

平成 29 年度

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」

長野県の結果について

平成 30 年 3 月

長野県教育委員会事務局スポーツ課

目次

I 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の名称	1
3 対象及び調査校数・調査児童生徒数	1
4 調査事項	1
5 調査実施日	1

II 実技に関する本県の調査結果

1 平成 29 年度調査結果及び過去 6 回（平成 22 年度～平成 28 年度）の調査結果	2
2 総合合計点の分布及び総合評価の割合の前年度との比較	3
3 種目別の結果	4
4 過去 3 年間の各種目の T 得点	6

III 授業外における 1 週間の総運動時間

1 授業外における 1 週間の運動時間の前年度比及び全国比	7
2 授業外における 1 週間の運動時間と体力合計点総合評価との相関	9

IV 質問紙調査（児童生徒質問・学校質問）の結果

1 児童生徒質問	11
2 学校質問	16

V 中学校の運動部活動

1 本県の運動部等の所属状況と総合評価との相関	18
2 部活動等の所属状況及び運動部加入率と体力合計点との相関	18
3 運動部活動への参加条件	19
4 指導内容や指導方法の充実のための取組	20
5 曜日ごとの運動実施と 1 週間の運動実施平均時間	21

VI 体力向上に向けた実践事例

子どもとつくる体カアッププログラム	22
-------------------	----

VII 体力向上に向けた成果と課題及び今後の取組

1 全教職員が課題を共有して学校全体としての取組	24
2 子どもの意欲を引き出す授業への改善	25
3 運動部活動の充実	25
4 幼児期からの運動遊びの普及	25
5 市町村教育委員会の支援	26

VIII 資料

1 体カテスト種目と体カ要素及び測定方法	27
2 項目別得点表と総合評価基準表	27

I 調査の概要

1 調査の目的

- (1) 子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会、各国公私立学校が全国的な状況との関係において自らの子供の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子供の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各国公私立学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査の名称

平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（以下「本調査」という）

3 調査の対象及び調査校数・調査児童生徒数

- (1) 小学校調査…小学校第 5 学年、特別支援学校小学部第 5 学年
- (2) 中学校調査…中学校第 2 学年、特別支援学校中学部第 2 学年

【表 1】全国（国立、公立、政令市立、私立）の調査校数・調査児童生徒数

	調査学校数	参加率	調査児童生徒数		
			男子	女子	合計
小学校	19,915 校	97.6%	542,261 人	521,432 人	1,063,693 人
中学校	10,384 校	91.1%	522,245 人	500,316 人	1,122,613 人

※報告書の中では、全国公立学校の平均値と比較している。

【表 2】本県（公立）の調査校数・調査児童生徒数

	調査学校数	参加率	調査児童生徒数		
			男子	女子	合計
小学校	363 校	97.1%	9,344 人	8,928 人	18,272 人
中学校	194 校	97.5%	8,927 人	8,709 人	17,636 人

4 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

① 実技に関する調査（測定方法等は新体力テストと同様）

ア) 小学校調査

[8 種目] 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

イ) 中学校調査

[8 種目] 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子 1500m、女子 1000m）または 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

② 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

(2) 学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査

5 調査実施日

平成 29 年 4 月から 7 月末までの期間

Ⅱ 実技に関する本県の調査結果

1 平成 29 年度調査結果及び過去 6 回（平成 22 年度～平成 28 年度）の調査結果

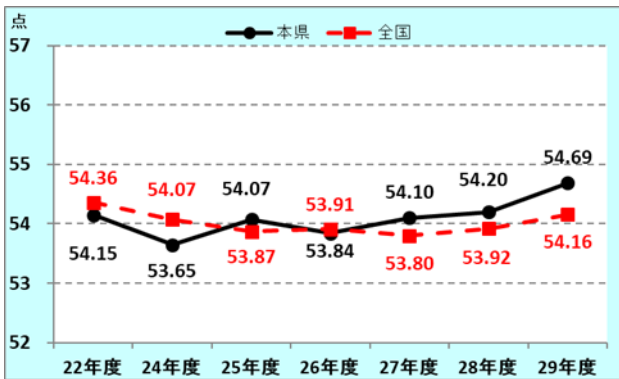
【表 3】 本県と全国の体力合計点（平均）の一覧

※表の網掛けは前年度より向上した種目

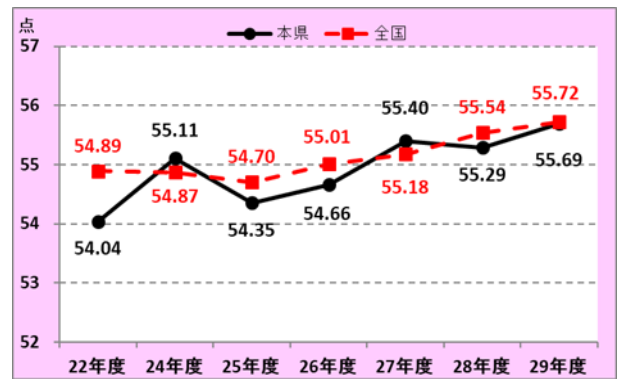
※平成 23 年度は震災のため調査中止

		22 年度	24 年度		25 年度		26 年度		27 年度		28 年度		29 年度		
		(抽出)	(抽出)	順位	(悉皆)	順位	(悉皆)	順位	(悉皆)	順位	(悉皆)	順位	(悉皆)	順位	全国と差引
小 5 男子	本県	54.15	53.65	29 位	54.07	19 位	53.84	22 位	54.10	18 位	54.20	17 位	54.69	17 位	0.53
	全国	54.36	54.07		53.87		53.91		53.80		53.92		54.16		
小 5 女子	本県	54.04	55.11	23 位	54.35	30 位	54.66	30 位	55.40	23 位	55.29	27 位	55.69	25 位	-0.03
	全国	54.89	54.87		54.70		55.01		55.18		55.54		55.72		
中 2 男子	本県	41.68	42.18	22 位	41.87	24 位	42.11	20 位	42.33	20 位	42.39	23 位	42.35	23 位	0.39
	全国	41.71	42.11		41.78		41.63		41.89		42.13		41.96		
中 2 女子	本県	46.34	46.23	44 位	47.01	39 位	47.38	41 位	48.83	26 位	48.65	34 位	49.04	38 位	-0.76
	全国	48.14	48.62		48.42		48.55		49.08		49.56		49.80		
総合	本県	196.21	197.17	31 位	197.30	29 位	197.99	27 位	200.66	19 位	200.53	23 位	201.77	23 位	0.13
	全国	199.10	199.67		198.77		199.10		199.95		201.15		201.64		
総合差引		-2.89	-2.50		-1.47		-1.11		0.71		-0.62		0.13		

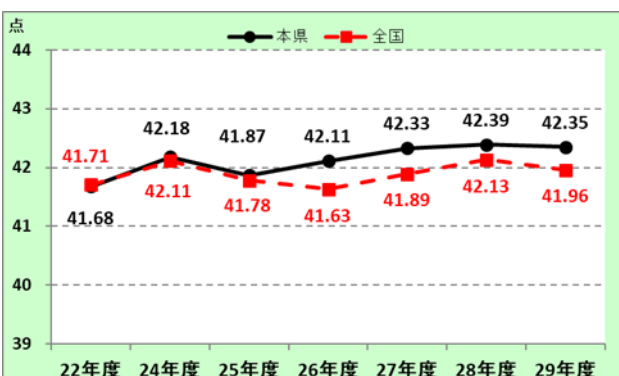
【グラフ 1】 小学校男子体力合計点（平均）の推移



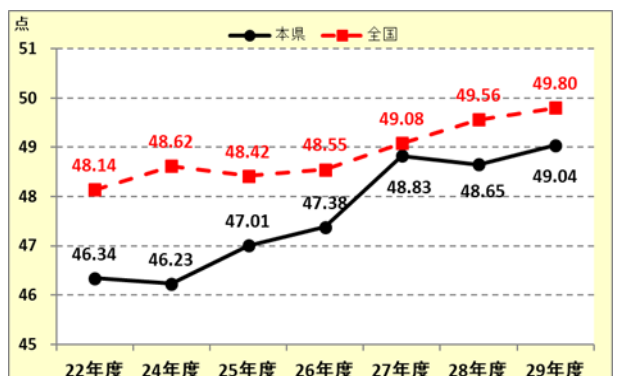
【グラフ 2】 小学校女子体力合計点（平均）の推移



【グラフ 3】 中学校男子体力合計点（平均）の推移



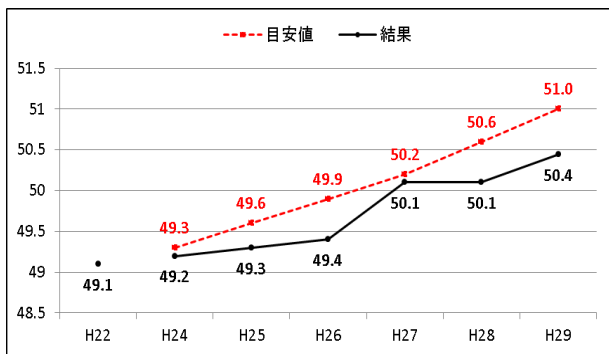
【グラフ 4】 中学校女子体力合計点（平均）の推移



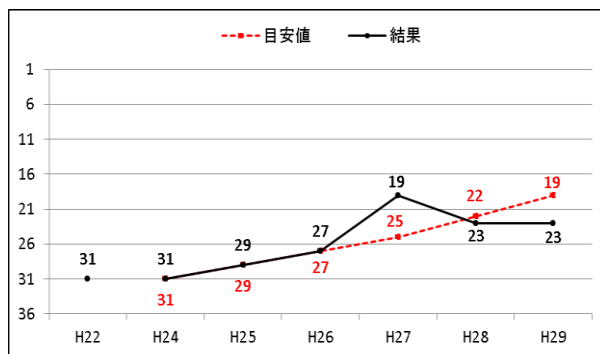
※ 体力合計点とは、小・中学校各 8 種目の記録を男女別に点数化(1～10 点)した合計点(80 点満点)

<参考>長野県総合5か年計画達成目標の目安値と結果

[グラフ5] 体力合計点総合の平均



[グラフ6] 体力合計点総合の順位



※ 体力合計点総合の平均とは、小学校男女及び中学校男女の体力合計点(平均)の合計を4で割った数値

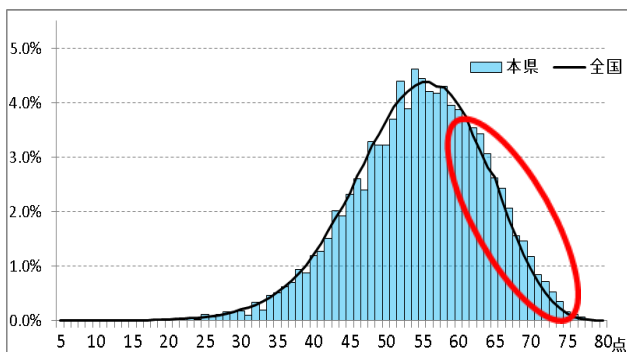
体力合計点(平均)の推移と全国順位 (表3、グラフ1~6)

- ・本県の体力合計点(平均)は、中学校男子が前年度を0.04点下回ったものの、小学校男女及び中学校女子及び体力合計点総合は前年を上回った。
- ・男子は、小学校、中学校ともに全国平均を上回った。
- ・女子は、全国には届かなかったが、小学校は0.03点、中学校は0.76点までその差を縮めた。
- ・小学校男女、中学校女子及び総合得点は、本調査開始(平成20年度)以降初めて201点を超え、最高点を記録した。本県小中学生の体力は、向上傾向と言える。
- ・長野県総合5か年計画最終年であったが、体力合計点総合の平均の目安値51.0には届かなかったものの、過去最高の50.4点であった。また、順位も目標には達しなかったものの、昨年を引き続き23位であった。

