディスクは当たっても痛くないことや、身体接触禁止ルールなどもあり、子どもたちにとってやさしい教材である。
- ・ディスクだけあればゲームができる。
- ・敏捷性や持久力などの体力要素の向上が期待できる。

準備運動:「タッチおに」!

- ・おににタッチされないように、おにのゾーンをすり抜けていく。
- ・おには、ライン上をサイドステップで移動してタッチする。
- ・どのようにしたら通過できるかグループで作戦を考えてもGood! 状況を判断する能力が大切。
- ・タッチされたら、サイドラインの外からスタートにもどって再チャレンジ!



スキルアップメニュー

- ①一人でキャッチ
 - ・手首のスナップを使って真上に投げ上げたディスクをキャッチ。
 - ・手を3回たたいてキャッチ、1回転してキャッチ、床に触れてからキャッチなど、いろいろなバリエーションでチャレンジ!
- ②対面パスキャッチ
 - ・2人組でお互いにパスをしあって、ねらったところに投げる練習をしよう!
- ③ランニングキャッチ
 - ・パスを出したあと走りだした友達にパスしよう! うまくつながるかな?



ディスクを投げる・とるポイント

<ディスクを投げるとき>

- ①床とディスクを平行にする。
- ②投げる瞬間、手首のスナップを使う。
- ③投げたあと、投げる方向に向かってまっすぐ腕を差し出す。



<ディスクをとるとき>

- ・ディスクを受けるときは、両手ではさむようにしてキャッチ!



「アルティメット」のゲームをしよう!

<基本のルール>

- ・ディスクを落とさないようにパスをつないでゴールエリアでキャッチできたら得点。
- ・ディスクを持って走ってはいけません。
- ・守備チームは、ディスクを持っている人から直接うばってはいけません。
- ・ディスクが地面に落ちたら攻守交代。
- ・身体接触は禁止。

◎そのほかにも、クラスの実態に応じて攻撃時の人数を変えるなどルールを工夫しよう。



💡 パスがつながるように、相手チームのいないところを見つけて動き、味方同士で合図をすること(コミュニケーション)が大切です。

💡 相手に邪魔をされないところは常に変わるので、動きながらパスをもらいましょう。



運動の行い方を工夫して、 投げる力の向上を目指そう!

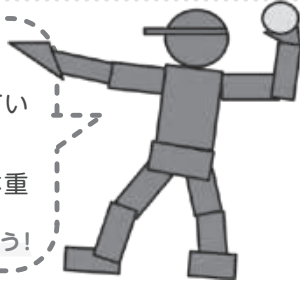


遠くに力強く投げるための運動例

投げる準備のポイント

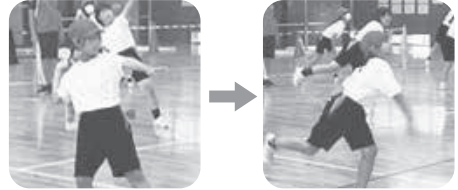
- ①体は横向き・視線はボールを持っていない腕の方向。
- ②胸を張る。
- ③ボールを持った手と同じ側の足に体重を乗せる。

★投げる前にしっかりと、投げる形をつくろう!



タオルスロー

タオルの端を結んで、その結び目を持って思い切って投げよう!



連結ボールスロー

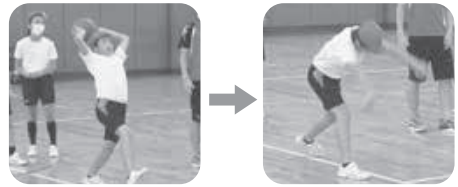


テニスボールに穴をあけて、結束バンドでつなげたボール。球根ネットにテニスボールを2つ入れて、ロとボールの間を結んでも簡単に作れます。



スナップをきかせてうまく投げると、ボールがくるくと縦に回転して飛んでいくよ。

バスケットボールスロー



全身を使って、力強く両手でスロー!

- ①足下に強くバウンドさせてみよう。
- ②遠くに向かって投げてみよう。

マットたたき

プールヌードルとマットを使って腕を強く振る感覚づくり

- ・高いところにねらいを定めよう。
- ・後ろ足から前足に体重を移して勢いをつけよう。
- ・横振りにならないよう、スナップをきかせてまっすぐ振り、いい音を出そう。



室内での「投の運動」では、投げる用具を工夫して安全に行えるようにしましょう。
＜用具の工夫例＞ 手作りタオルボール



テニスボールをタオルでくるんで、ゴムで留めて完成です。
※投げてあまり速くにとばないことが利点。

家庭で取り組んだ運動

◆タオルストレッチ (体幹部分のストレッチ)



★タオルの両端を握り、腕を上上げる。
少し肘を曲げ胸を張る。
耳より後ろに腕がくるようにする。

- A: ★の状態を左右にひねる
B: ★の状態を左右に倒す

ポイント 伸ばしているところや動かしているところを意識してやってみよう!

回数の目安:
A・Bそれぞれ10回

◆クラブリーチ (肩回りと体幹のストレッチ&トレーニング)



- ①膝を立てて座る
膝を立てて座り、片手を後ろにつく
- ②おしりを持ち上げる
片手、両足で支えながら、おしりを高く持ち上げる
- ③手を頭上に伸ばす
手を頭上に伸ばし、体幹部分を伸ばす

ポイント 手足で地面を強く押すイメージでやってみよう!

回数の目安:
左右それぞれ5秒を3回

◆タオルスイング (投動作の確認、反復練習)



- ①よーい
タオルを持った腕を引き、反対の腕を投げる方向に向ける
- ②体重移動
足を前に踏み出し、軸足から踏み出した足に体重移動する
- ③スイング 体幹部分を回転させて腕を振る

ポイント ①や②の時は力を抜いて
③の時に100%の力を出そう!

回数の目安: 10回

遠くに向かってカー杯投げる経験を積むことが大切です。

投げる動作を工夫して、学校だけでなく、家庭でも投げる運動に挑戦しましょう。

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に、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要素がそろえるように、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。

★「スポチャレいしかわ」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4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	1,119	1,116	1,113	1,397	1,354	1,399	1,250	1,232	1,251	168	172	181	162	
	平均値	133.56	139.76	146.47	154.68	161.39	166.02	168.07	169.46	170.71	167.96	168.13	169.58	169.56	
	標準偏差	5.80	6.04	7.27	8.13	7.15	6.45	6.08	5.68	5.86	5.97	6.16	6.16	5.88	
格	標本数	1,082	1,076	1,054	1,357	1,329	1,347	1,216	1,215	1,228	163	165	170	147	
	平均値	30.54	34.67	39.00	44.99	49.49	53.75	57.47	59.11	61.45	56.12	57.45	59.14	59.43	
	標準偏差	5.21	6.21	7.22	8.66	8.36	8.30	9.09	8.45	8.63	10.52	9.09	10.66	10.31	
握力(kg)	標本数	1,066	1,049	1,049	1,287	1,228	1,276	1,142	1,131	1,151	154	153	165	141	
	平均値	14.31	16.73	19.48	24.69	30.21	34.53	36.63	38.76	40.88	35.81	37.26	39.08	38.01	
	標準偏差	3.09	3.67	4.66	6.23	7.11	7.32	7.04	7.23	7.43	7.28	7.62	8.42	8.08	
体	標本数	1,083	1,087	1,083	1,389	1,350	1,397	1,261	1,241	1,262	170	171	182	164	
	平均値	17.96	20.01	21.63	23.68	26.59	28.63	28.02	29.95	31.28	24.72	23.88	24.09	23.51	
	標準偏差	5.51	5.25	5.34	5.37	5.66	5.73	5.87	5.92	6.04	5.95	5.81	6.02	6.60	
力	標本数	1,117	1,110	1,118	1,397	1,362	1,399	1,263	1,242	1,264	170	174	186	165	
	平均値	31.97	34.35	36.61	40.67	45.14	49.23	47.89	49.25	51.79	43.80	43.57	42.91	42.63	
	標準偏差	7.47	8.03	8.27	9.94	10.76	11.21	10.84	11.08	11.16	11.23	10.62	10.46	10.62	
力	標本数	1,108	1,099	1,095	1,380	1,348	1,391	1,261	1,246	1,256	168	172	180	166	
	平均値	38.30	42.73	45.51	50.14	52.95	56.01	55.40	57.33	58.48	50.79	49.24	50.60	49.16	
	標準偏差	8.13	7.09	7.12	6.80	7.31	7.09	7.25	7.53	7.12	8.16	7.46	8.25	8.79	
・	標本数	477	497	517	454	479	466	11	11	15	9	
	平均値	418.49	396.52	378.05	385.73	371.74	371.20	431.09	415.64	395.27	447.22	
	標準偏差	59.82	57.03	51.10	52.55	50.93	52.64	56.40	45.92	72.08	76.37	
動	標本数	1,100	1,110	1,112	1,052	1,004	1,027	895	856	889	163	165	177	155	
	平均値	42.79	51.19	57.46	67.24	83.08	90.80	81.31	90.31	91.69	56.98	56.64	58.96	49.97	
	標準偏差	18.70	21.15	23.50	24.03	24.77	24.15	25.43	25.69	26.74	23.42	24.42	26.04	21.03	
能	標本数	1,115	1,122	1,119	1,374	1,336	1,393	1,248	1,236	1,254	163	167	175	152	
	平均値	9.70	9.30	8.94	8.37	7.83	7.49	7.51	7.29	7.22	7.74	7.74	7.68	7.77	
	標準偏差	0.88	0.89	0.91	0.79	0.68	0.65	0.66	0.61	0.60	0.68	0.67	0.72	0.73	
力	標本数	1,063	1,055	1,062	1,394	1,347	1,396	1,245	1,235	1,254	165	169	184	156	
	平均値	145.25	156.04	166.14	186.11	203.79	217.30	218.41	225.66	230.06	209.92	211.16	210.23	210.14	
	標準偏差	19.38	20.58	22.39	25.35	24.75	24.53	24.49	24.31	24.26	25.45	25.09	27.02	26.03	
ボール投げ(m)	標本数	1,127	1,123	1,123	1,404	1,330	1,374	1,205	1,196	1,212	164	168	182	157	
	平均値	18.17	21.88	25.39	17.98	21.03	23.80	23.45	25.07	26.22	21.13	21.70	21.74	21.54	
	標準偏差	7.11	8.24	9.69	5.39	5.91	6.01	6.38	6.42	6.48	5.88	6.51	6.35	5.77	