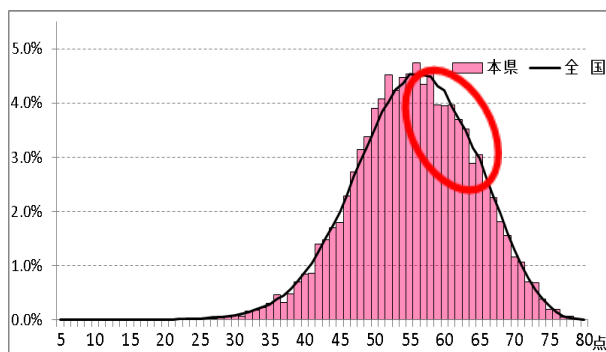
2 総合合計点の分布及び総合評価の割合の前年度との比較

(1) 小学校

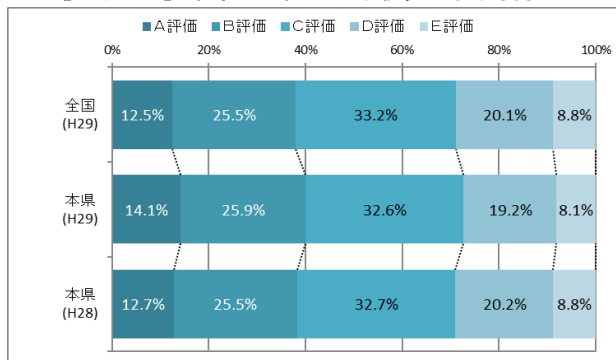
[グラフ7] 小学校男子の体力合計点の分布



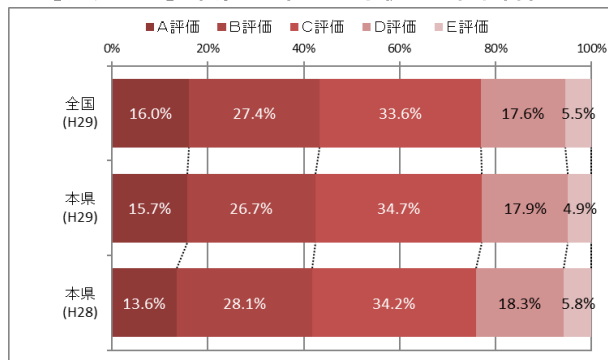
[グラフ8] 小学校女子の体力合計点の分布



[グラフ9] 本県と全国の小学校男子総合評価

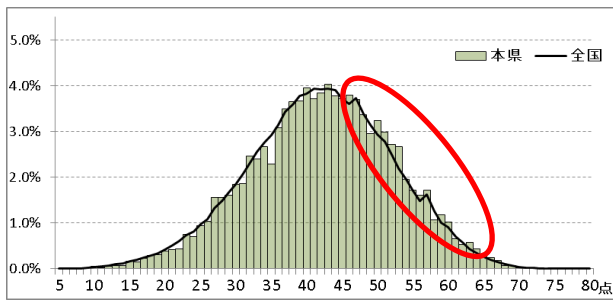


[グラフ10] 本県と全国の小学校女子総合評価

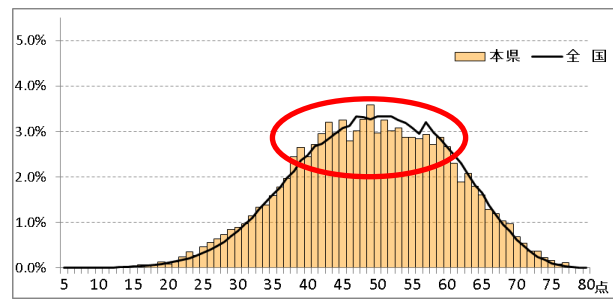


(2) 中学校

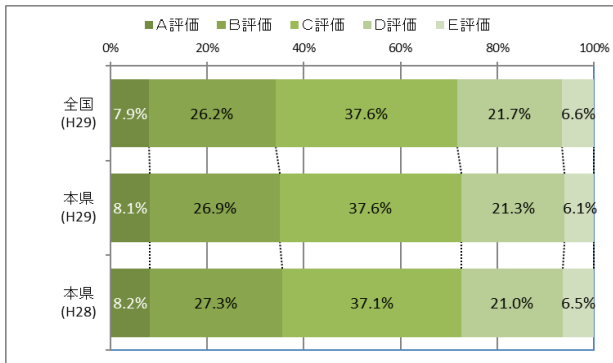
[グラフ 11] 中学校男子の体力合計点の分布



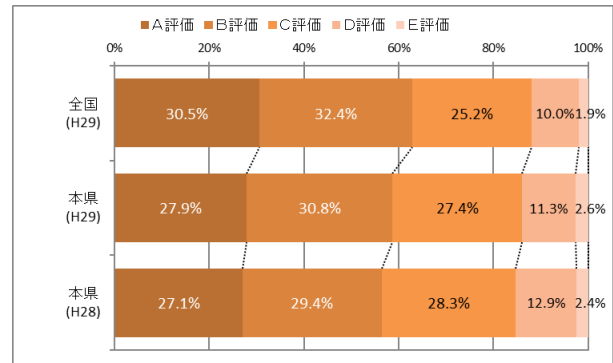
[グラフ 12] 中学校女子の体力合計点の分布



[グラフ 13] 本県と全国の中学校男子総合評価割合



[グラフ 14] 本県と全国の中学校女子総合評価割合



※ 総合評価とは、8 種目すべて実施した場合、基準表にもとづき 5 段階(ABCDE)で示した評定

総合合計点の分布及び総合評価の割合の前年度及び全国との比較 (グラフ 7~14)

- ・ 本県の体力合計点の分布を全国と比較すると、男子は小中学校ともに高得点層に厚みがある。女子は、小学校は 50 点代後半、中学校は中間得点層が薄い。また、中学校女子は、低得点層の割合が高い。
- ・ 前年に比べ、小学校男女及び中学校女子で A 評価の割合が増加し、さらに、小学校男子、中学女子で B 評価が増加した。また、小学校男女及び中学校女子で D 評価が減少し、小学校男女及び中学校男子で E 評価が減少した。
- ・ 全国と比較すると、男子では小中学校ともに A・B 評価が上回り、D・E 評価の割合が低い。女子では、小中学校ともに A・B 評価の割合が低く、C・D 評価の割合が高く、中学校では E 評価の割合も高い。

3 種目別の結果

※表の網掛けは前年度より向上した種目 ▲は、全国平均を下回った種目

(1) 小学校の結果

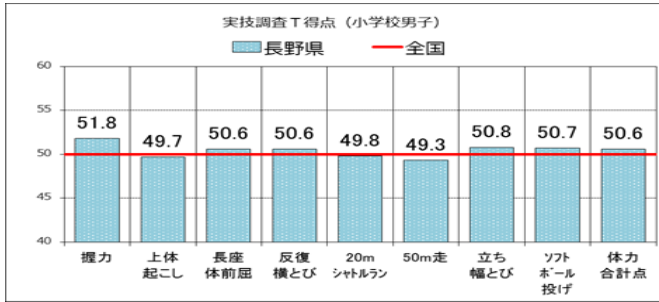
[表 4] 小学校男子の各種目の記録

小学校男子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
本県(H29)	17.18	19.72	33.62	42.44	51.89	9.43	153.42	23.08	54.69
本県(H28)	17.20	19.28	33.03	42.47	51.55	9.49	152.61	23.20	54.20
全国(H29)	16.51	19.92	33.15	41.95	52.24	9.37	151.71	22.53	54.16
全国(H28)	16.47	19.67	32.87	41.97	51.89	9.38	151.39	22.42	53.92
T得点(H29)	51.8	49.7	50.6	50.6	49.8	49.3	50.8	50.7	50.6
課題のある種目		▲			▲	▲			

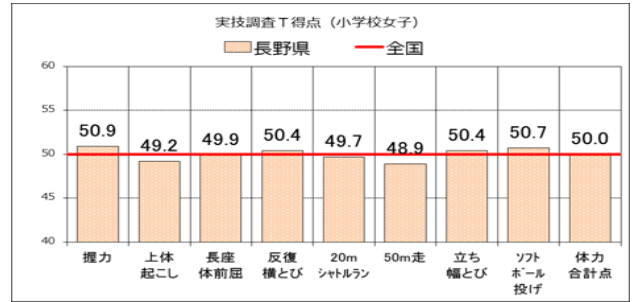
[表 5] 小学校女子の各種目の記録

小学校女子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
本県(H29)	16.48	18.41	37.32	40.34	41.08	9.70	146.29	14.26	55.69
本県(H28)	16.38	17.96	37.27	40.45	40.50	9.76	145.30	14.14	55.29
全国(H29)	16.12	18.81	37.43	40.06	41.62	9.60	145.47	13.94	55.72
全国(H28)	16.13	18.60	37.21	40.06	41.29	9.61	145.31	13.88	55.54
T得点(H29)	50.9	49.2	49.9	50.4	49.7	48.9	50.4	50.7	50.0
課題のある種目		▲	▲		▲	▲			

[グラフ 15] 小学校男子のT得点



[グラフ 16] 小学校女子のT得点



* T得点: 全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する。
 平均値 50 点、標準偏差 10 点の標準得点。「T得点=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差」

(2) 中学校の結果

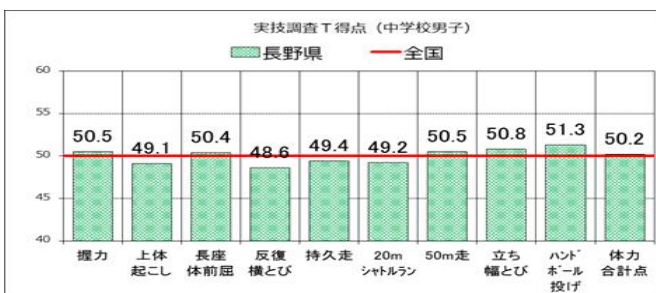
[表 6] 中学校男子の各種目の記録

中学校男子	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)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
本県(H29)	29.25	26.92	43.58	50.77	394.75	84.13	7.95	196.81	21.32	42.35
本県(H28)	29.33	26.97	43.66	50.58	399.91	84.37	8.01	197.91	21.44	42.39
全国(H29)	28.89	27.45	43.20	51.89	391.23	85.99	7.99	194.54	20.56	41.96
全国(H28)	28.91	27.46	43.06	51.93	391.72	86.24	8.03	194.69	20.59	42.13
T得点(H29)	50.5	49.1	50.4	48.6	49.4	49.2	50.5	50.8	51.3	50.3
課題のある種目		▲		▲		▲				

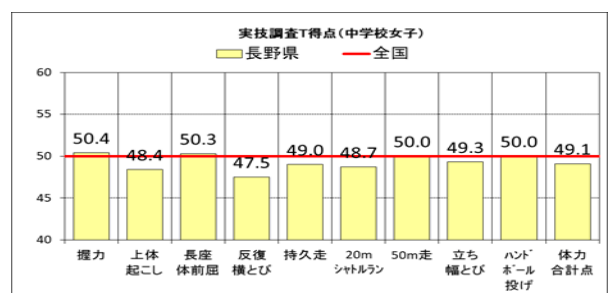
[表 7] 中学校女子の各種目の記録

中学校女子	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)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
本県(H29)	23.99	22.77	46.20	45.06	291.81	56.41	8.80	166.83	12.97	49.04
本県(H28)	23.87	22.44	46.08	44.78	298.18	56.37	8.87	167.34	12.91	48.65
全国(H29)	23.82	23.73	45.86	46.76	287.36	59.14	8.80	168.57	12.96	49.80
全国(H28)	23.75	23.48	45.46	46.60	288.51	58.80	8.83	168.28	12.85	49.56
T得点(H29)	50.4	48.4	50.3	47.5	49.0	48.7	50.0	49.3	50.0	49.1
課題のある種目		▲		▲		▲		▲		

[グラフ 17] 中学校男子のT得点



[グラフ 18] 中学校女子のT得点



本県と全国の各種目記録と種目別T得点(全国標準値)との比較

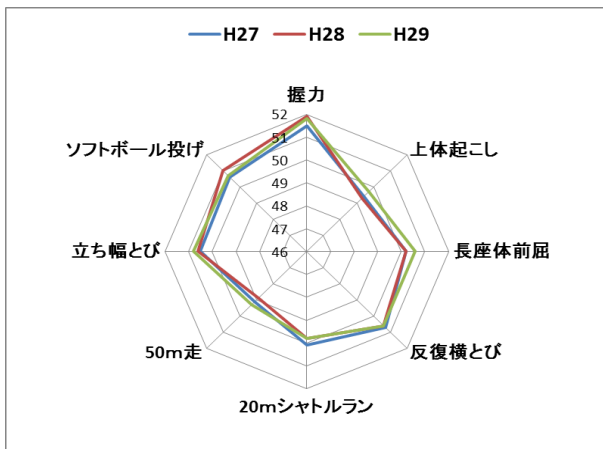
(表 4~7、グラフ 15~18)

- ・ 小学校男子は 8 種目中 5 種目、小学校女子は反復横とび以外の 7 種目、中学校男子は 8 種目中 3 種目、中学校女子は立ち幅とび以外の 8 種目が前年度より記録が向上した。
- ・ 本県において例年全国平均を下回っている種目は、小学校男女の 50m 走、上体起こし、20m シャトルランであるが、本年度、男女とも 3 種目すべてで前年より記録が向上した。、中学校では、男女とも上体起こし、反復横とび、20m シャトルラン・持久走であるが、本年度、女子は、3 種目すべてで記録が向上し、男子も反復横とびの記録が向上した。

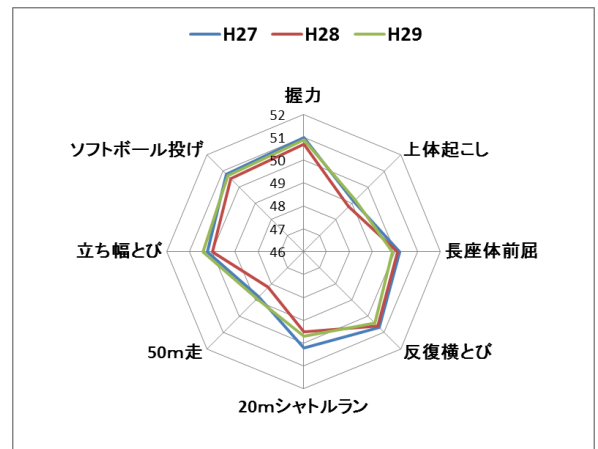
4 過去 3 年間の各種目の T 得点 (全国標準値) による全国との比較<参考> (グラフ 19~22)

(1) 小学校の結果

【グラフ 19】 小学校男子の T 得点による全国比較

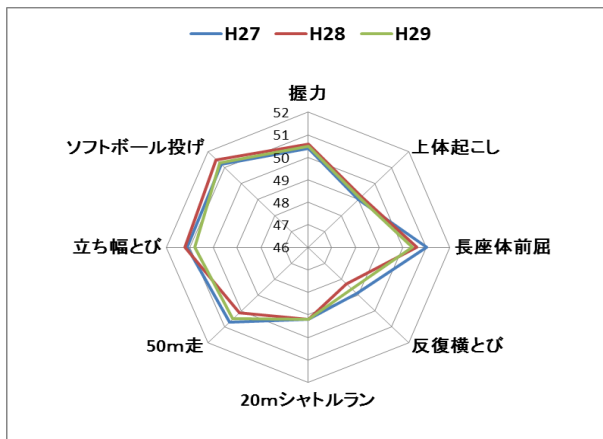


【グラフ 20】 小学校女子の T 得点による全国比較

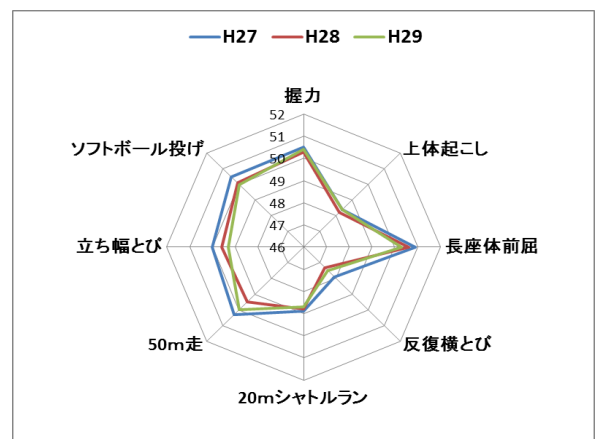


(2) 中学校の結果

【グラフ 21】 中学校男子の T 得点による全国比較



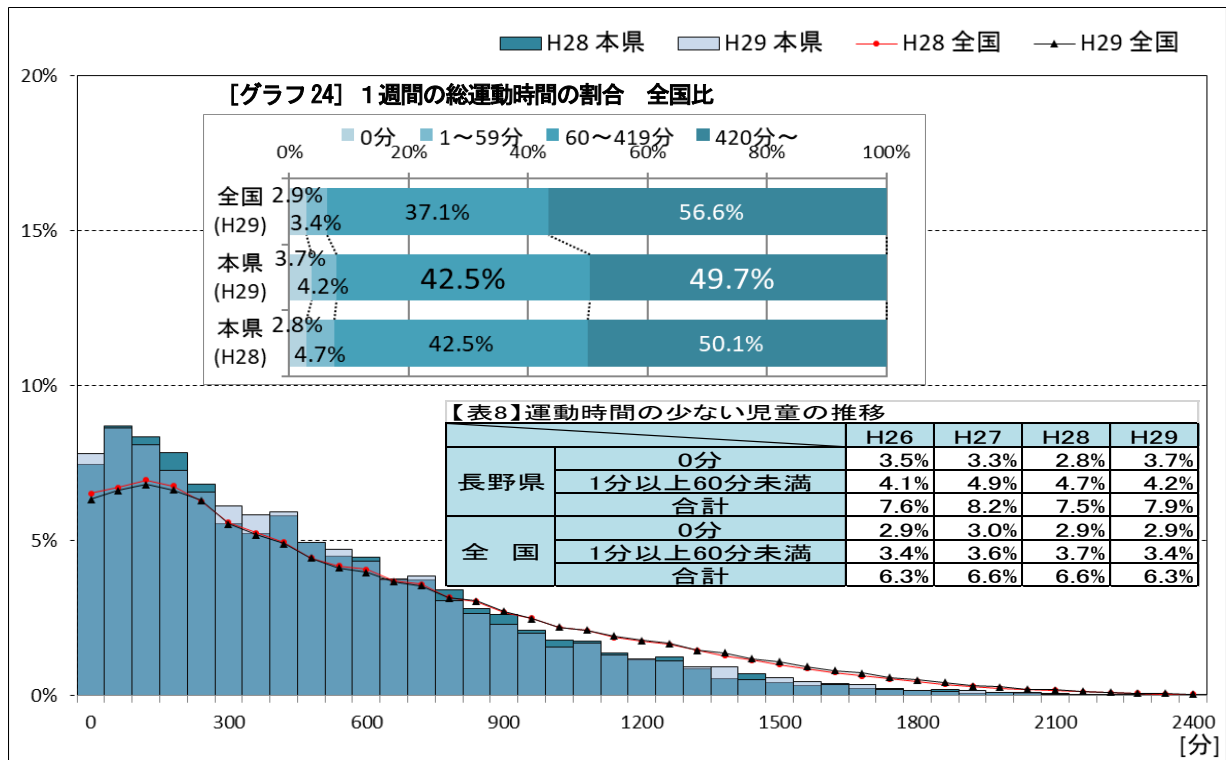
【グラフ 22】 中学校女子の T 得点による全国比較



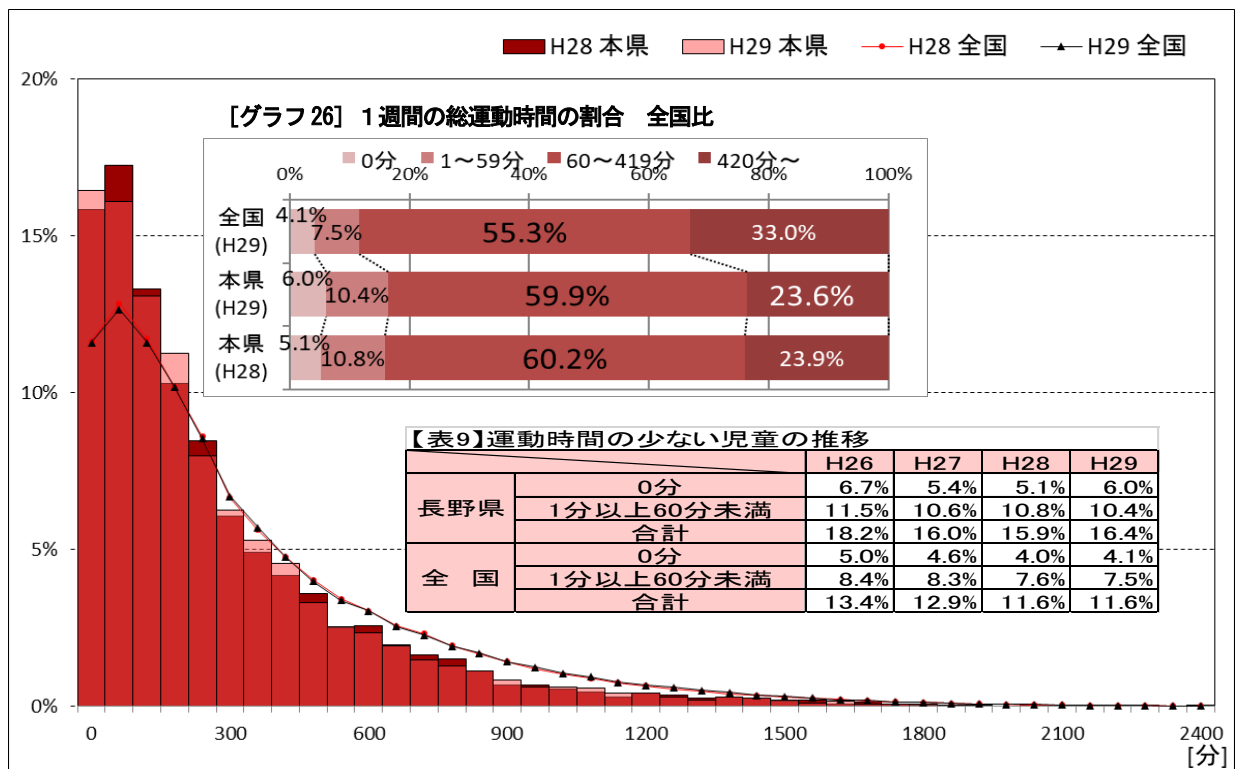
Ⅲ 授業外における1週間の総運動時間

1 授業外における1週間の運動時間の前年度比及び全国比

[グラフ23] 小学校男子 授業外における1週間の総運動時間



[グラフ25] 小学校女子 授業外における1週間の総運動時間

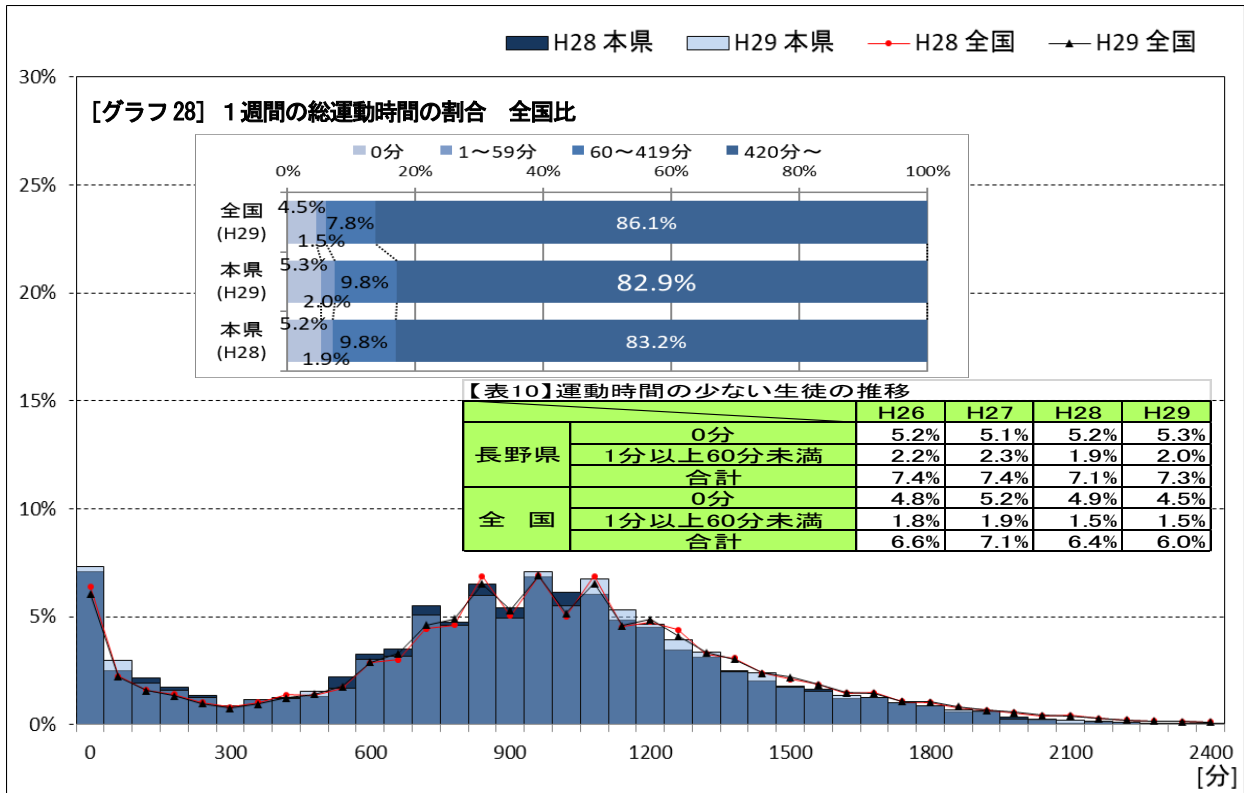


小学校 授業外における1週間の総運動時間

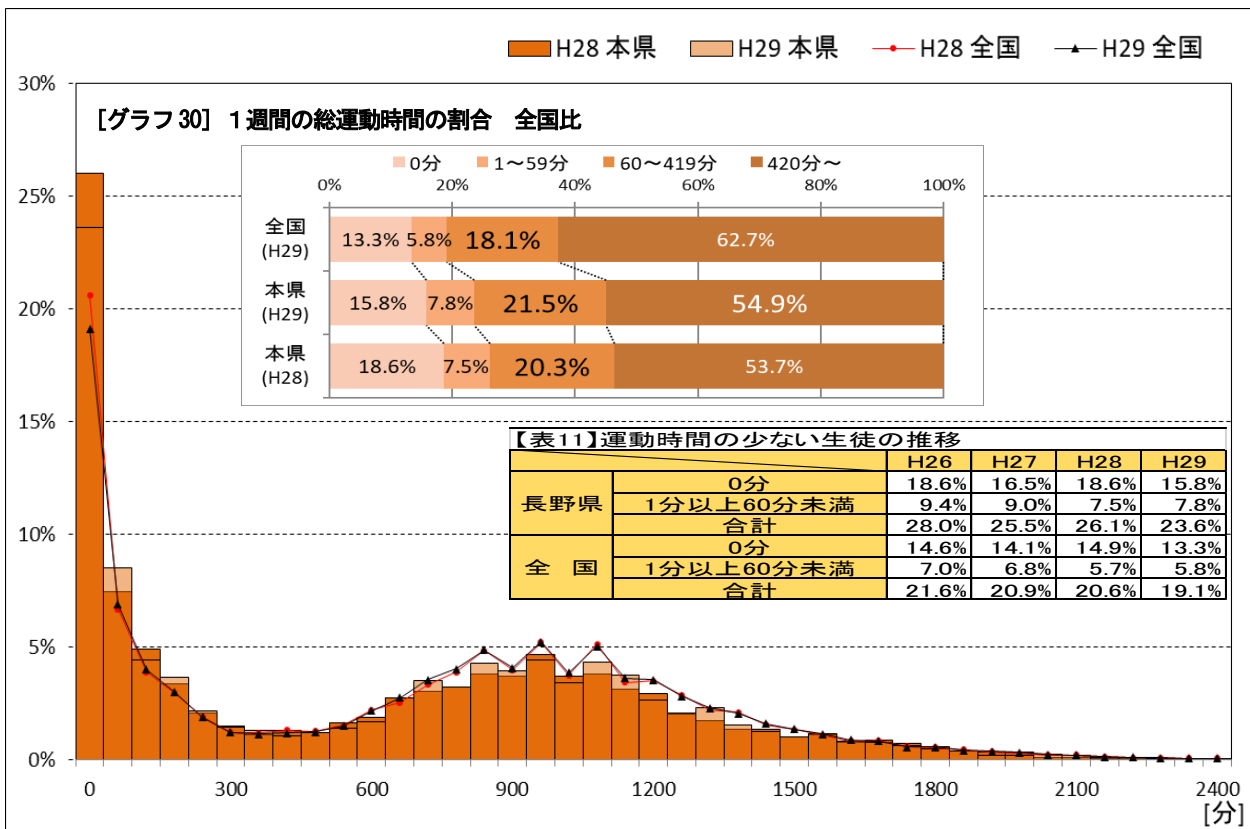
(グラフ23~26、表8、9)

- ・前年に比べ、本県の小学校男女とも1週間の総運動時間が0分の児童が増加し、1週間の総運動時間が420分以上の児童が減少した。
- ・本県の小学校男女とも1週間の総運動時間は、全国に比べかなり少ない。