(注1) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトル」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	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	
体格	標本数	1,115	1,096	1,093	1,328	1,367	1,356	1,184	1,247	1,226	171	171	173	146	
	平均値	134.42	141.42	147.62	152.35	155.24	156.54	156.85	157.21	157.51	155.99	156.80	156.90	156.19	
	標準偏差	6.66	6.88	6.25	5.66	5.10	5.28	5.23	5.06	5.38	4.99	5.55	5.68	5.41	
格	標本数	1,076	1,063	1,085	1,317	1,334	1,316	1,147	1,219	1,189	158	159	162	126	
	平均値	30.17	34.76	39.78	43.53	46.77	48.88	50.38	51.17	51.35	50.73	51.80	50.99	51.72	
	標準偏差	5.30	6.23	7.07	6.79	6.26	6.28	6.82	6.68	6.50	7.75	7.82	7.79	7.27	
体	標本数	1,064	1,031	1,053	1,188	1,236	1,216	1,086	1,127	1,103	152	149	155	133	
	平均値	13.88	16.45	18.66	21.38	23.99	25.24	25.45	26.26	26.71	23.96	25.51	24.19	26.02	
	標準偏差	3.07	3.81	4.56	4.44	4.47	4.44	4.52	4.72	4.67	4.51	5.07	4.84	4.78	
力	標本数	1,080	1,080	1,069	1,336	1,367	1,367	1,195	1,256	1,226	169	168	169	137	
	平均値	17.27	18.50	19.48	19.93	22.54	24.00	22.35	23.79	24.36	18.22	18.87	18.79	18.69	
	標準偏差	5.25	4.72	4.99	5.17	5.58	5.63	5.67	6.01	6.28	5.60	5.73	5.57	5.40	
力	標本数	1,118	1,100	1,101	1,333	1,370	1,369	1,195	1,254	1,231	170	173	175	145	
	平均値	35.68	37.81	41.14	44.40	47.30	49.39	47.79	49.85	50.50	43.98	42.74	45.02	43.07	
	標準偏差	7.84	8.20	8.50	9.97	10.31	10.03	10.01	10.28	10.03	10.03	10.15	10.18	10.09	
力	標本数	1,113	1,103	1,103	1,326	1,361	1,360	1,188	1,255	1,226	170	164	173	136	
	平均値	36.89	39.93	42.15	45.20	47.86	48.59	47.70	48.73	48.92	43.08	42.89	42.22	40.62	
	標準偏差	7.19	6.65	6.69	6.01	6.05	6.12	6.02	6.39	6.42	5.95	7.13	6.44	5.91	
動	標本数	483	505	502	431	465	442	10	9	12	6	
	平均値	308.69	289.74	294.17	304.24	304.26	304.29	334.30	330.33	354.25	368.17	
	標準偏差	39.38	40.51	40.25	40.06	47.82	44.93	40.67	40.59	47.89	30.93	
能	標本数	1,102	1,092	1,094	985	1,021	1,000	845	864	851	163	165	168	135	
	平均値	33.98	40.44	45.08	49.37	56.25	56.21	48.61	51.03	50.52	30.58	30.96	30.48	25.43	
	標準偏差	14.57	16.35	17.88	18.30	19.65	20.06	17.78	19.31	19.67	14.84	16.03	14.30	12.44	
力	標本数	1,120	1,102	1,110	1,326	1,363	1,350	1,184	1,242	1,215	157	152	153	125	
	平均値	10.00	9.57	9.26	9.02	8.76	8.68	8.94	8.83	8.88	9.42	9.36	9.44	9.69	
	標準偏差	0.84	0.81	0.82	0.75	0.74	0.73	0.76	0.77	0.80	0.90	0.85	0.77	0.89	
力	標本数	1,065	1,031	1,033	1,338	1,365	1,362	1,198	1,258	1,227	166	168	173	138	
	平均値	137.98	148.68	154.71	167.06	172.96	176.01	172.47	175.43	174.02	155.92	156.58	154.72	150.72	
	標準偏差	18.69	18.89	21.86	21.38	21.96	23.00	22.19	22.39	23.46	22.55	21.91	25.56	23.18	
力	標本数	1,110	1,091	1,086	1,307	1,345	1,319	1,138	1,194	1,170	163	166	171	138	
	平均値	11.53	13.42	15.22	11.58	13.32	14.05	13.62	14.51	14.61	11.79	11.98	11.85	11.72	
	標準偏差	3.86	4.24	5.32	3.75	4.25	4.32	4.12	4.36	4.39	3.93	3.78	3.82	3.61	

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

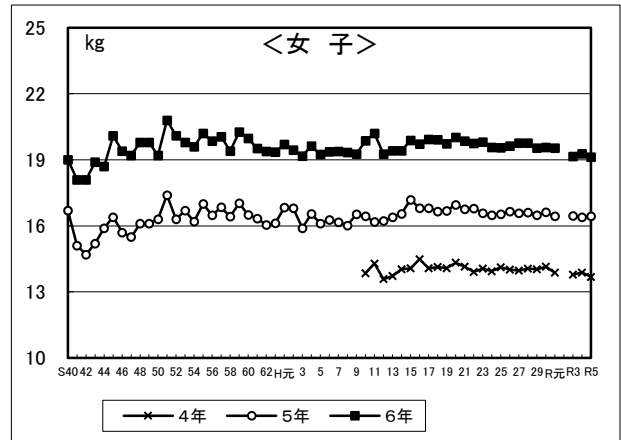
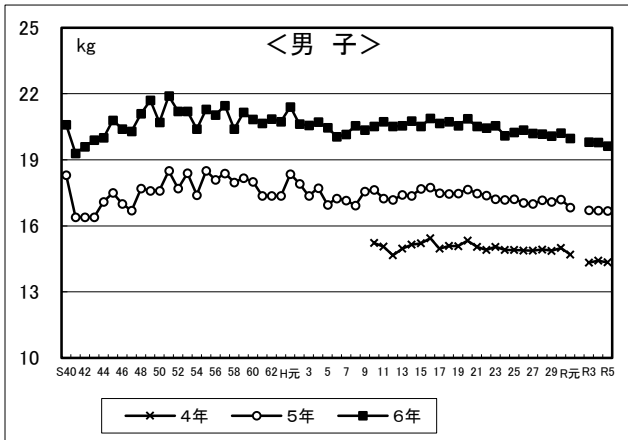
(注2) 「…」欄は当該年齢にない項目である。

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5年度)

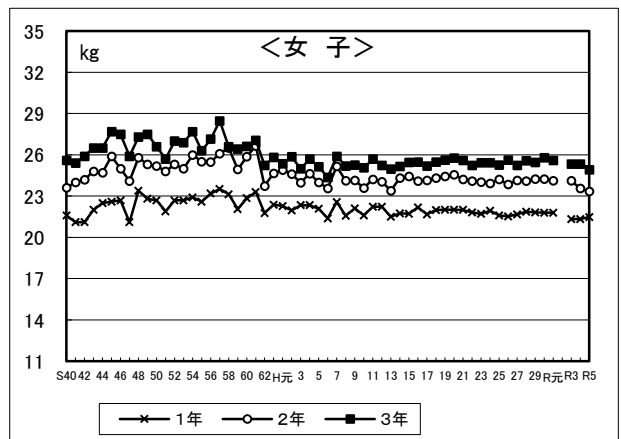
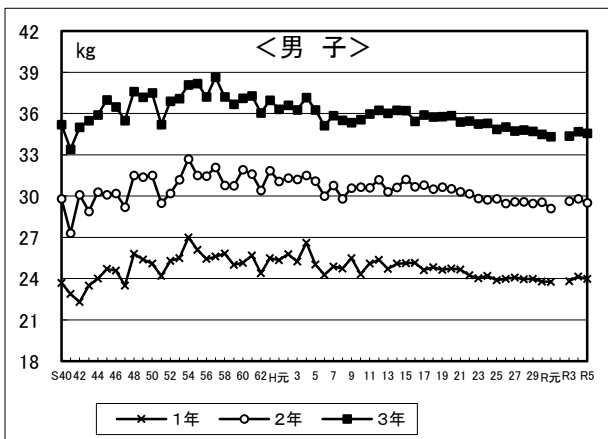
※小学校4年生の握力と反復横とびは平成10年から、50m走とボール投げは昭和59年からの実施である。

【 握力 】

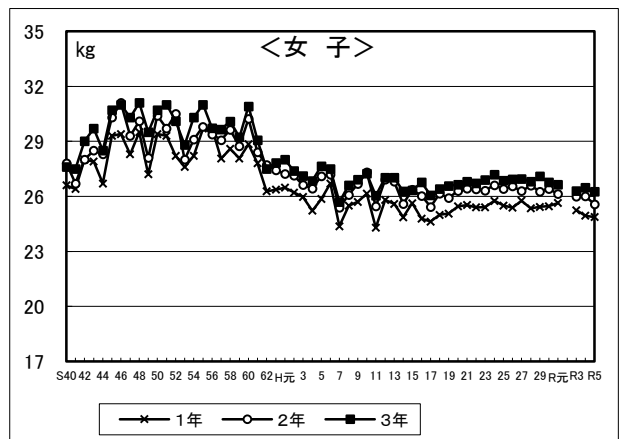
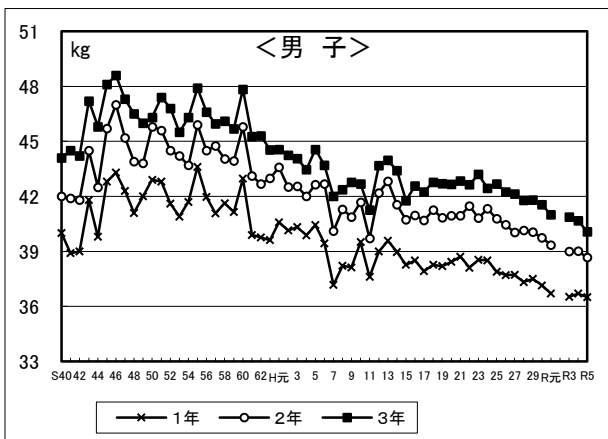
小学校



中学校

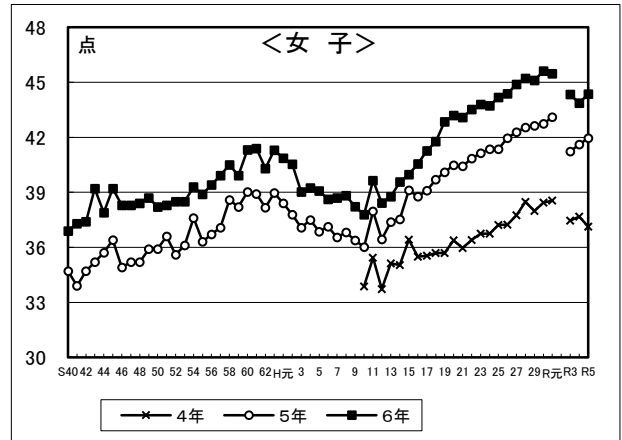
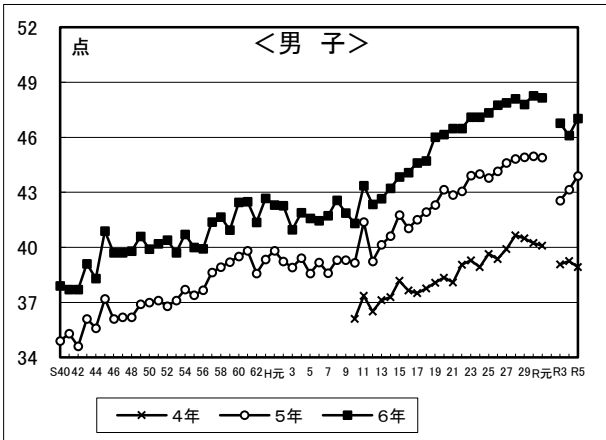


高等学校(全日制)

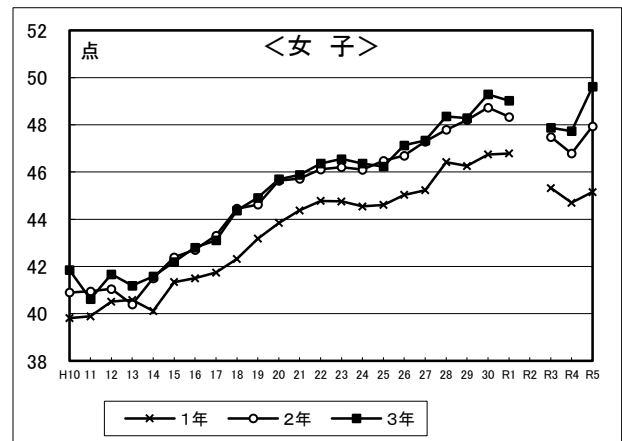
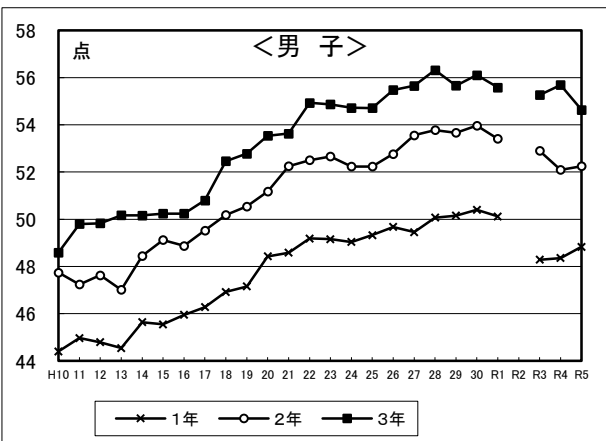