【グラフ27】 中学校男子 授業外における1週間の総運動時間



【グラフ29】 中学校女子 授業外における1週間の総運動時間

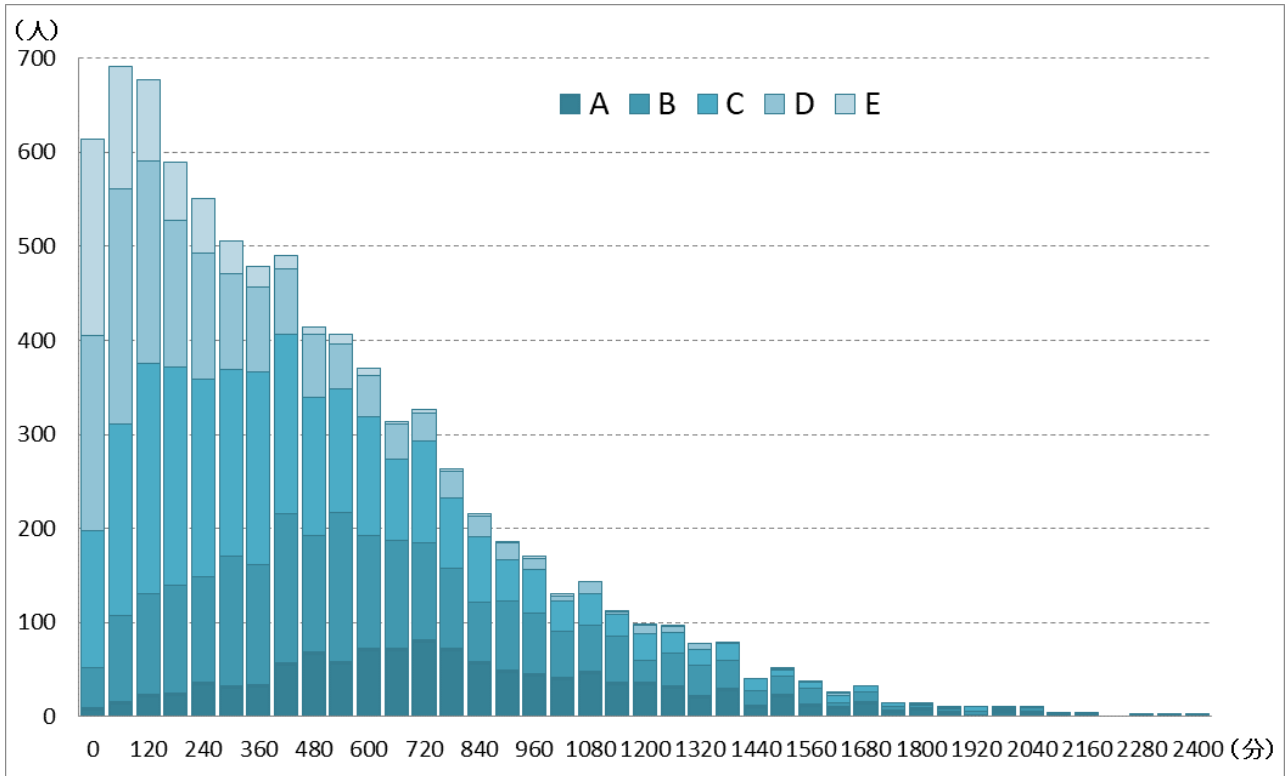


中学校 授業外における1週間の総運動時間 (グラフ27~30、表10、11)

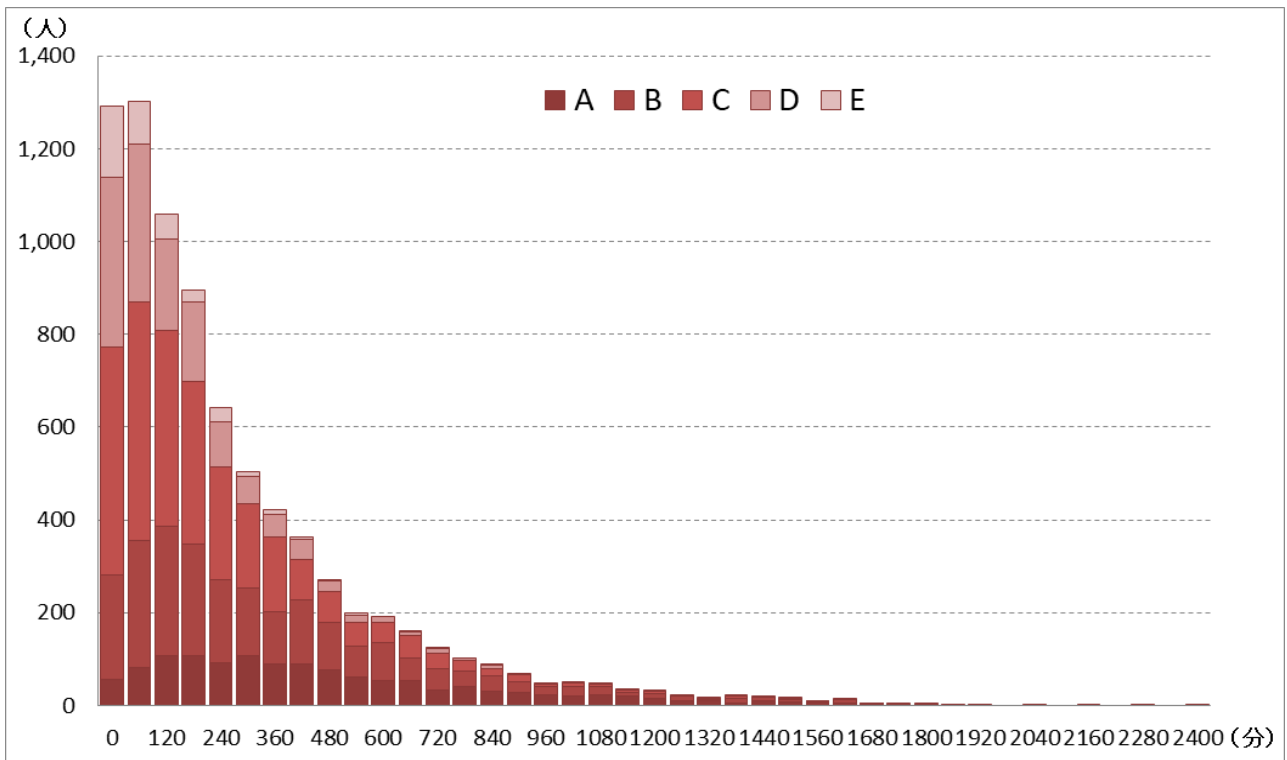
- ・前年に比べ、本県の中学校男子は、0分及び1分以上60分未満が増加し、420分以上の生徒が減少した。
- ・前年に比べ、本県の中学校女子は、0~60分未満が減少し、420分以上の生徒が増加した。本年度、やや改善されてきてはいるものの、依然全国に比べ運動時間が少ない
- ・運動部活動や地域のスポーツクラブへの参加の有無に起因する運動時間の2極化が見られる。

2 授業外における1週間の運動時間と体力合計点総合評価との相関

[グラフ31] 小学校男子 授業外における1週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関



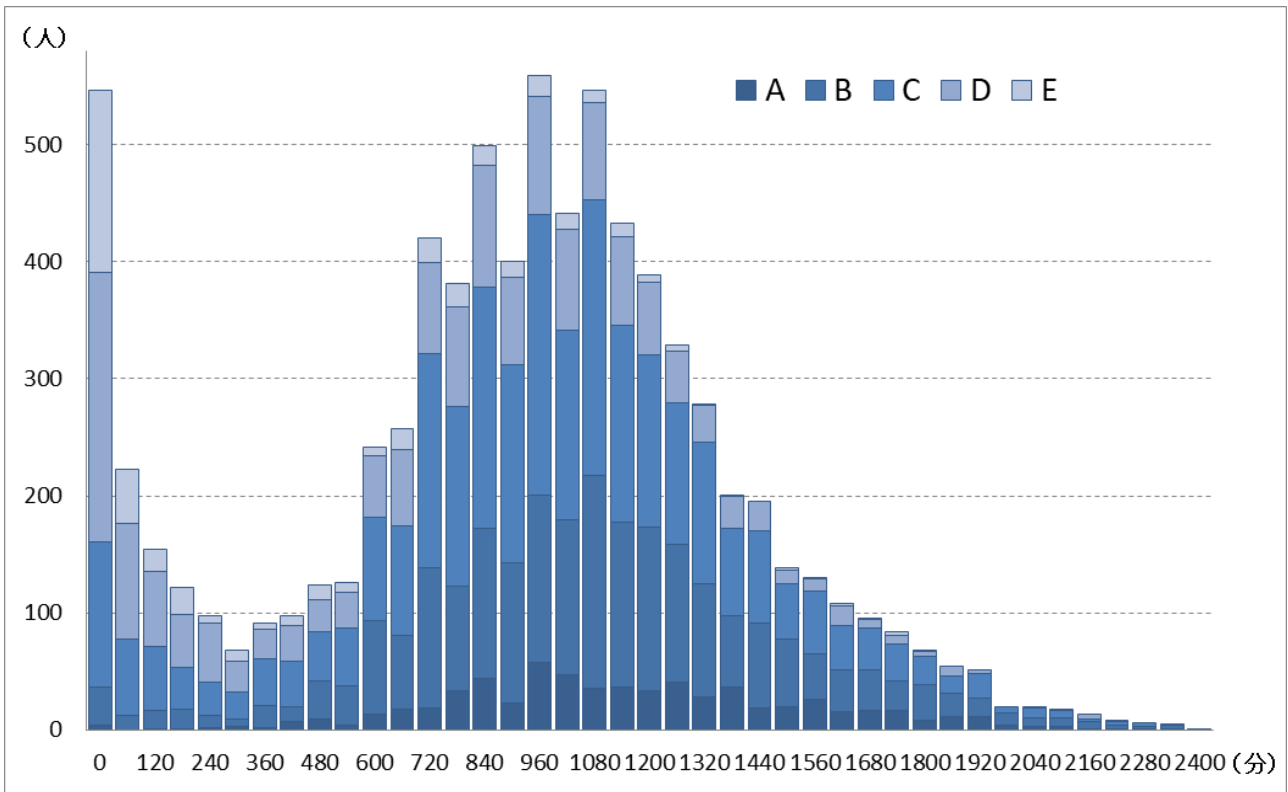
[グラフ32] 小学校女子 授業外における1週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関



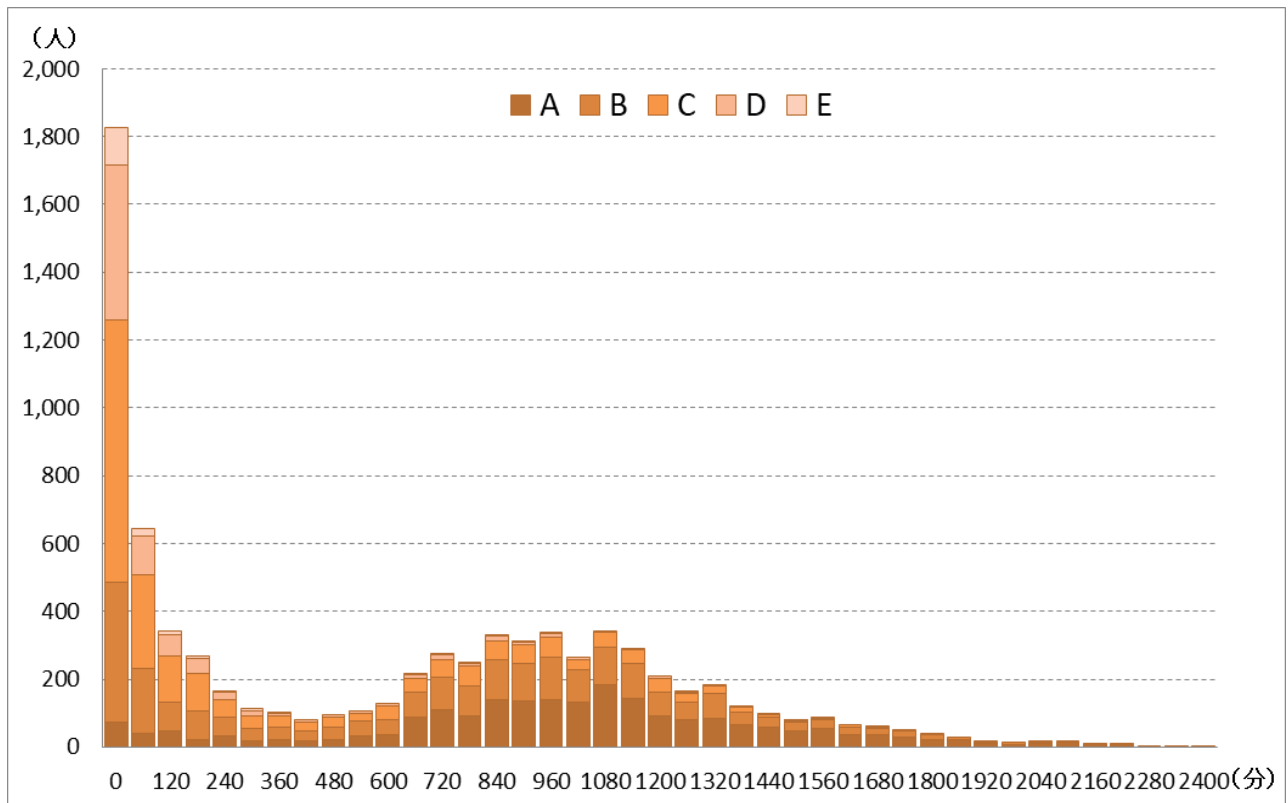
小学校 授業外における1週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関 (グラフ31、32)

- ・男女とも0分及び1分以上60分未満の児童にD、E評価が多く、その傾向は男子の方が顕著に表れている。60分未満の児童は、男子に対し女子は約2倍の人数が存在する。
- ・男子は420分～540分、女子は60分～120分付近の児童が、最もA、B評価の人数が多い。

[グラフ 33] 中学校男子 授業外における 1 週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関



[グラフ 34] 中学校女子 授業外における 1 週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関



中学校 授業外における 1 週間の総運動時間と体力合計点総合評価との相関 (グラフ 33、34)

- ・女子は、0分の生徒が最も多く、その数は男子の約3倍存在する。男女とも0分の生徒にD、E評価が多く、その割合は男子に顕著である。
- ・男女とも、1,080分を頂点にA、B評価の和による正規曲線が見られる。

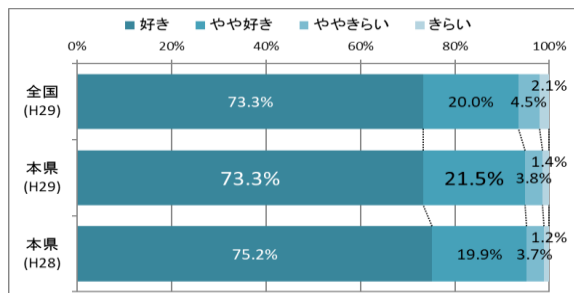
IV 質問紙調査の結果

1 児童生徒質問

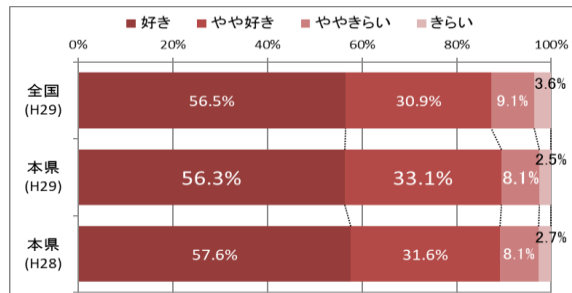
《運動の好き嫌い 体育・保健体育の授業について》

(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。

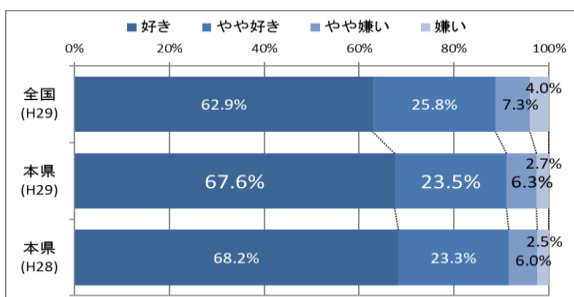
[グラフ 35] 小学校男子



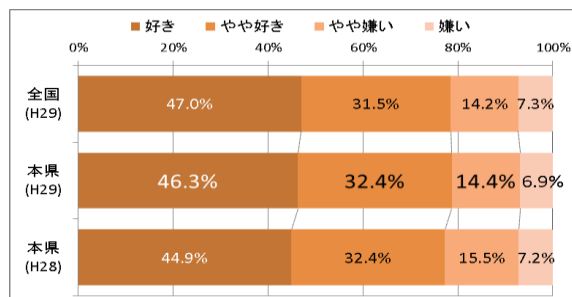
[グラフ 36] 小学校女子



[グラフ 37] 中学校男子



[グラフ 38] 中学校女子

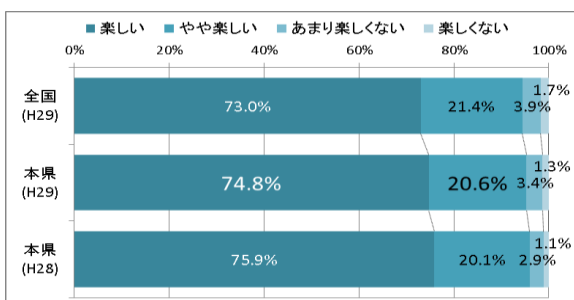


運動の好き嫌い (グラフ 35~38)

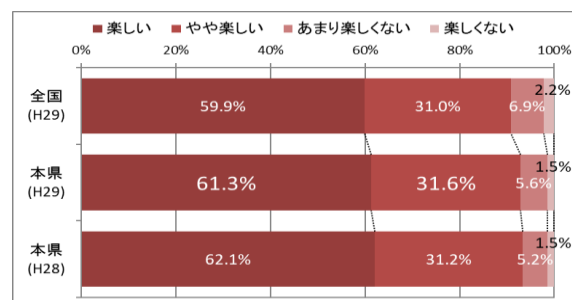
- ・小中学校男女全てにおいて、「好き」「やや好き」との肯定的な回答が、全国を上回った。
- ・小中学校女子は、「好き」「やや好き」割合が前年を上回った。

(2) 体育・保健体育の授業は楽しいですか。

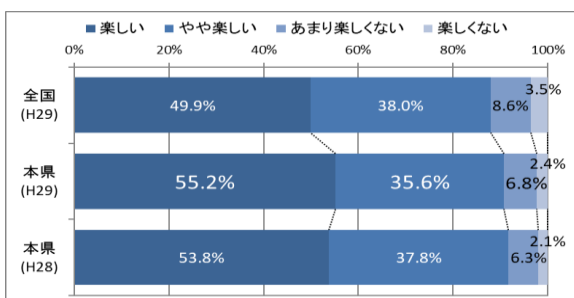
[グラフ 39] 小学校男子



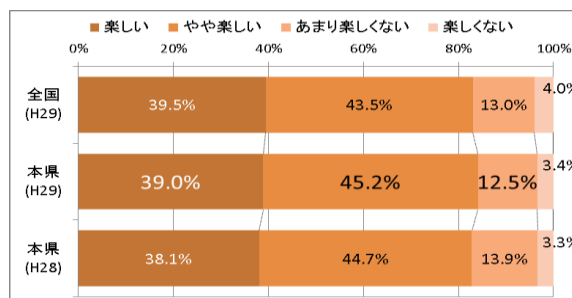
[グラフ 40] 小学校女子



[グラフ 41] 中学校男子



[グラフ 42] 中学校女子



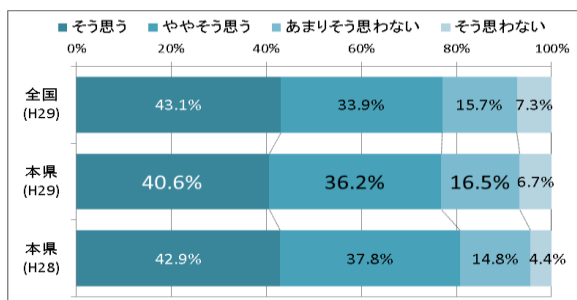
体育・保健体育の授業について (グラフ39~42)

- ・小中学校男女全てにおいて、「楽しい」「やや楽しい」と肯定的な回答が、全国を上回った。
- ・中学校女子は、「楽しい」「やや楽しい」割合が前年を上回った。

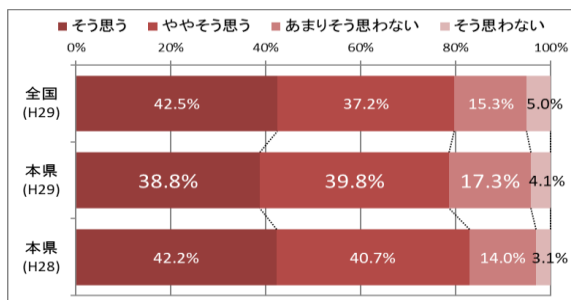
《学習内容の活用 価値化 目標の設定》

(3) 体育・保健体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみたいと思いますか。

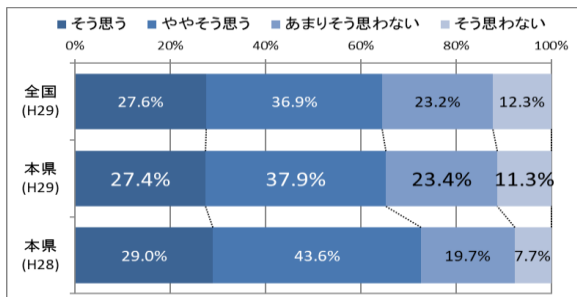
[グラフ 43] 小学校男子



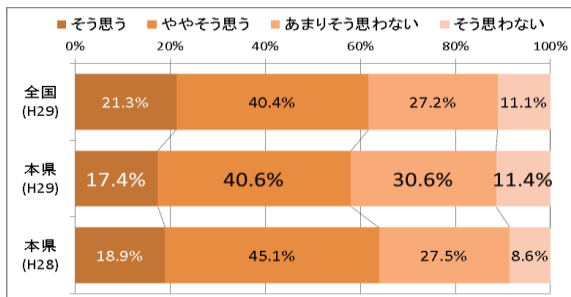
[グラフ 44] 小学校女子



[グラフ 45] 中学校男子



[グラフ 46] 中学校女子

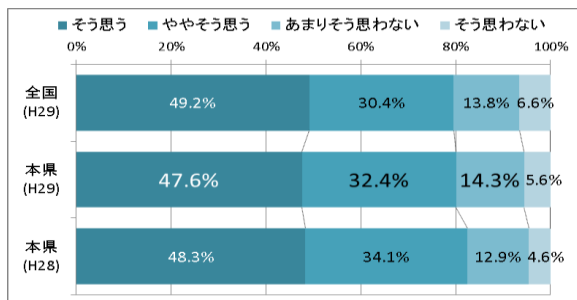


学習内容の活用 (グラフ43~46)

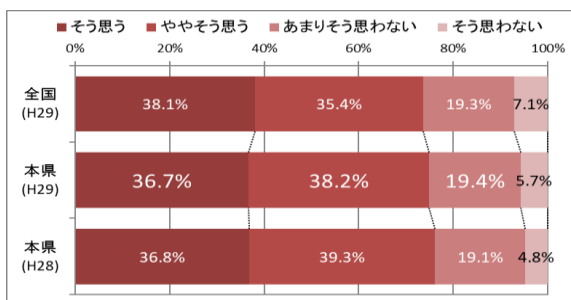
- ・ 体育、保健体育の授業で学んだことを授業以外の時にも行おうとする割合は、小中学校男女全てにおいて前年に比べその割合が減少した。また、その割合は、中学校の男子を除いて全国よりも低い。

(4) 今、体育・保健体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。

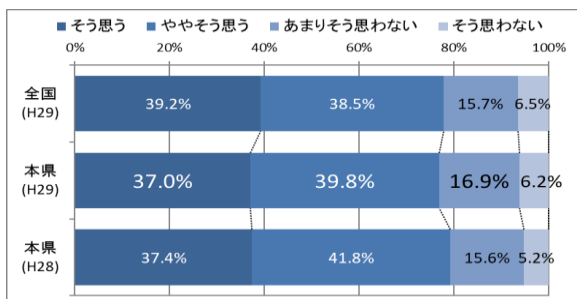
[グラフ 47] 小学校男子



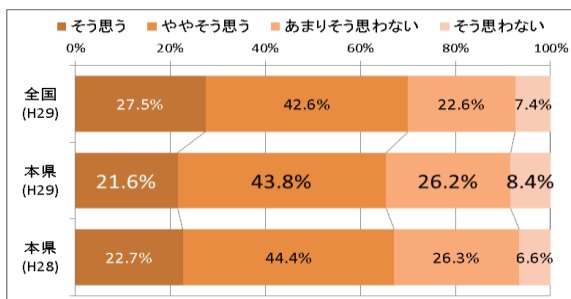
[グラフ 48] 小学校女子



[グラフ 49] 中学校男子



[グラフ 50] 中学校女子

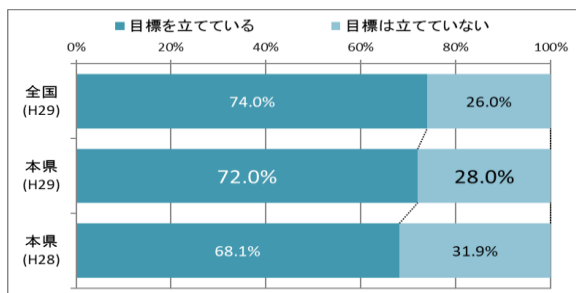


学習内容の活用 価値化 (グラフ47~50)

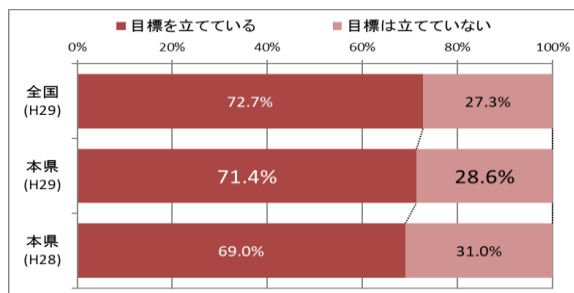
- ・ 体育・保健体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと肯定的に回答している割合は、小中学校男女全てにおいて前年に比べ減少した。また、その割合は、小学校男女では全国を上回るものの、中学校男女では全国を下回る。

(5) 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

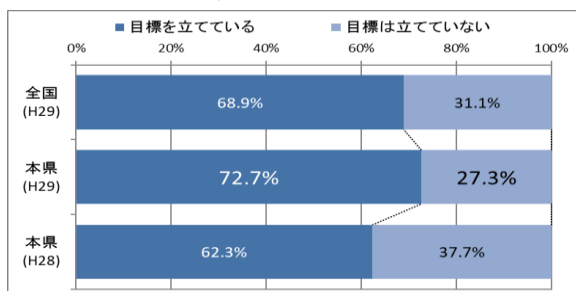
[グラフ 51] 小学校男子



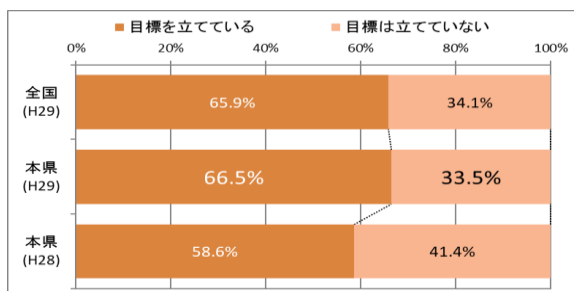
[グラフ 52] 小学校女子



[グラフ 53] 中学校男子



[グラフ 54] 中学校女子



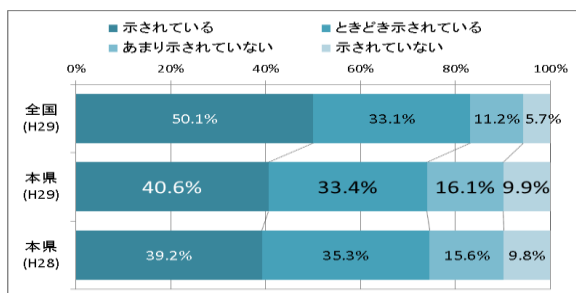
体力・運動能力について目標の設定 (グラフ51~54)

- ・小中学校男女全てで、「目標を立てている」が前年に比べ増加している。
- ・中学校では、男女とも「目標を立てている」が全国平均を上回っているが、小学校では男女とも全国平均に届いていない。