【 反復横とび 】

小学校

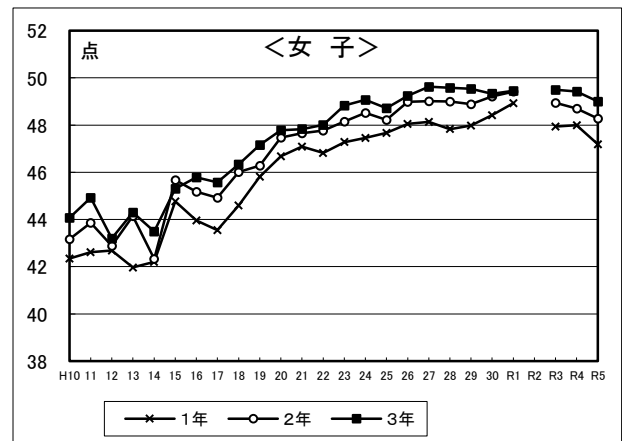
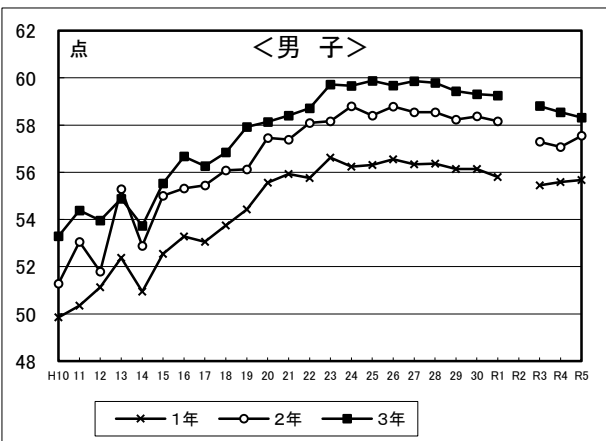


中学校



(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。

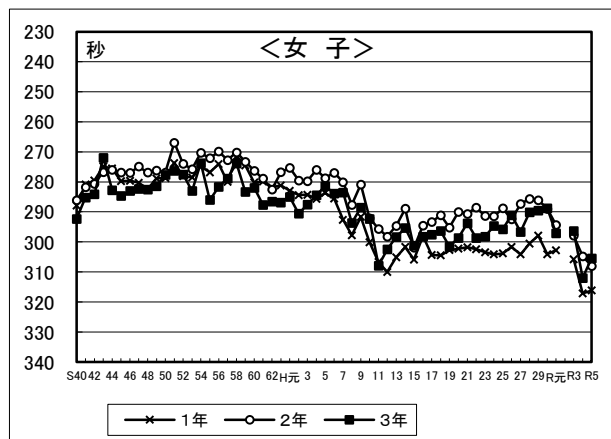
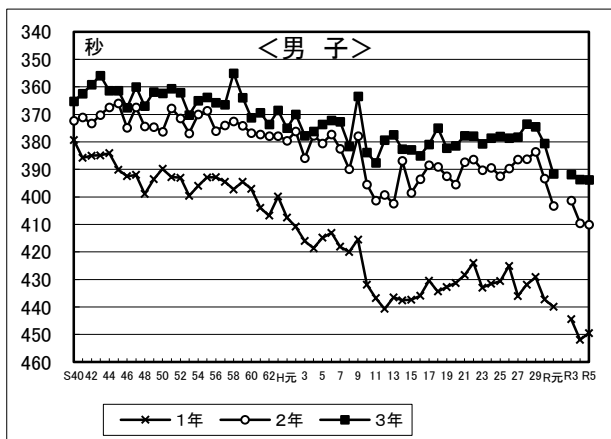
高等学校(全日制)



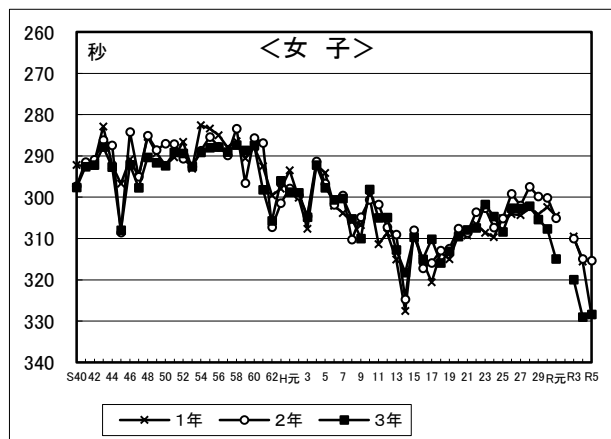
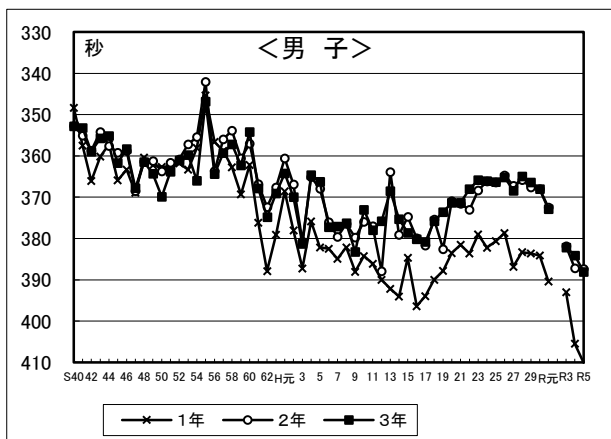
(注) 中・高等学校は平成10年から反復幅が変わったため平成10年からの変化をのせた。

【 持久走 】

中学校

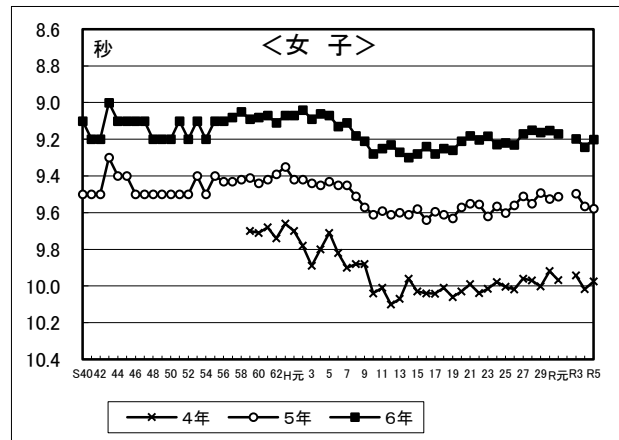
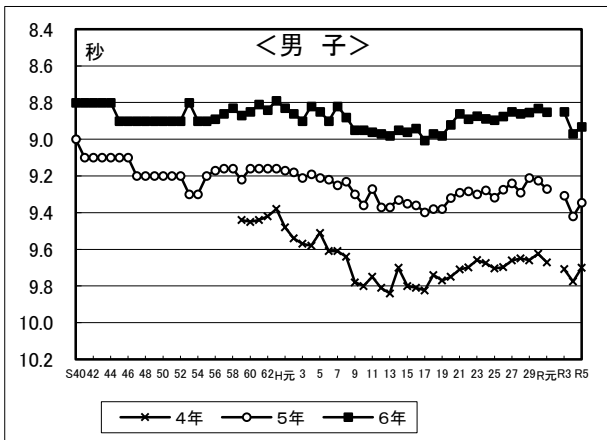


高等学校(全日制)

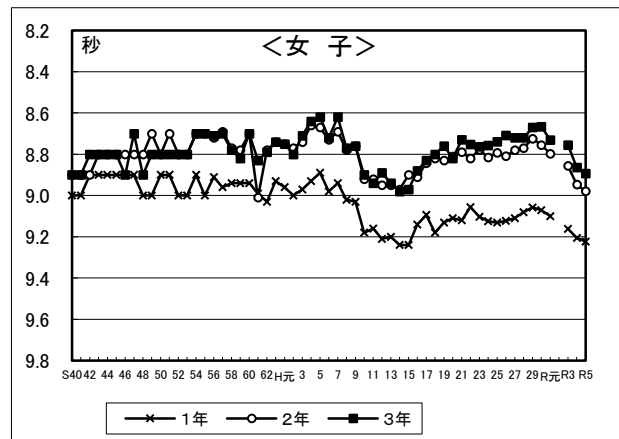
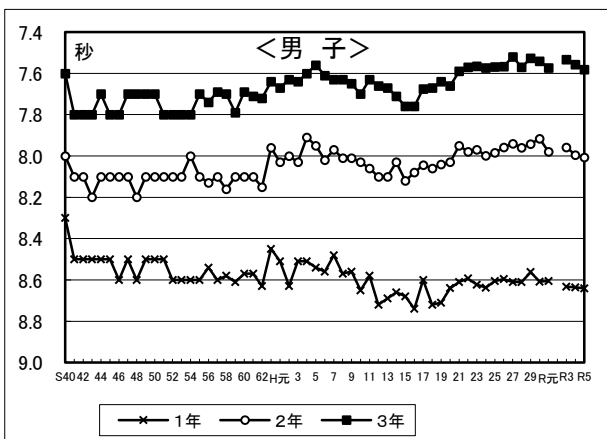


【 50m走 】

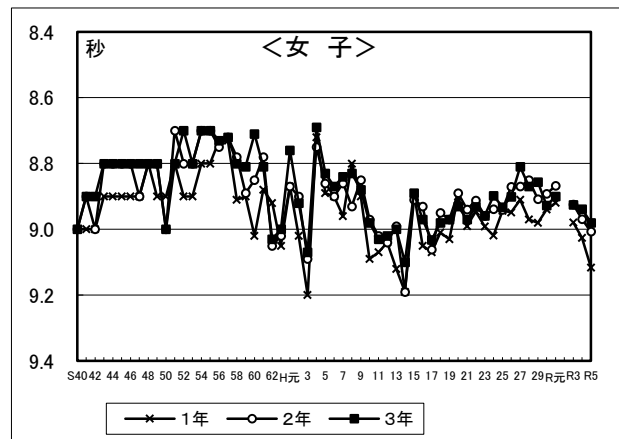
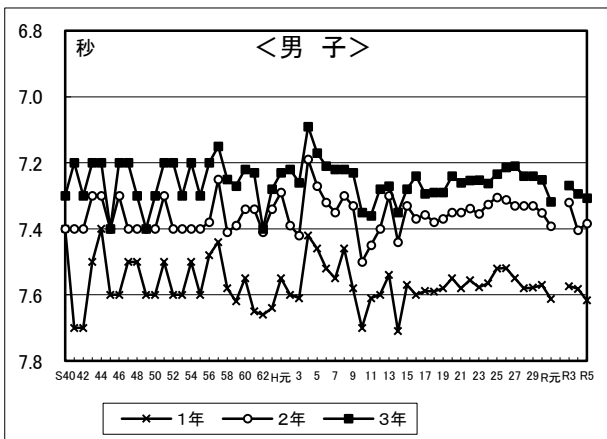
小学校