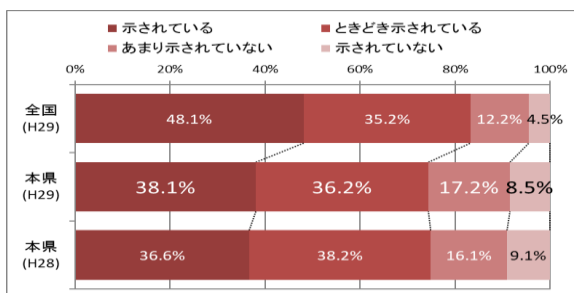
《体育・保健体育の授業内容》

(6) ふだんの体育・保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されていますか。

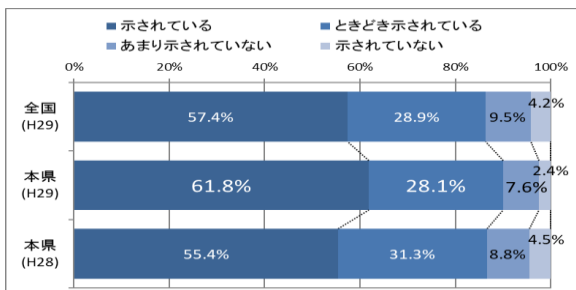
[グラフ 55] 小学校男子



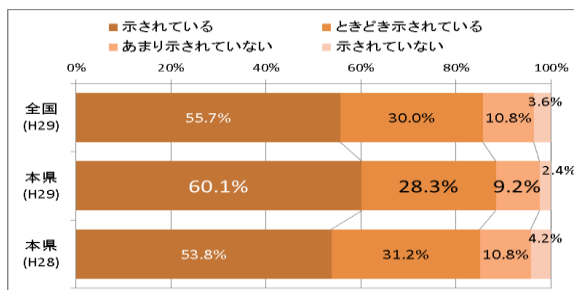
[グラフ 56] 小学校女子



[グラフ 57] 中学校男子



[グラフ 58] 中学校女子

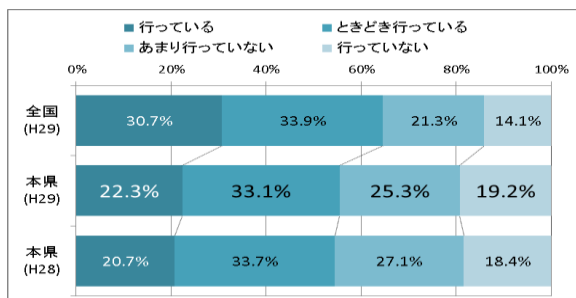


体育・保健体育の授業内容 目標の提示 (グラフ55~58)

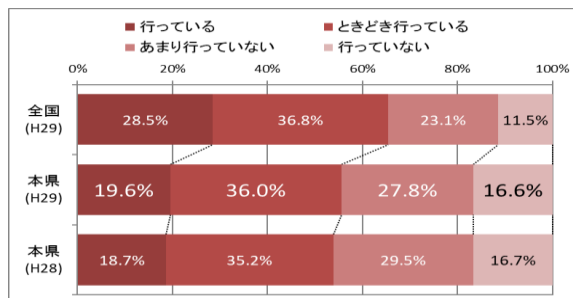
- ・授業目標の提示について、「示されている」と回答した割合は、小中学校男女全てにおいて前年を上回った。
- ・「示されている」「ときどき示されている」と回答した割合を全国と比較すると、中学校では上回るものの、小学校では下回っている。

(7) ふだんの体育・保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容をふり返る活動を行っていますか。

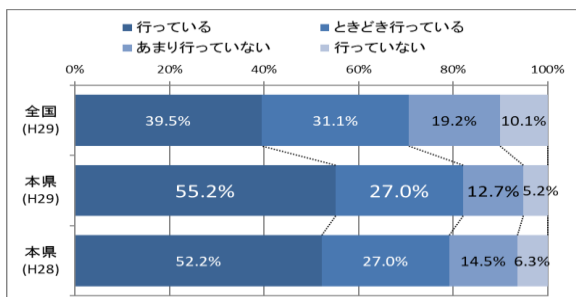
[グラフ 59] 小学校男子



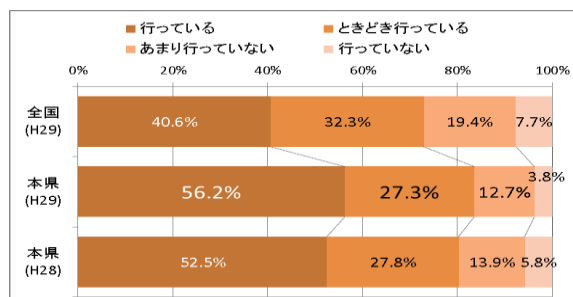
[グラフ 60] 小学校女子



[グラフ 61] 中学校男子



[グラフ 62] 中学校女子



体育・保健体育の授業内容 振り返り

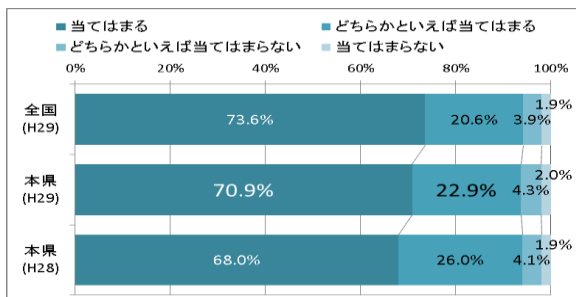
(グラフ59~62)

- ・授業を振り返る活動を「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合は、小中学校男女全てで前年を上回った。
- ・「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合を全国と比較すると、中学校では男女とも上回が、小学校は、男女とも改善は見られるものの、全国平均には届いていない。

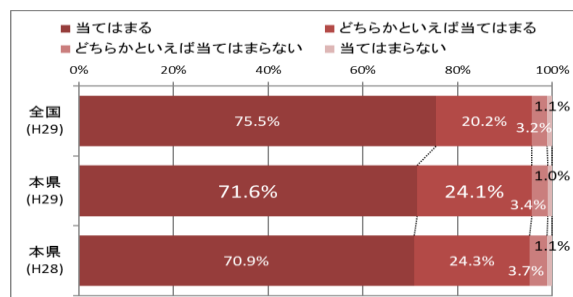
《達成感》

(8) ものごとを最後までやりとげてうれしかったことがある。

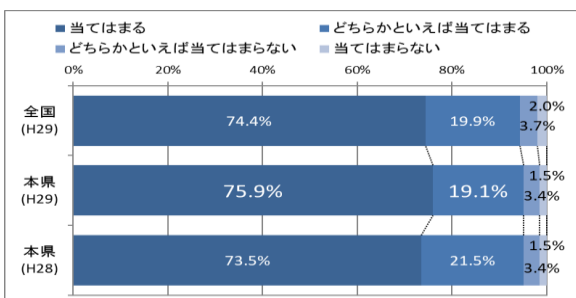
[グラフ 63] 小学校男子



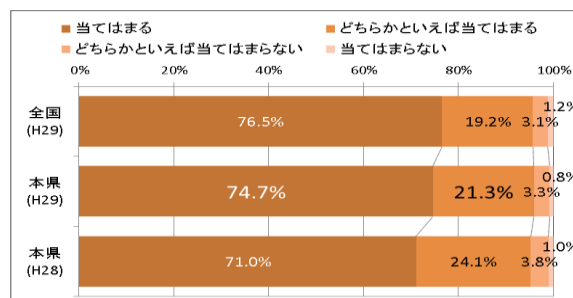
[グラフ 64] 小学校女子



[グラフ 65] 中学校男子



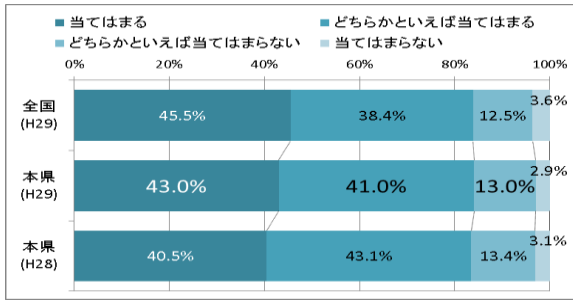
[グラフ 66] 中学校女子



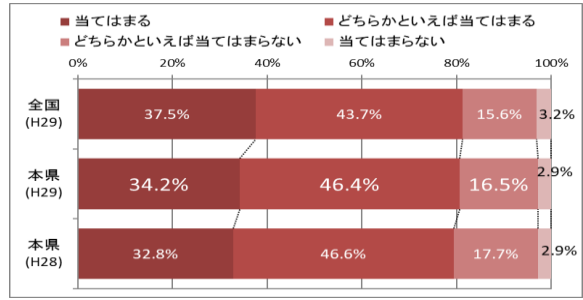
《挑戦》

(9) 難しいことでも、失敗を恐れずに挑戦している。

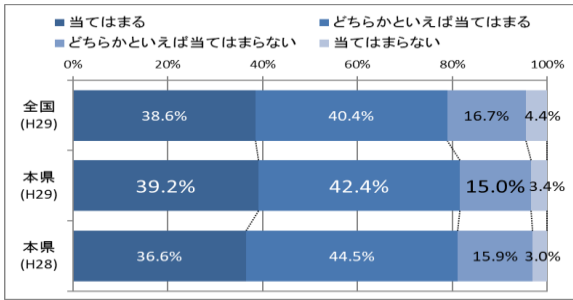
[グラフ 67] 小学校男子



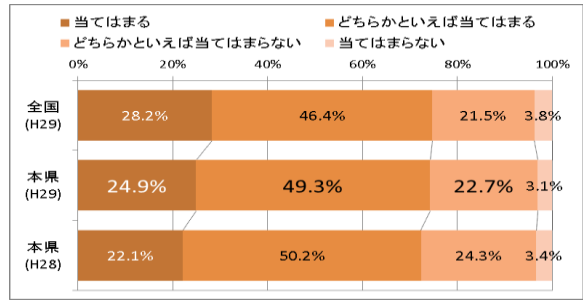
[グラフ 68] 小学校女子



[グラフ 69] 中学校男子



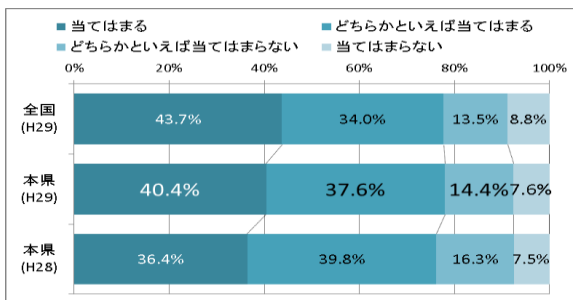
[グラフ 70] 中学校女子



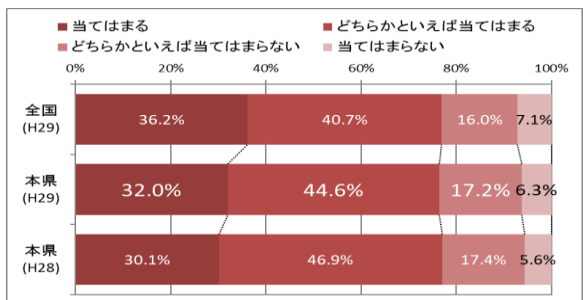
《自己肯定感》

(10) 自分には、よいところがあると思う。

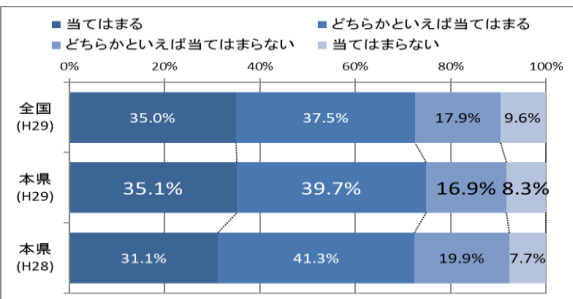
[グラフ 71] 小学校男子



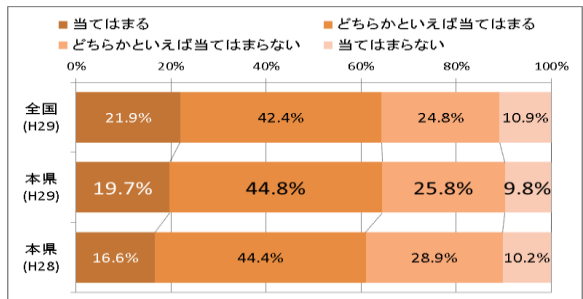
[グラフ 72] 小学校女子



[グラフ 73] 中学校男子



[グラフ 74] 中学校女子



達成感 挑戦 自己肯定感

(グラフ63~74) ※(8)~(10)平成28年度新設質問項目

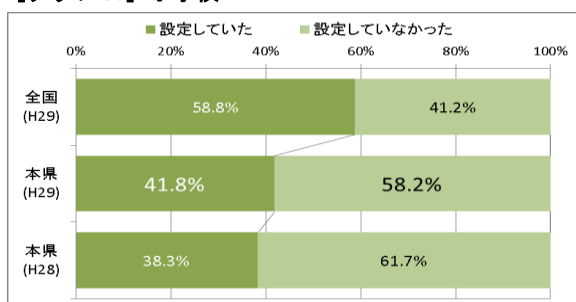
- ・小中学校男女とも、全ての質問項目に対し「当てはまる」と回答した割合が前年より増加した。
- ・中学校男子は、質問項目すべてで「当てはまる」等、肯定的な回答が全国を上回った。
- ・今年度、振り返りの場面での「承認活動」に意識的に取り組んだことが、達成感や自己肯定感が高まった要因として考えられる。

2 学校質問

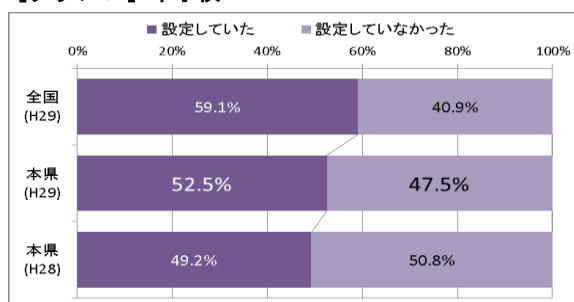
《学校としての体力向上への取組》

(1) 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。

【グラフ 75】 小学校

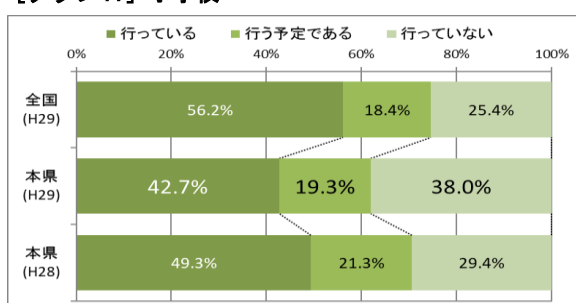


【グラフ 76】 中学校

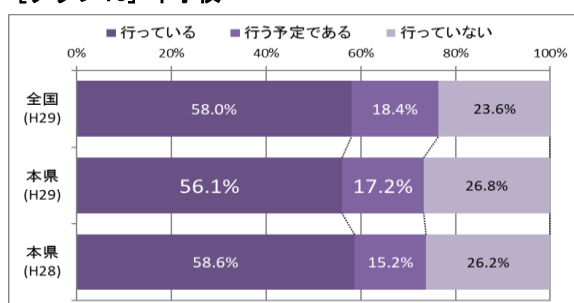


(2) 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向にある児童向けの取組、または性別に応じた取組を現在行っていますか(行う予定はありますか)。