中学校

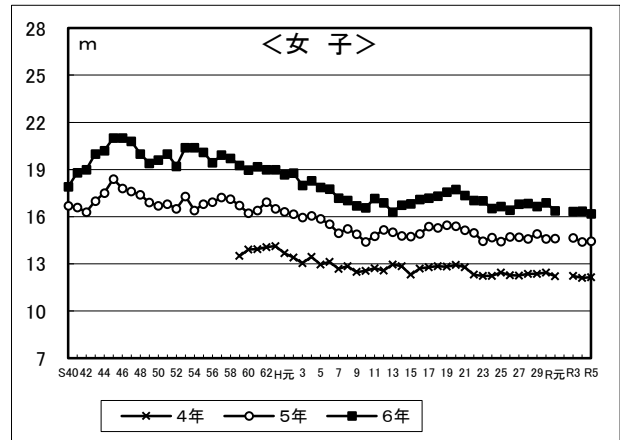
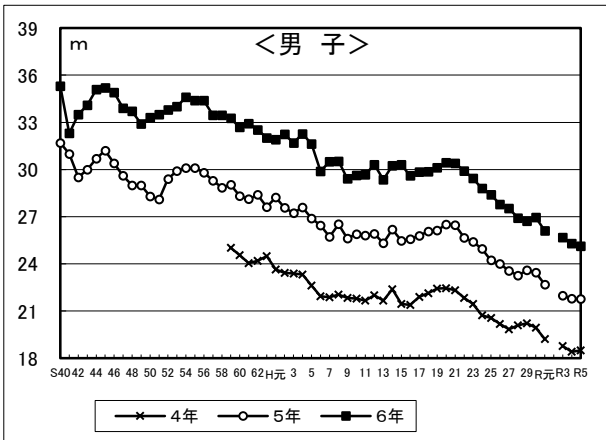


高等学校(全日制)

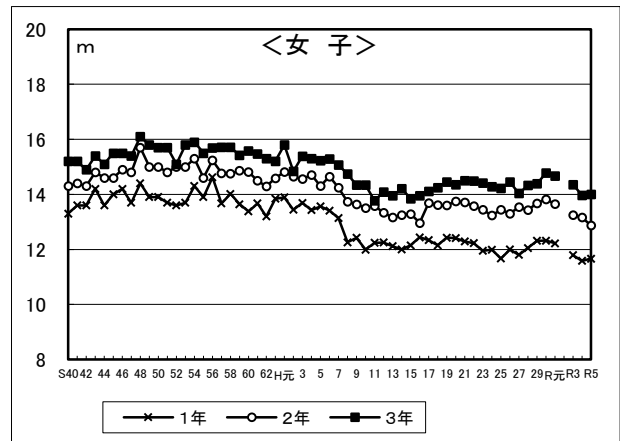
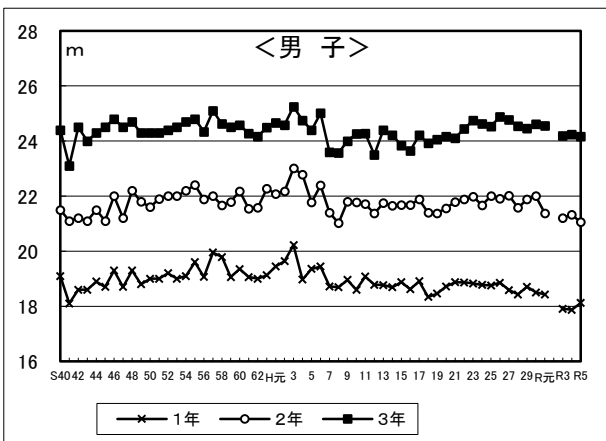


【 ボール投げ 】

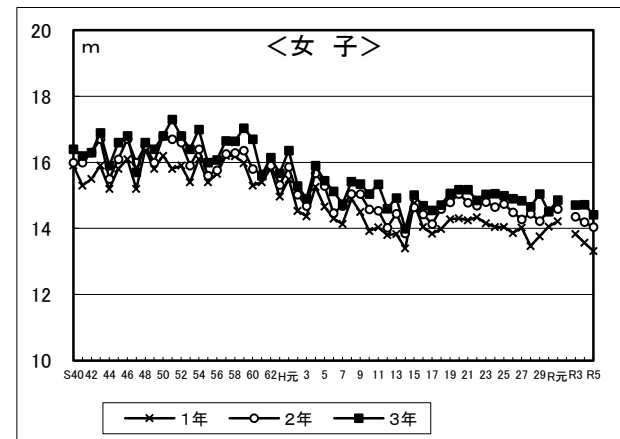
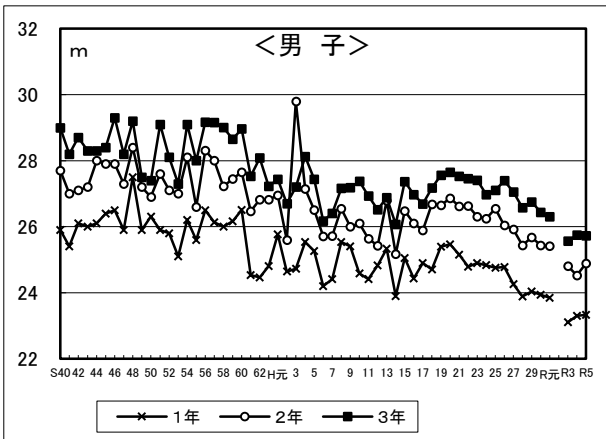
小学校



中学校



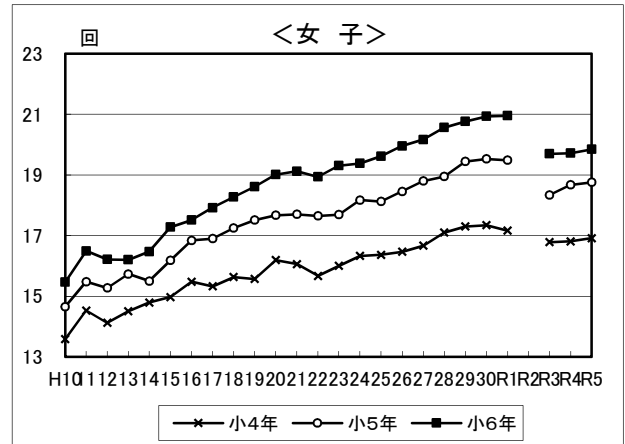
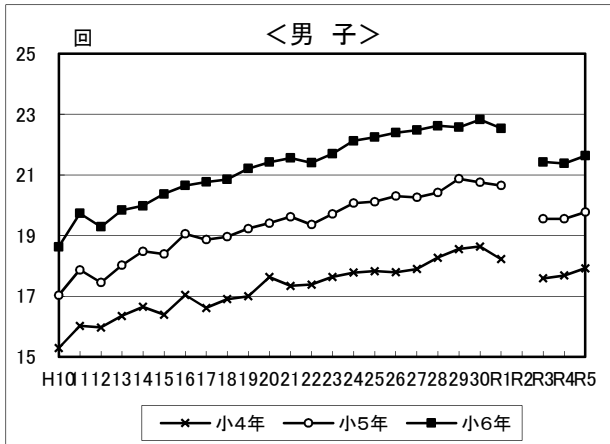
高等学校(全日制)



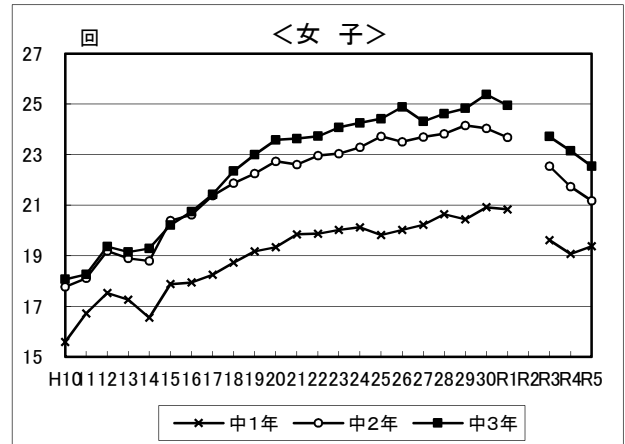
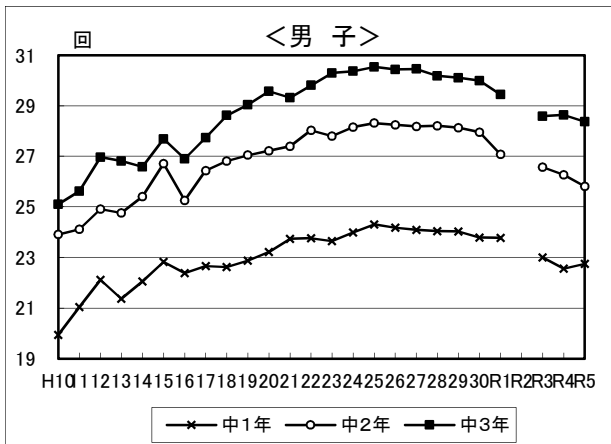
(注) 小学校はソフトボール投げであり、中学校以上はハンドボール投げである。

【 上体起こし 】

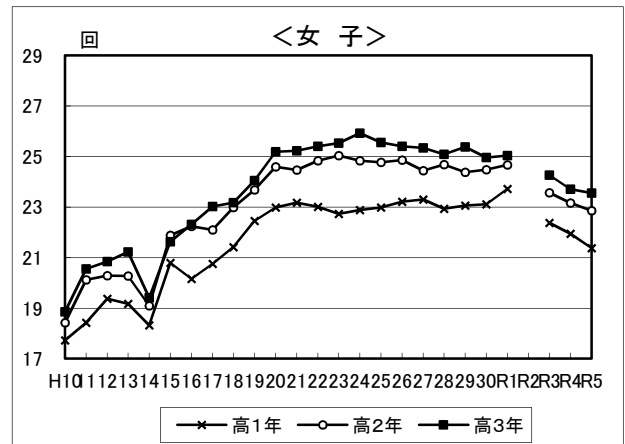
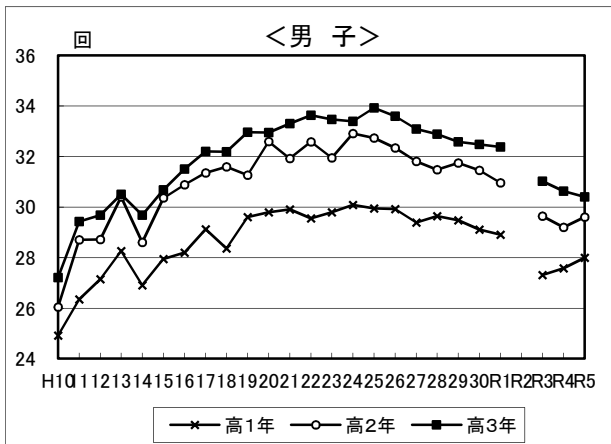
小学校



中学校

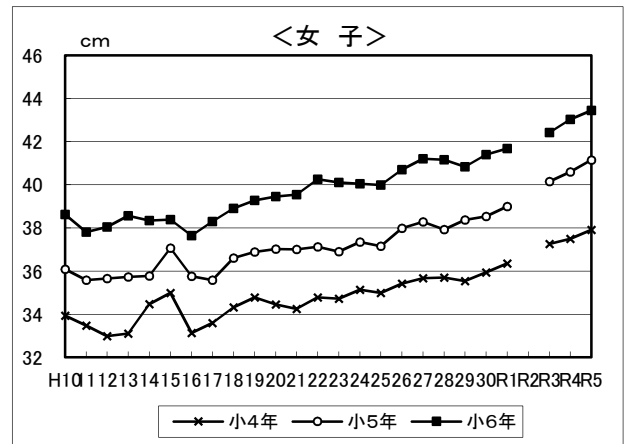
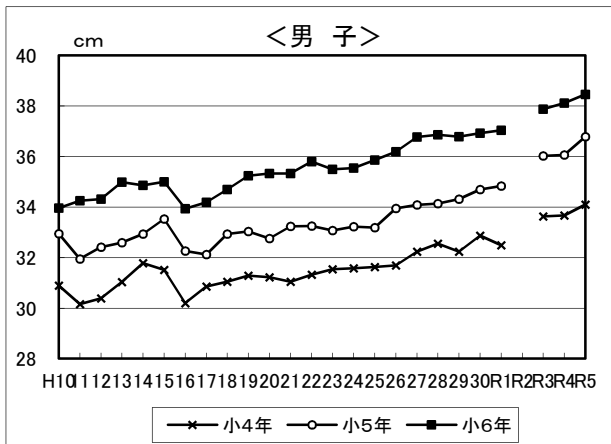


高等学校(全日制)

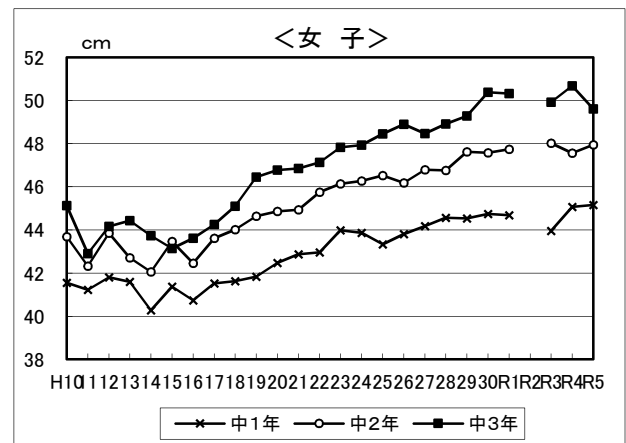
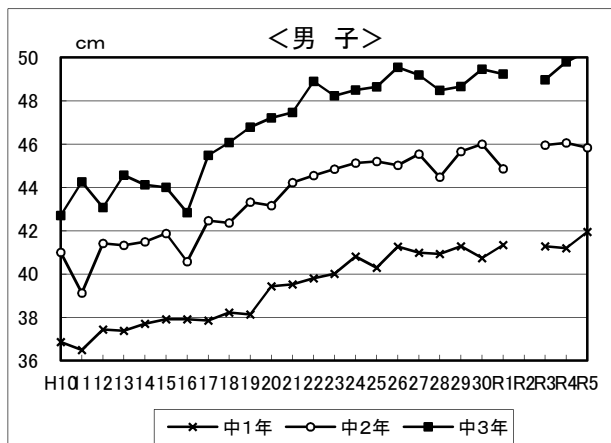


【 長座体前屈 】

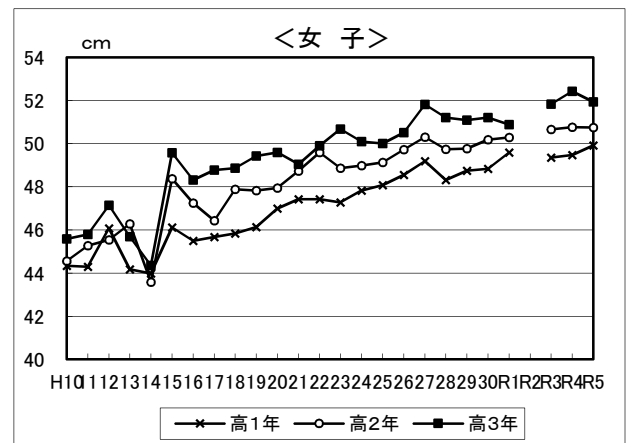
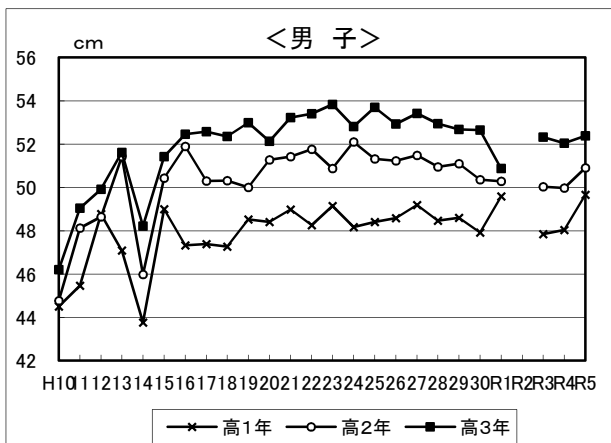
小学校



中学校

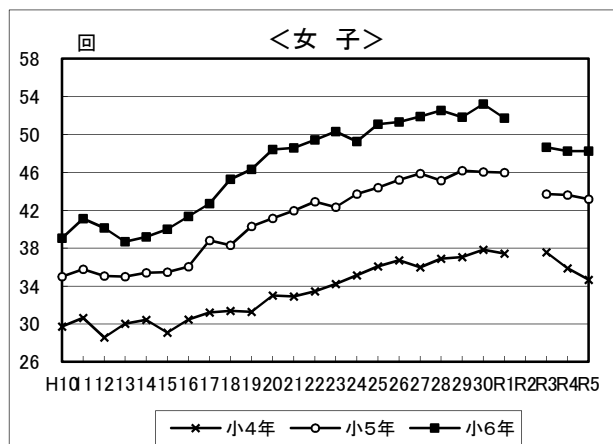
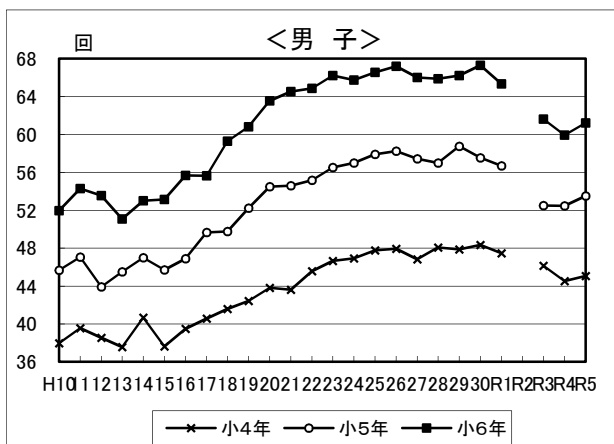


高等学校(全日制)

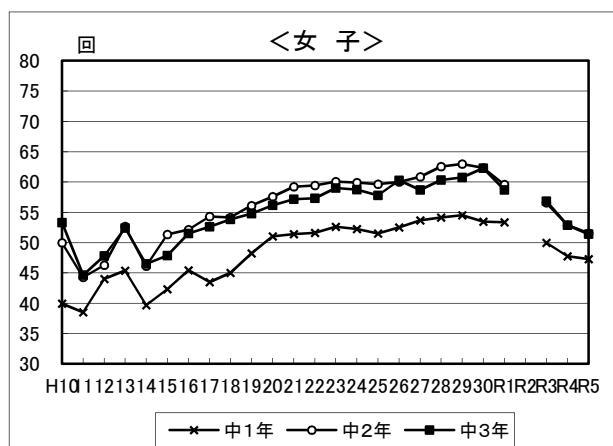
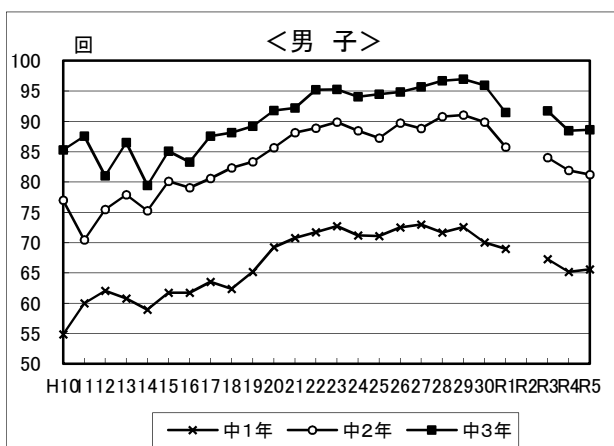


【 20mシャトルラン 】

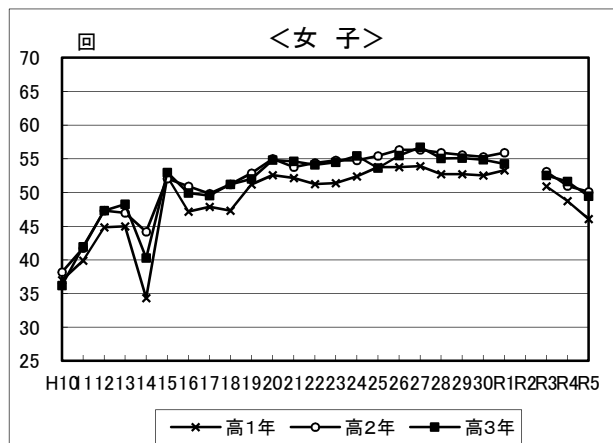
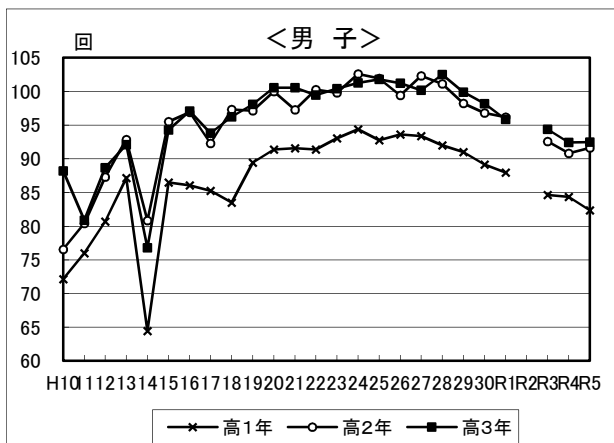
小学校



中学校

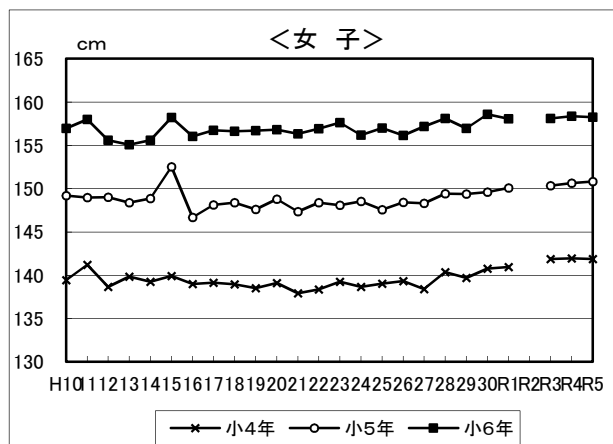
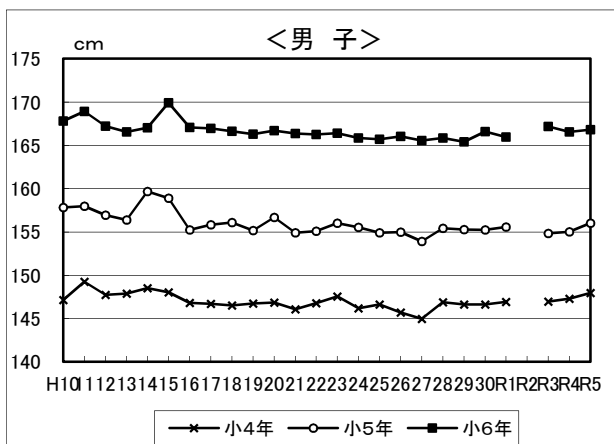


高等学校(全日制)