【グラフ 77】 小学校

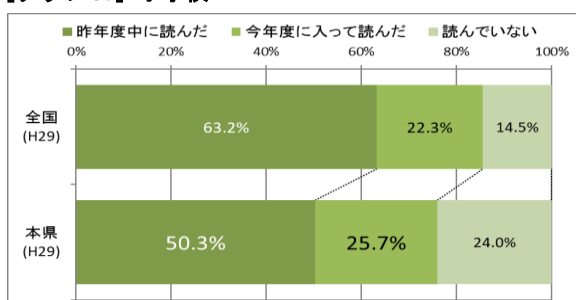


【グラフ 78】 中学校

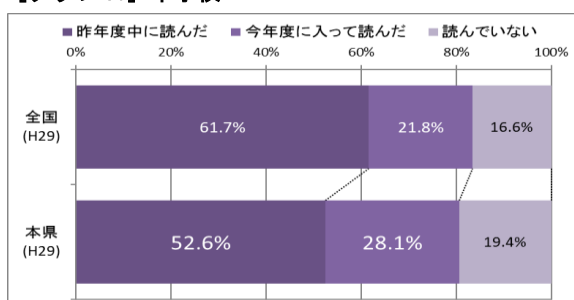


(3) 平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査「報告書」を読みましたか。

【グラフ 79】 小学校

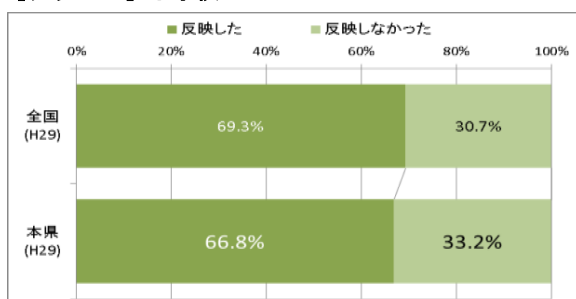


【グラフ 80】 中学校

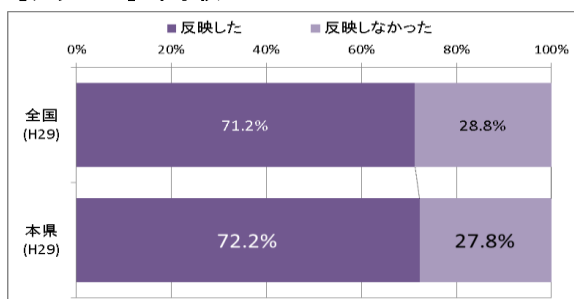


(4) 平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。

【グラフ 81】 小学校



【グラフ 82】 中学校

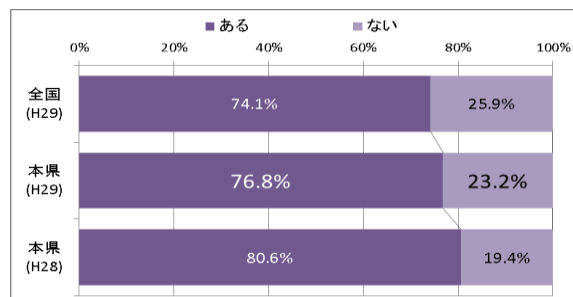


(5) 教員同士で、児童生徒の体力・運動能力の向上に関する取組、体育・保健体育の授業における指導方法の工夫・改善について検討する機会がありますか。

【グラフ83】 小学校

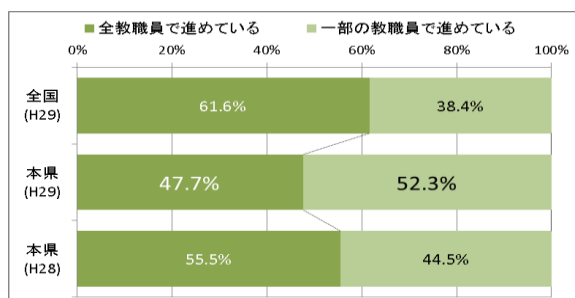


【グラフ84】 中学校

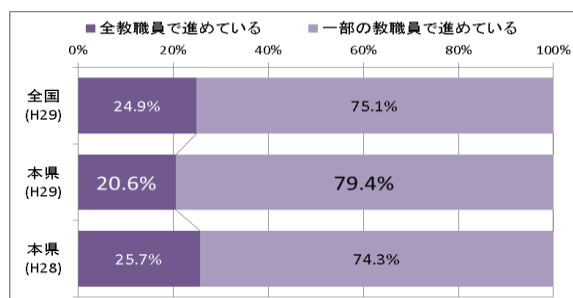


(6) 児童生徒の体力・運動能力の向上に関する取組、体育・保健体育の授業における指導方法の工夫・改善について、教職員はどのように関わって進めていますか。

【グラフ85】 小学校



【グラフ86】 中学校



学校としての体力向上への取組

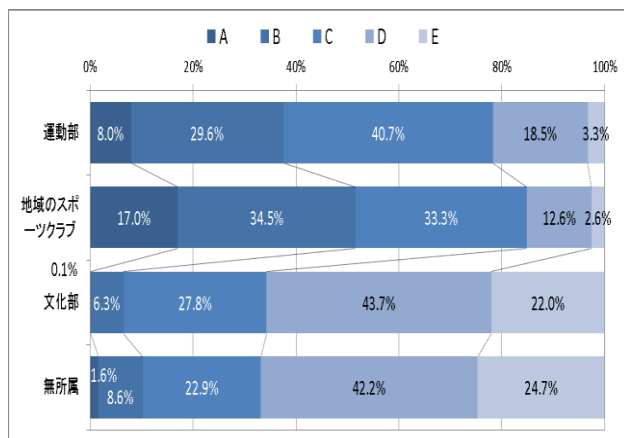
(グラフ75~86) ※(3) (4) 平成29年度新設質問項目

- ・ 体力、運動能力向上のための学校目標を設定している割合は、小中学校ともに昨年よりも増加したが、全国を下回る。
- ・ 運動・スポーツが苦手（嫌い）な傾向にある児童向けの取組、または性別に応じた取組を現在行っている学校は、小中学校ともに前年に比べ減少している。
- ・ 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の「報告書」を読んでいる割合が、全国より低い。
- ・ 調査結果を年間指導計画に反映した割合は、全国に比べ小学校は下回ったが、中学校は上回った。
- ・ 体力向上や体育の授業の対し、職員が検討する機会がないと回答した学校が、昨年に比べ小中学校ともに増加した。また、小学校は、全国の割合に届いていない。また、全職員で進めていると回答した学校の割合が減少し、小中学校ともに全国を下回っている。

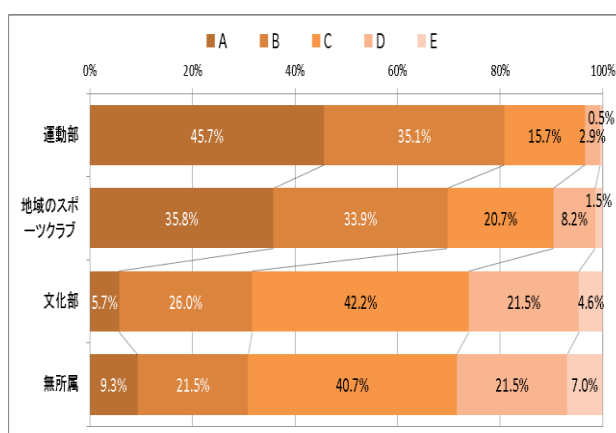
V 中学校の運動部活動

1 本県の運動部等の所属状況と総合評価との相関

[グラフ 87] 中学校男子 所属状況と体力合計点総合評価



[グラフ 88] 中学校女子 所属状況と体力合計点総合評価



* 運動部は、「運動部+文化部」「運動部+地域スポーツクラブ」「運動部+文化部+地域スポーツクラブ」を含む。
また、地域スポーツクラブは、「地域スポーツクラブ+文化部」を含む。

所属状況と体力合計点総合評価との相関

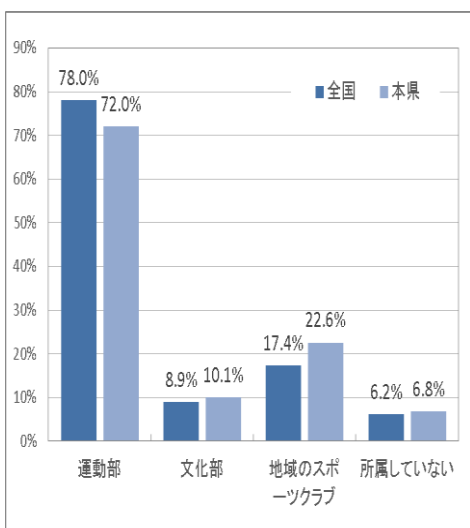
(グラフ 87、88)

- 男子は、地域のスポーツクラブが、女子は、運動部に所属している生徒が、体力合計点総合評価におけるA・B判定の割合が最も高い。
- 運動部や地域のスポーツクラブに所属している生徒の体力合計点総合評価におけるA、B判定の割合が高いのは、女子の方が顕著である。

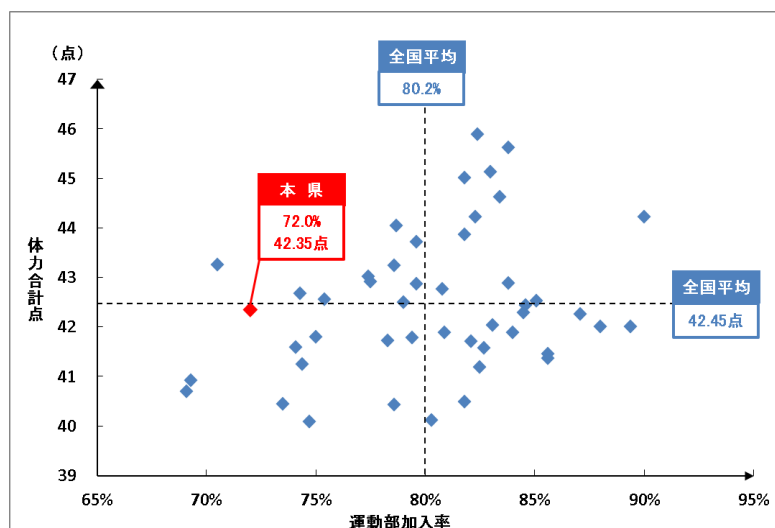
2 部活動等の所属状況及び運動部加入率と体力合計点との相関

[生徒質問紙 5] 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。* 複数回答可

[グラフ 89] 中学校男子 所属状況 (全国比)

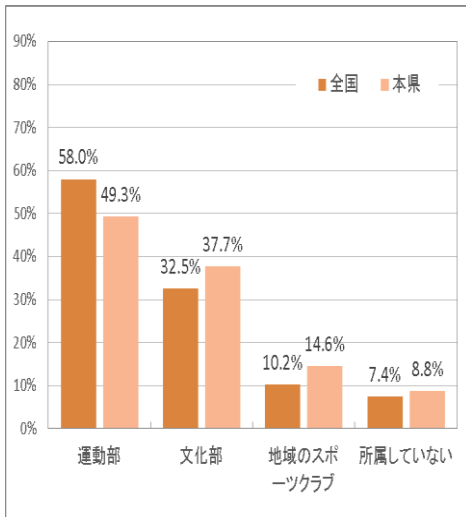


[グラフ 90] 運動部加入率と体力合計点の相関

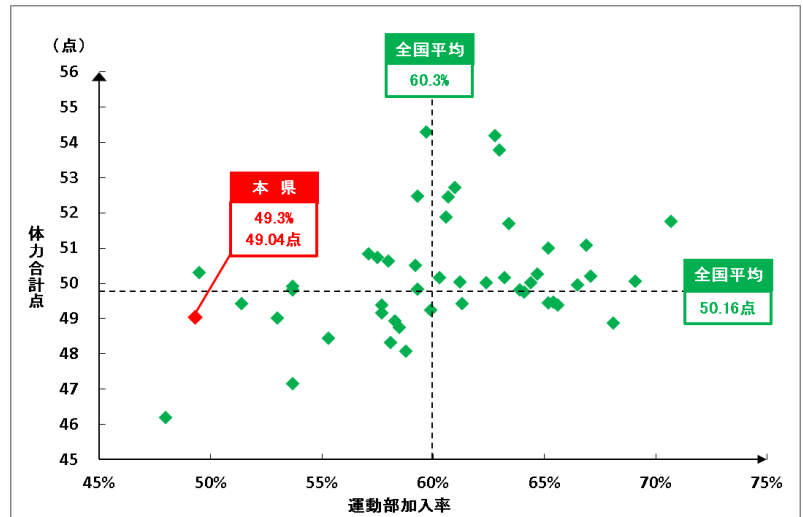


* 47 都道府県のそれぞれの運動加入率と体力合計点を散布図に表した。

[グラフ 91] 中学校女子 所属状況 (全国比)



[グラフ 92] 運動部加入率と体力合計点の相関



* 47 都道府県のそれぞれの運動加入率と体力合計点を散布図に表した。

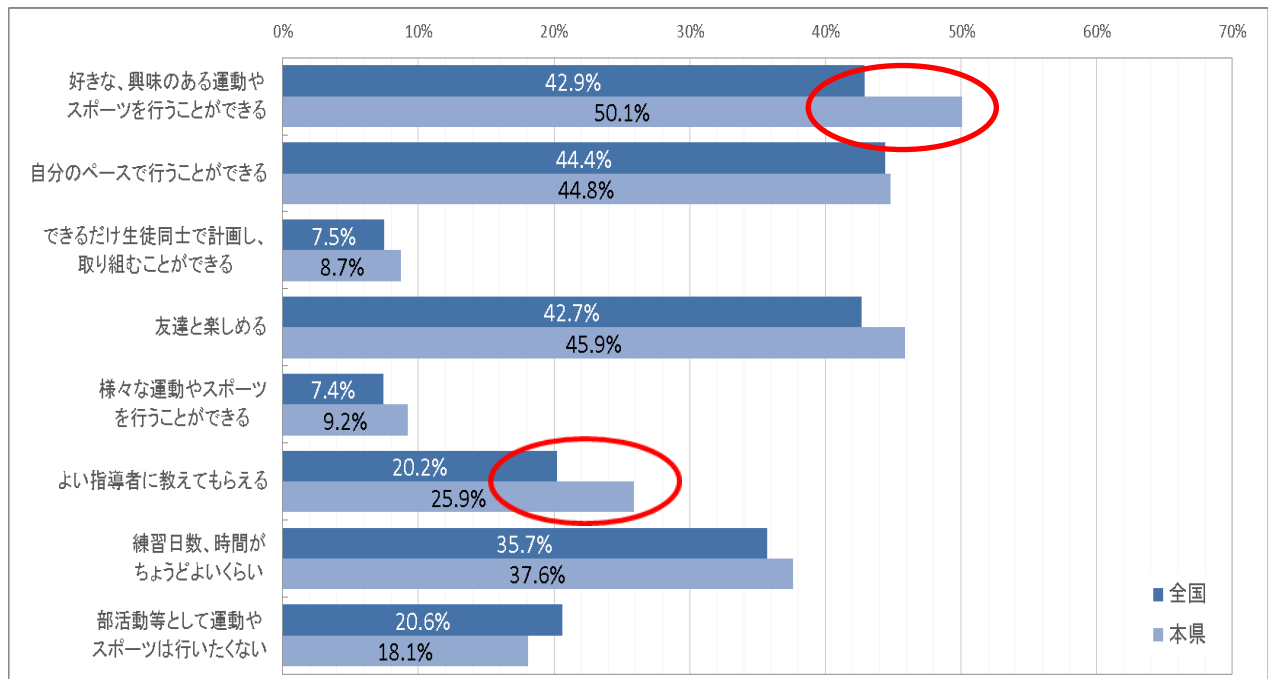
部活動等の所属状況及び運動部加入率と体力合計点の相関 (グラフ 89~92)