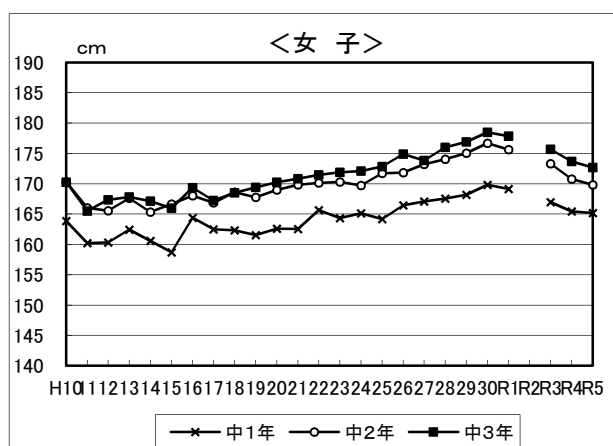
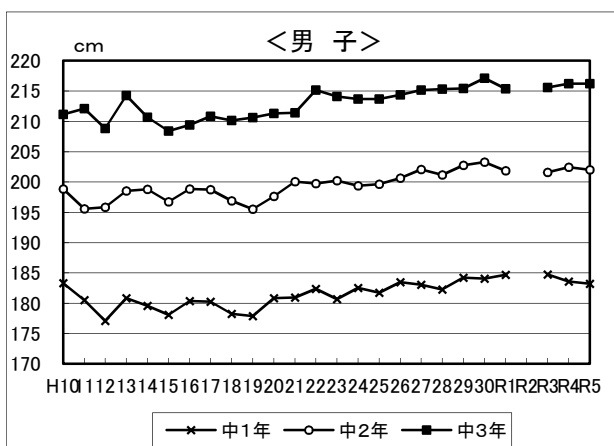


【 立ち幅とび 】

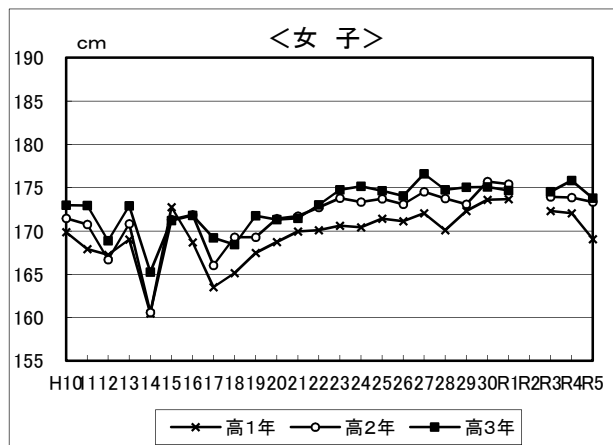
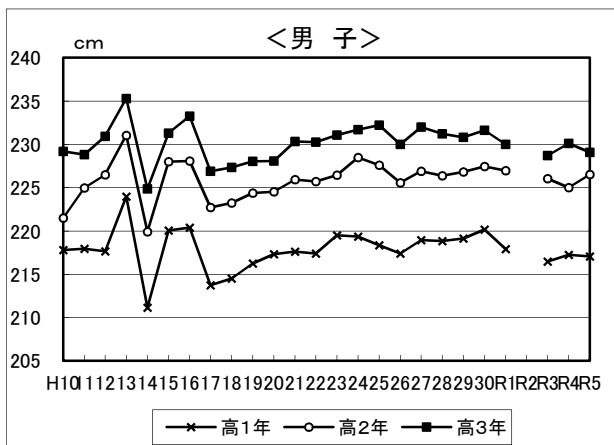
小学校



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5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	134.18	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	166.80	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	171.07	172.15	
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	169.63	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	139.85	146.54	154.37	161.42	166.60	168.98	170.25	171.14	
5	2023	134.36	139.82	146.58	154.45	161.69	166.57	169.05	170.30	170.91	

(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
	5	2023	134.60	141.83	148.08	152.80	155.42	157.10	157.46	157.83	158.13

【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	
5	2023	31.54	35.35	39.97	45.73	50.30	54.89	59.16	60.40	62.05	

【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
	5	2023	30.83	35.28	39.98	44.34	47.12	49.45	50.85	51.54	52.22

【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	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	5	2023	—	—	—	—	—	—	—	—	—

(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	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	5	2023	—	—	—	—	—	—	—	—	—

(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5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	—	<u>16.40</u>	<u>19.30</u>	22.90	<u>27.30</u>	<u>33.40</u>	38.90	41.90	44.50
	42	1967	—	<u>16.40</u>	19.60	<u>22.30</u>	30.10	35.00	39.00	41.80	44.20
	43	1968	—	<u>16.40</u>	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	<u>14.33</u>	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
	5	2023	14.34	16.68	19.63	23.97	29.52	34.56	<u>36.50</u>	38.66	40.07

(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	31.10	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	31.10
	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	29.70	29.80	31.00
	56	1981	—	16.48	19.85	23.19	25.48	27.15	29.70	29.38	29.72
	57	1982	—	16.85	20.06	23.52	26.09	28.47	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	23.40	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
	5	2023	13.69	16.44	19.13	21.47	<u>23.34</u>	24.91	24.87	25.57	26.25

(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	<u>56.62</u>	58.17	59.73	
	24	2012	38.92	44.01	47.11	49.03	52.23	54.72	56.24	<u>58.80</u>	59.67	
	25	2013	39.64	43.79	47.34	49.33	52.23	54.71	56.32	58.41	<u>59.88</u>	
	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	<u>40.66</u>	44.83	48.10	50.07	53.78	<u>56.32</u>	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	<u>44.96</u>	<u>48.27</u>	<u>50.40</u>	<u>53.97</u>	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	
	5	2023	38.93	43.90	47.03	48.83	52.25	54.64	55.67	57.55	58.32	

(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	<u>36.30</u>	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
	5	2023	37.12	41.96	44.36	45.15	47.94	49.61	47.19	48.28	48.99

(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	353.20	
	42	1967	385.00	373.30	359.20	366.10	358.70	
	43	1968	384.90	370.20	355.90	360.20	354.20	
	44	1969	384.10	367.40	361.40	357.20	357.60	
	45	1970	390.10	366.00	361.40	365.90	359.20	
	46	1971	392.50	374.80	367.60	363.30	358.80	
	47	1972	392.00	367.40	360.00	368.90	368.50	
	48	1973	398.90	374.40	367.00	360.40	361.40	
	49	1974	393.60	374.60	361.80	362.30	361.20	
	50	1975	389.80	376.30	362.30	362.70	363.70	
	51	1976	392.80	367.80	360.60	362.50	361.60	
	52	1977	393.00	371.40	362.10	361.80	360.80	
	53	1978	399.60	376.90	370.20	363.30	357.20	
	54	1979	396.00	370.01	365.00	358.10	355.40	
	55	1980	392.90	368.70	363.80	345.40	342.10	
	56	1981	392.86	376.07	365.79	356.60	363.66	
	57	1982	394.46	373.96	366.44	358.80	356.01	
	58	1983	397.27	372.49	355.02	362.73	353.89	
	59	1984	394.48	374.10	363.87	369.33	360.55	
	60	1985	397.12	376.84	371.26	362.23	357.06	
	61	1986	403.94	377.22	369.32	376.17	366.83	
	62	1987	406.81	377.83	373.66	387.88	372.37	
	63	1988	399.87	377.82	368.54	379.13	367.63	
	平成 元	1989	407.56	379.57	374.99	368.58	360.60	
	2	1990	410.83	376.21	369.97	378.07	366.92	
	3	1991	416.03	385.87	377.72	387.23	380.74	
	4	1992	418.65	377.76	376.19	375.89	365.14	
	5	1993	414.82	380.51	373.65	382.14	367.91	
	6	1994	413.04	377.23	372.12	382.51	376.00	
	7	1995	418.09	382.45	372.71	384.90	379.59	
	8	1996	419.97	389.95	381.65	382.14	376.41	
	9	1997	415.52	377.92	363.39	388.05	379.73	
	10	1998	431.89	395.47	383.80	384.24	375.93	
	11	1999	436.71	401.30	387.64	386.10	377.02	
	12	2000	440.68	399.25	379.39	390.02	387.93	
	13	2001	436.47	402.43	377.37	392.17	363.90	
	14	2002	437.57	386.88	382.67	394.10	379.10	
	15	2003	437.35	398.47	382.88	384.70	374.72	
	16	2004	435.95	393.48	385.03	396.38	379.93	
	17	2005	430.45	388.50	380.90	393.95	381.72	
	18	2006	434.38	389.01	374.97	389.99	375.42	
	19	2007	432.75	392.42	382.19	387.82	382.54	
	20	2008	431.31	395.49	381.39	383.52	370.92	
	21	2009	428.44	387.35	377.79	381.54	371.55	
	22	2010	424.03	386.36	377.88	383.67	373.04	
	23	2011	433.02	390.24	380.65	379.02	368.32	
	24	2012	431.59	389.38	378.64	382.22	366.17	
	25	2013	430.61	392.44	378.01	380.65	366.38	
	26	2014	425.11	389.69	378.65	378.66	364.69	
	27	2015	436.03	386.42	378.18	386.83	367.17	
	28	2016	431.89	386.27	373.56	383.28	365.82	
	29	2017	429.14	383.60	374.47	383.67	367.59	
	30	2018	437.26	393.27	380.60	384.12	368.03	
	令和 元	2019	439.93	403.24	391.65	390.39	372.50	
	2	2020	COVID-19の影響により中止					
	3	2021	444.39	401.37	391.90	392.99	381.88	
	4	2022	451.93	409.53	393.69	405.47	387.20	
	5	2023	449.49	410.05	393.80	410.08	387.31	
							388.10	

(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	327.52	324.72	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	
5	2023	316.18	307.99	305.45	328.54	315.33	328.38	

(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	9.70	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
5	2023	9.70	9.35	8.93	8.64	8.01	7.58	7.62	7.38	7.31

(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	—	9.30	9.00	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	8.70	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	8.70	8.70
55	1980	—	9.40	9.10	9.00	8.70	8.70	8.80	8.70	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	9.01	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	9.66	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	9.20	9.09	9.07
4	1992	9.80	9.45	9.06	8.93	8.66	8.64	8.72	8.75	8.69
5	1993	9.71	9.43	9.07	8.89	8.67	8.62	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	8.62	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	10.10	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	9.30	9.24	8.97	8.98	9.19	9.19	9.10
15	2003	10.03	9.58	9.28	9.24	8.90	8.97	8.89	8.91	8.89
16	2004	10.04	9.64	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
5	2023	9.98	9.58	9.20	9.22	8.98	8.89	9.12	9.01	8.98

(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	<u>23.10</u>	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	<u>21.02</u>	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	<u>23.10</u>	24.81	<u>25.56</u>
	4	2022	<u>18.40</u>	21.80	25.30	<u>17.87</u>	21.32	24.23	23.30	<u>24.52</u>	25.75
	5	2023	18.50	21.78	25.13	18.12	21.06	24.17	23.33	24.89	25.73

(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
	5	2023	12.15	14.44	16.19	11.66	12.87	14.00	13.31	14.04	14.42

(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	29.43
12	2000	15.97	17.45	19.29	22.12	24.91	26.97	27.15	28.72	29.68
13	2001	16.35	18.02	19.84	21.37	24.77	26.81	28.26	30.41	30.51
14	2002	16.65	18.48	19.98	22.05	25.41	26.59	26.91	28.60	29.68
15	2003	16.39	18.39	20.37	22.83	26.71	27.69	27.94	30.36	30.68
16	2004	17.04	19.06	20.65	22.38	25.26	26.91	28.20	30.89	31.51
17	2005	16.61	18.86	20.77	22.67	26.43	27.74	29.13	31.35	32.20
18	2006	16.90	18.96	20.85	22.63	26.81	28.62	28.37	31.60	32.19
19	2007	17.00	19.23	21.21	22.88	27.05	29.05	29.61	31.27	32.96
20	2008	17.63	19.41	21.42	23.22	27.22	29.58	29.79	32.60	32.95
21	2009	17.34	19.62	21.56	23.74	27.40	29.32	29.91	31.92	33.30
22	2010	17.38	19.36	21.40	23.77	28.03	29.81	29.56	32.58	33.63
23	2011	17.64	19.71	21.70	23.65	27.80	30.30	29.80	31.94	33.46
24	2012	17.78	20.07	22.12	23.99	28.16	30.37	30.09	32.91	33.40
25	2013	17.83	20.12	22.24	24.31	28.32	30.54	29.95	32.73	33.93
26	2014	17.79	20.31	22.40	24.18	28.25	30.44	29.93	32.34	33.59
27	2015	17.90	20.26	22.48	24.09	28.18	30.46	29.40	31.81	33.09
28	2016	18.27	20.42	22.62	24.04	28.21	30.18	29.65	31.48	32.89
29	2017	18.56	20.87	22.58	24.03	28.13	30.11	29.48	31.75	32.58
令和 元	2018	18.64	20.75	22.83	23.78	27.95	29.99	29.11	31.46	32.48
2	2019	18.22	20.65	22.54	23.78	27.08	29.45	28.91	30.97	32.38
3	2020	COVID-19の影響により中止								
4	2021	17.59	19.55	21.43	23.00	26.57	28.59	27.31	29.64	31.03
5	2022	17.68	19.55	21.38	22.56	26.28	28.64	27.58	29.20	30.63
5	2023	17.92	19.77	21.63	22.76	25.81	28.37	27.99	29.61	30.40

【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	20.55
12	2000	14.12	15.27	16.21	17.53	19.19	19.36	19.38	20.29	20.85
13	2001	14.50	15.73	16.20	17.26	18.90	19.15	19.17	20.27	21.22
14	2002	14.79	15.50	16.47	16.55	18.79	19.29	18.32	19.10	19.41
15	2003	14.97	16.18	17.28	17.88	20.39	20.21	20.79	21.89	21.63
16	2004	15.48	16.84	17.51	17.95	20.62	20.74	20.16	22.24	22.32
17	2005	15.32	16.90	17.92	18.25	21.37	21.43	20.76	22.11	23.02
18	2006	15.63	17.25	18.27	18.73	21.87	22.36	21.41	22.99	23.17
19	2007	15.57	17.51	18.61	19.18	22.25	23.00	22.46	23.68	24.05
20	2008	16.19	17.67	19.01	19.34	22.74	23.59	22.98	24.60	25.19
21	2009	16.06	17.70	19.12	19.85	22.61	23.63	23.17	24.47	25.23
22	2010	15.67	17.65	18.93	19.87	22.96	23.73	23.01	24.83	25.41
23	2011	16.00	17.69	19.31	20.02	23.04	24.08	22.74	25.04	25.54
24	2012	16.33	18.17	19.38	20.12	23.29	24.26	22.89	24.84	25.92
25	2013	16.37	18.13	19.62	19.82	23.72	24.42	22.99	24.77	25.56
26	2014	16.46	18.46	19.96	20.03	23.51	24.89	23.21	24.87	25.41
27	2015	16.67	18.80	20.17	20.23	23.70	24.32	23.30	24.44	25.35
28	2016	17.10	18.95	20.56	20.64	23.82	24.62	22.94	24.69	25.09
29	2017	17.30	19.45	20.76	20.44	24.16	24.83	23.06	24.38	25.39
令和 元	2018	17.34	19.53	20.93	20.92	24.05	25.39	23.11	24.48	24.97
2	2019	17.16	19.49	20.95	20.83	23.69	24.95	23.72	24.67	25.03
3	2020	COVID-19の影響により中止								
4	2021	16.78	18.33	19.70	19.61	22.55	23.72	22.38	23.57	24.27
5	2022	16.81	18.68	19.72	19.07	21.74	23.15	21.95	23.16	23.71
5	2023	16.91	18.76	19.85	19.37	21.18	22.54	21.37	22.86	23.56

(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	<u>52.11</u>	<u>52.82</u>	
25	2013	31.62	33.18	35.86	40.29	45.19	48.64	48.40	51.33	53.70	
26	2014	31.70	33.95	36.20	41.26	45.03	49.55	48.59	51.23	52.93	
27	2015	32.24	34.09	36.77	40.99	45.55	49.19	49.18	51.48	53.42	
28	2016	32.56	34.14	36.86	40.93	44.48	48.49	48.46	50.95	52.95	
29	2017	32.24	34.32	36.79	41.29	45.66	48.65	48.60	51.10	52.68	
令和	元	2018	32.88	34.69	36.93	40.73	46.00	49.45	47.93	50.35	52.66
	1	2019	32.50	34.83	37.04	41.34	44.86	49.23	48.17	50.49	51.77
	2	2020	COVID-19の影響により中止								
	3	2021	33.63	36.03	37.88	41.28	45.96	48.98	47.85	50.03	52.33
	4	2022	33.67	36.07	38.11	41.20	46.06	49.79	48.03	49.97	52.05
5	2023	34.09	36.79	38.46	41.95	45.84	50.29	49.66	50.91	52.39	

【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	
25	2013	34.98	37.16	39.99	43.34	46.52	48.45	48.08	49.14	50.01	
26	2014	35.42	37.99	40.70	43.81	46.19	48.90	48.56	49.72	50.52	
27	2015	35.67	38.28	41.21	44.18	46.80	48.47	49.19	50.30	51.82	
28	2016	35.70	37.92	41.16	44.56	46.76	48.91	48.32	49.74	51.20	
29	2017	35.54	38.37	40.83	44.53	47.63	49.29	48.74	49.77	51.10	
令和	元	2018	35.94	38.53	41.39	44.75	47.57	50.38	48.84	50.19	51.21
	1	2019	36.36	39.00	41.68	44.69	47.73	50.32	49.59	50.29	50.88
	2	2020	COVID-19の影響により中止								
	3	2021	37.27	40.16	42.42	43.96	48.02	49.92	49.36	50.66	51.83
	4	2022	37.50	40.60	43.03	45.07	47.56	50.67	49.47	50.76	52.42
5	2023	37.91	41.15	43.44	45.15	47.94	49.61	49.92	50.75	51.94	

(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	80.42	80.88
		12	2000	38.55	<u>43.93</u>	53.55	62.06	75.48	81.04	80.70	87.29	88.67
		13	2001	<u>37.57</u>	45.51	<u>51.09</u>	60.78	77.90	86.53	87.16	92.85	92.08
		14	2002	40.68	47.01	53.02	58.94	75.27	<u>79.41</u>	<u>64.45</u>	80.85	<u>76.81</u>
	15	2003	37.64	45.70	53.15	61.75	80.12	85.06	86.51	95.53	94.29	
	16	2004	39.48	46.88	55.67	61.76	79.06	83.28	86.07	96.90	97.07	
	17	2005	40.58	49.67	55.66	63.55	80.58	87.57	85.26	92.29	93.82	
	18	2006	41.60	49.76	59.31	62.36	82.36	88.15	83.48	97.33	96.25	
	19	2007	42.43	52.24	60.82	65.19	83.35	89.22	89.43	97.12	98.09	
	20	2008	43.81	54.50	63.56	69.25	85.66	91.81	91.38	99.98	100.56	
	21	2009	43.62	54.60	64.53	70.77	88.15	92.19	91.55	97.25	100.53	
	22	2010	45.59	55.18	64.86	71.70	88.88	95.24	91.37	100.29	99.48	
	23	2011	46.67	56.54	66.21	72.74	89.87	95.26	93.04	99.78	100.41	
	24	2012	46.93	57.00	65.76	71.20	88.44	94.06	<u>94.37</u>	<u>102.61</u>	101.25	
	25	2013	47.78	57.91	66.56	71.10	87.23	94.47	92.74	101.94	101.77	
	26	2014	47.94	58.26	67.20	72.50	89.71	94.86	93.63	99.42	101.20	
	27	2015	46.82	57.42	66.02	<u>72.99</u>	88.83	95.69	93.37	102.30	100.16	
	28	2016	48.07	57.00	65.88	71.68	90.80	96.67	92.01	101.10	<u>102.50</u>	
	29	2017	47.88	<u>58.76</u>	66.21	72.59	<u>91.06</u>	<u>96.95</u>	91.01	98.21	99.88	
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	98.15
	2	2019	47.46	56.69	65.34	68.95	85.78	91.47	87.95	96.16	95.87	
	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	94.36	
	5	2022	44.52	52.46	59.92	65.20	81.90	88.45	84.34	90.82	92.42	
	5	2023	45.06	53.53	61.21	65.59	81.20	88.62	82.36	91.61	92.45	

【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	41.96
		12	2000	<u>28.58</u>	35.08	40.15	44.00	46.27	47.83	44.85	47.30	47.31
		13	2001	30.02	<u>35.01</u>	<u>38.68</u>	45.36	52.68	52.40	44.97	46.96	48.27
		14	2002	30.45	35.42	39.20	39.70	46.13	46.49	<u>34.35</u>	44.18	40.26
	15	2003	29.08	35.47	40.01	42.31	51.36	47.86	52.35	52.05	52.95	
	16	2004	30.48	36.04	41.35	45.42	52.12	51.50	47.18	50.90	49.92	
	17	2005	31.22	38.84	42.72	43.50	54.33	52.64	47.90	49.81	49.53	
	18	2006	31.38	38.33	45.27	45.01	54.14	53.86	47.31	51.19	51.20	
	19	2007	31.27	40.32	46.31	48.23	56.11	54.76	51.20	52.87	51.99	
	20	2008	33.02	41.16	48.41	51.03	57.57	56.16	52.56	54.98	54.80	
	21	2009	32.90	41.95	48.57	51.43	59.20	57.16	52.15	53.77	54.63	
	22	2010	33.46	42.90	49.43	51.62	59.40	57.33	51.27	54.41	54.11	
	23	2011	34.23	42.35	50.32	52.64	60.07	59.00	51.39	54.79	54.47	
	24	2012	35.14	43.70	49.26	52.25	59.93	58.74	52.38	54.78	55.43	
	25	2013	36.09	44.38	51.08	51.49	59.64	57.81	53.77	55.42	53.62	
	26	2014	36.71	45.22	51.34	52.51	60.03	60.26	53.74	56.35	55.49	
	27	2015	35.99	45.89	51.91	53.66	60.87	58.70	<u>53.91</u>	<u>56.35</u>	<u>56.73</u>	
	28	2016	36.90	45.15	52.53	54.15	62.54	60.33	52.71	55.89	55.03	
	29	2017	37.06	<u>46.17</u>	51.83	<u>54.53</u>	<u>62.97</u>	60.77	52.73	55.60	55.08	
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	54.86
	2	2019	37.44	45.99	51.71	53.35	59.59	58.70	53.28	55.89	54.22	
	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	52.52	
	5	2022	35.89	43.62	48.25	47.77	52.88	52.89	48.72	50.97	51.63	
	5	2023	34.66	43.18	48.24	47.28	51.55	51.40	46.09	50.12	49.46	

(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
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	184.68	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	<u>184.75</u>	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
	5	2023	147.96	156.03	166.81	183.24	202.02	216.20	217.07	226.53	229.06

【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
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
5	2023	141.86	150.84	158.27	165.20	169.83	172.66	169.06	173.35	173.77	

(注) 表中の網掛けは最高値、下線は最低値である。

Ⅲ 新体カテスト実施要項

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

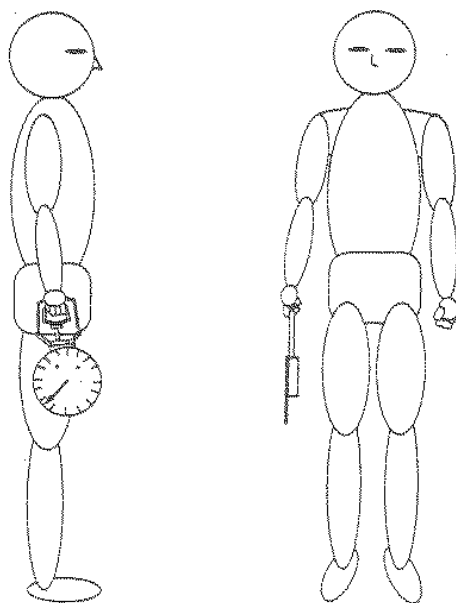
握力

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)

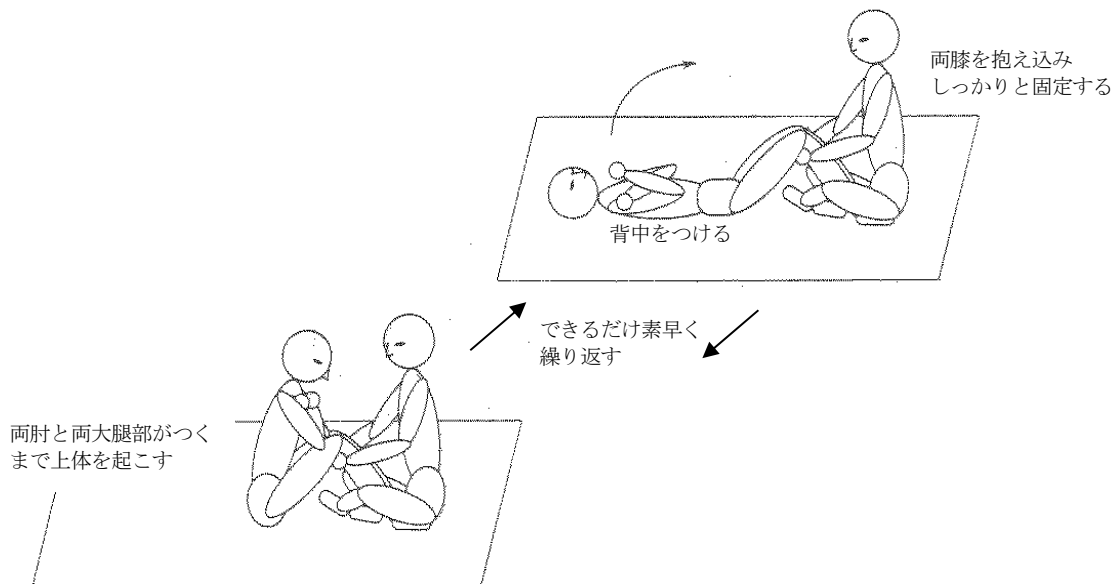
上体起こし

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。

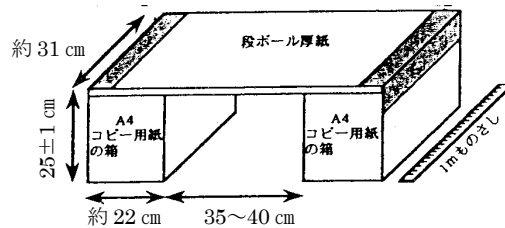
4 実施上の注意

- (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

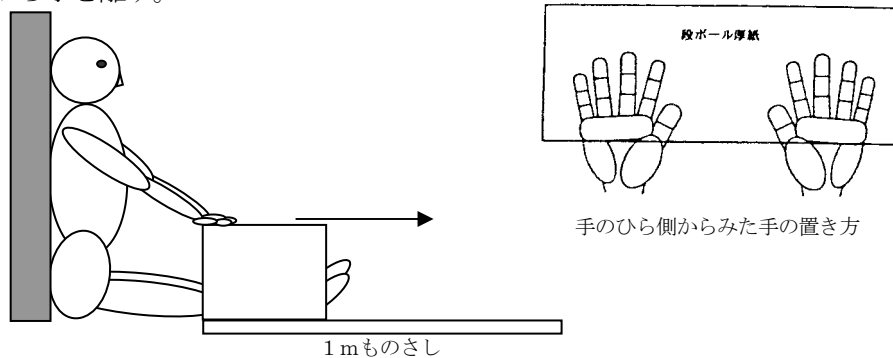
1 準備

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。最大に前屈した後には厚紙から手を離す。



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

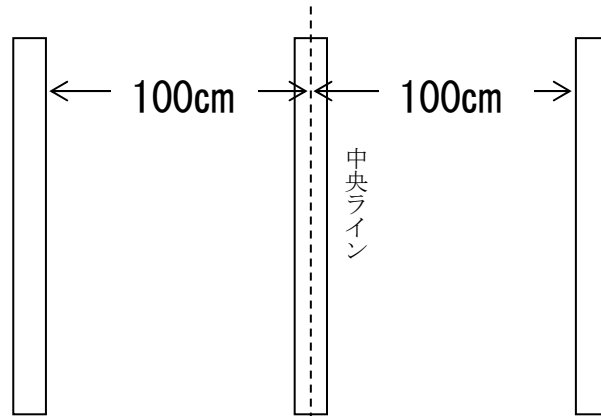
- (1) 前屈姿勢をとったとき、膝が曲がらないように気をつける。
- (2) 箱が真っ直ぐ前方に移動するように注意する（ガイドレールを設けてもよい）。
- (3) 箱がスムーズに滑るように床面の状態に気をつける。
- (4) 靴を脱いで実施する。

反復横とび

1 準備

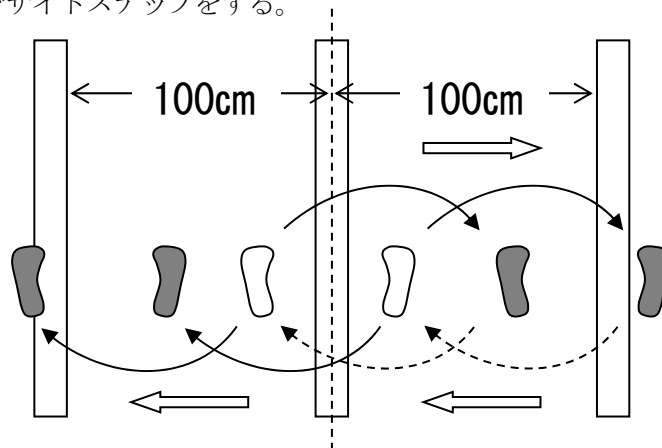
床の上に、図のように中央ラインをひき、その両側 100 cm のところに 2 本の平行ラインをひく。

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

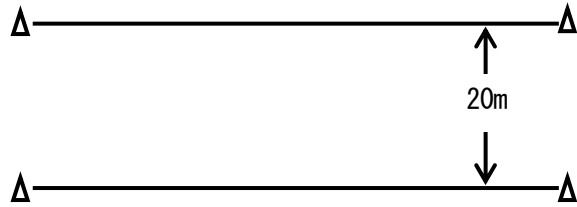
- (1) 屋内、屋外のいずれで実施してもよいが、屋外で行う場合は、よく整地された安全で滑りにくい場所で実施すること（コンクリート等の上では実施しない）。
- (2) このテストは、同一の被測定者に対して続けて行わない。
- (3) 次の場合は点数としない。
 - ア 外側のラインを踏まなかったり越えなかったりしたとき。
 - イ 中央ラインをまたがなかったとき。

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。

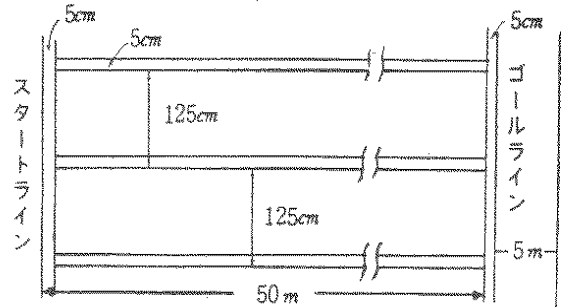
4 実施上の注意

- (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

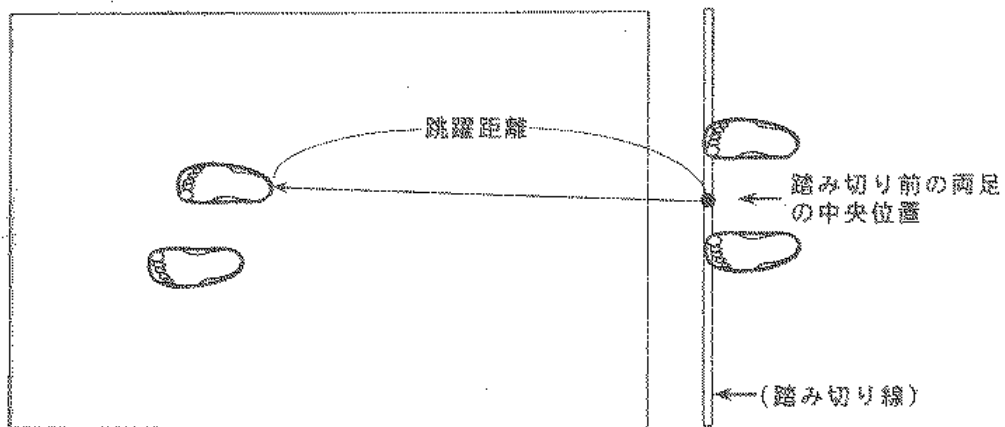
マット（6 m程度）、巻き尺、ラインテープ。

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

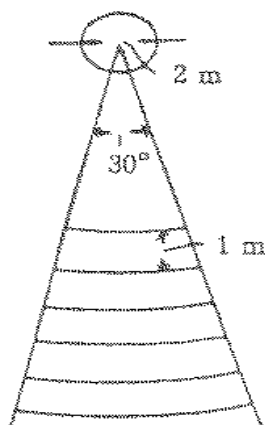
- (1) 踏み切り線から砂場（マット）までの距離は、被測定者の実態によって加減する。
- (2) 踏み切りの際には、二重踏み切りにならないようにする。
- (3) 屋外で行う場合、踏み切り線周辺及び砂場の砂面は、できるだけ整地する。
- (4) 屋内で行う場合、着地の際にマットがずれないように、テープ等で固定するとともに、片側を壁につける。滑りにくい（ずれにくい）マットを用意する。
- (5) 踏み切り前の両足の中央の位置を任意に決めておくと計測が容易になる。

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。

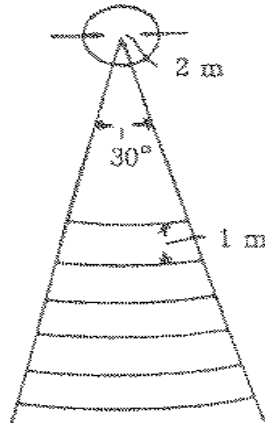
4 実施上の注意

- (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 度に開いた 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5年度 児童生徒の体力・運動能力調査 記録用紙

小学校用

ねん 年	くみ 組	ばん 番	しめい 氏名	おとこ おんな 男・女	R5.4.1 現在の年齢	さい 歳
ア 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		
イ 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				
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. 毎日食べない				
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				
たい 体格	しんちよう 身長	cm	たいじゆう 体重	kg		

こ 項	もく 目	き 記		ろく 録		とく 得	てん 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	2回目	kg		
	ひだり 左	1回目	kg	2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)				kg	
2.	じようたいお 上体起こし					回	
3.	ちようざたいぜんくつ 長座体前屈	1回目	cm	2回目	cm		
4.	はんぶくよこ 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.	たちばとび 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		
とく 得		てん 点		ごう 合計			
そう 総		ごう 合		ひよう 評価		A B C D E	

令和5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	R5.4.1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 力 <small>あく りょく</small> (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)		
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	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 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
	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 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
	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 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
	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 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
	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 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
	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 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
	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) <small>※1kg未満は四捨五入</small>	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) <small>※1/10秒未満は切り上げ</small>	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	1	2	3	4	1	2	3	4
	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	3	4
	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	1	2	3
	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	1	2	3	1	2	1	2	3
	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	3	4
	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	1	2	3	4	1	2	3	4
	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	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) ※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								
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 <https://www.pref.ishikawa.lg.jp/kyoiku/hotai/index.html>

令和 6 年 2 月発行

※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

リサイクル適性 

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。