- ・男女とも運動部の所属率は全国平均より低い。(男子 44 位、女子 46 位)
- ・男女とも文化部と地域のスポーツクラブの所属率は高く、特に、女子の文化部所属率は全国 1 位。
- ・男女とも部活動や地域のスポーツクラブに所属していない割合が全国より高い。
- ・運動部加入率が全国平均より低い都道府県は、体力合計点も低い傾向にある。

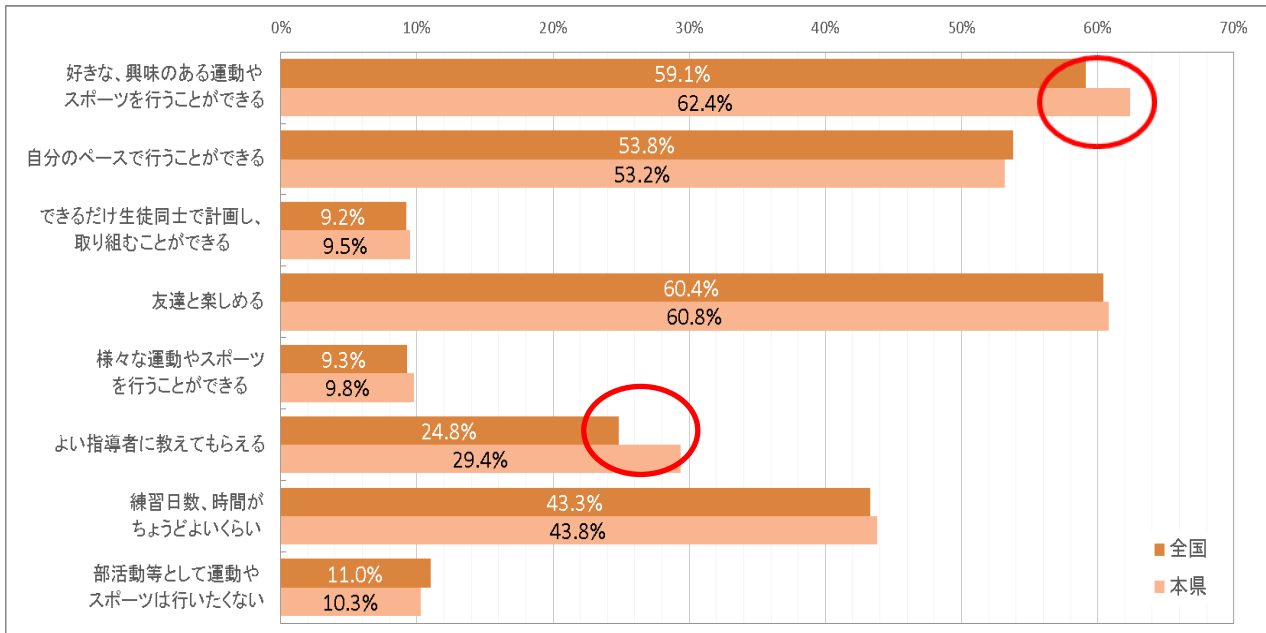
3 運動部活動への参加条件

[生徒質問紙 10-2] どのような条件があれば、運動部活動に参加したいと思いますか。 * 複数回答可

[グラフ 93] 中学校男子 「文化部」「所属していない」と答えた人の運動部活動への参加条件 (全国比)



[グラフ 94] 中学校女子 「文化部」「所属していない」と答えた人の運動部活動への参加条件（全国比）



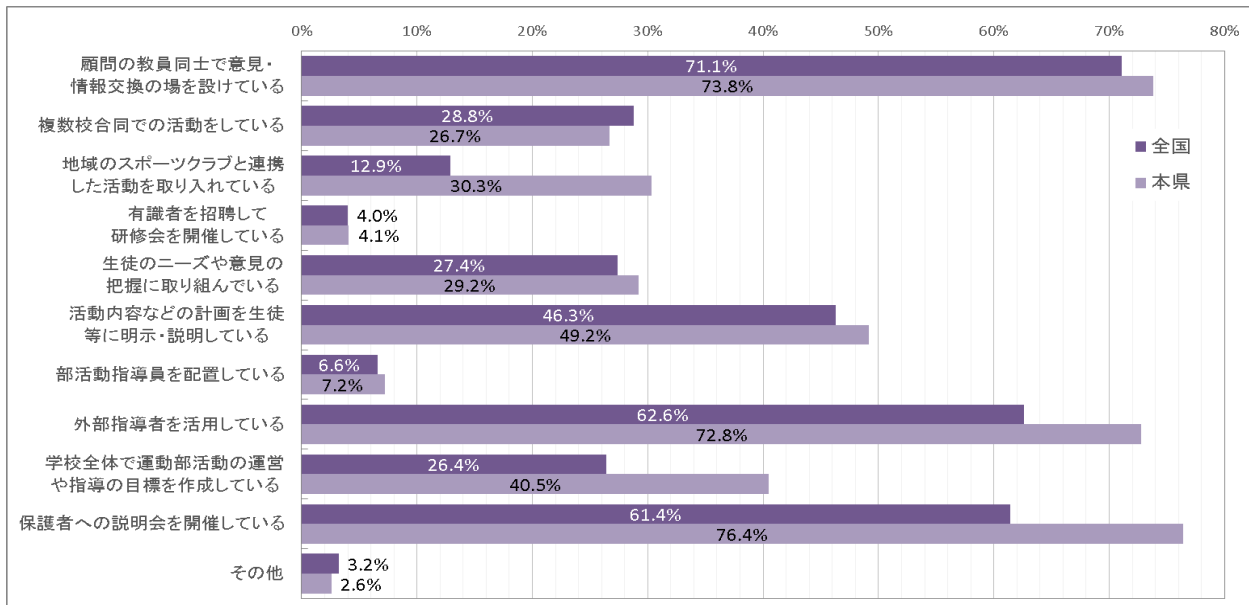
運動部活動への参加条件 (グラフ 93、94)

- ・男女とも「好きな、興味のある種目を行うことができる」が全国平均より高く、小中規模校が多いために部の設置数が限られ、自分のやりたい種目ができない本県の特徴が浮かび上がっている。
- ・「友だちと楽しめる」ことや「自分のペースで行うことができる」「練習日数、時間がちょうどよい」等の条件を挙げている生徒が多い。
- ・「よい指導者に教えてもらえる」が、男女とも全国を上回っている。

4 指導内容や指導方法の充実のための取組

[学校質問紙 20] 運動部活動での指導内容や指導方法の充実のためにどのような取組を行っていますか。

[グラフ 95] 運動部活動での指導内容や指導方法の充実のための取組



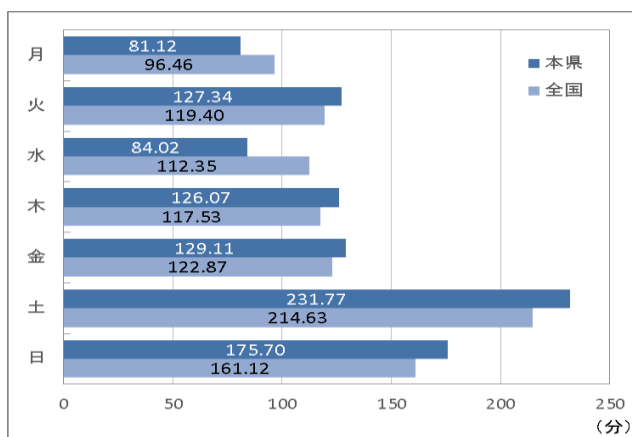
指導内容や指導方法の充実のための取組 (グラフ 95)

- ・「学校全体で運動部活動の運営や目標を作成」「保護者説明会の開催」の割合が高く、全国に比べ本県の運動部活動は目標を保護者に説明し、理解を図った上で行っている。
- ・「地域のスポーツクラブと連携した活動」「外部指導者の活用」の割合が全国より高く、運動部活動運営にあたっては、外部と連携しながら推進していることが伺える。

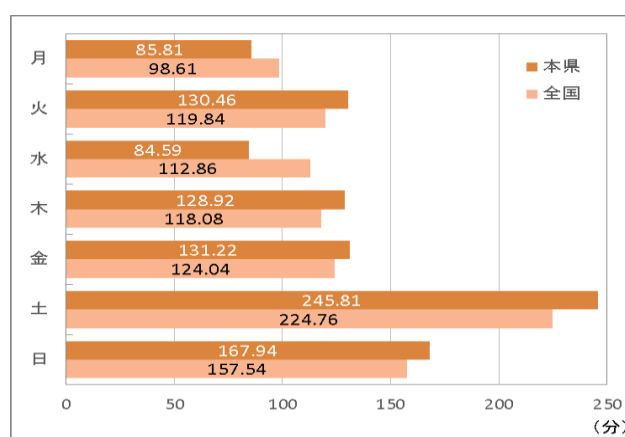
5 曜日ごとの運動実施と1週間の運動実施平均時間

[生徒質問紙5] 各曜日ごとの運動部活動の活動時間について記入してください。

[グラフ96] 男子の曜日ごとの運動実施平均時間



[グラフ97] 女子の曜日ごとの運動実施平均時間



曜日ごとの運動実施平均時間 (グラフ96~97)

- ・本県ではノー一部活デーを月曜又は水曜に設定する学校が多く、実施率並びに実施時間が全国平均より低い。
- ・1週間における運動部活動の運動実施時間は、男子は約11分、女子は約18分、全国平均より長い。

VI 体力向上に向けた実践事例

子どもとつくる体力アッププログラム

中野市立高丘小学校

1 はじめに

本年度本校5年生は、自らの体力を高める活動として「体力アッププログラム」に取り組んできた。まず、昨年度の体力テストの結果を見返す中で、子ども自身が自らの体力のよさや課題を知り、今後伸ばしていきたい点を明確にした。教師が紹介した運動を実際にどの身体の部位を使っているのかを意識しながら試し、自らの体力アッププログラムを作成していった。その中で、「ジャングルジム鬼ごっこはどう」「鉄棒もいいんじゃない」などと子どもたちの方からも、普段の遊びや運動をプログラムに取り入れようとし始めた。こうして、自らの体力アッププログラムを作成した子どもたちは、朝の活動の時間や体育授業の15分間などを利用し、体を動かすようになった。

2 子どもたちが行っている体力アッププログラムメニュー

<p>○移動系の運動…はう、走る・跳ぶ クマ歩き・クモ歩き（鬼ごっこも）・馬とび 10秒鬼ごっこ・コーンタッチ走・おんぶ ラダーどんジャンケン・おしりジャンプ ジャンプ足たたき・正座から立つ・手押し車 大縄ぐり抜け・ぞうきんスライダー ジャングルジム鬼ごっこ など</p>	<p>○非移動系の運動 その場で押す・引く ぶら下がる ストレッチ ぞうきんスライダー・カエル倒立・足たたき ストレッチ（肩甲骨 腿の裏 股関節など） ペアストレッチ バランス崩し（しゃがんで 手つなぎケンケン） など</p>
<p>○操作系の運動 … つかむ・投げる・運ぶ 紙鉄砲・めんこ・キャッチボール バトンスロー・グーパー体操 など</p>	<p>○バランス系の運動 … バランス立ち 乗る・渡る バランス（立って片足 座って開脚閉脚 水平 時計バランス） など</p>

クマ歩き



10秒鬼ごっこ



ぞうきんスライダー



バトンスロー



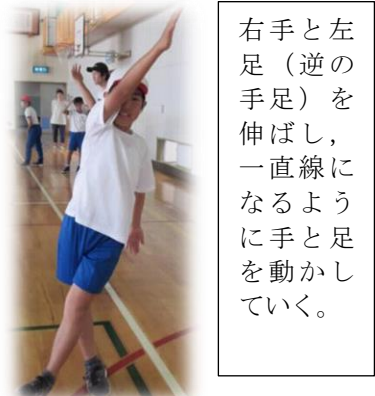
手すりにくくりつけたロープにバトンを通し、そのバトンを投げる。

コーンタッチ走



設置したコーンにタッチしながら進んでいく。

時計バランス



右手と左足（逆の手足）を伸ばし、一直線になるように手と足を動かしていく。

3 養護教諭との連携

体力アッププログラムを進めていくにあたり養護教諭とも連携し、運動以外の食事と睡眠についての保健指導も行った。ただ運動をたくさんすることが体力向上につながるのではなく、バランスのよい食事・適度な睡眠・運動の全てが大切であることを知った子どもたちは、日々の生活を見直し自らの体力アッププログラムに活かしていった。

4 子どもたちの様子

この体力アッププログラムでは、運動が苦手な子どもも得意な子どもも一緒になって楽しみながら活動することができた。友だちと体を動かすことでかかわりが生まれ、一人では感じることでできない喜びを感じることができ、運動が苦手な子どもたちの運動へ向かう姿勢が変容してきたように思う。「楽しかったからまたみんなと一緒に体を動かしたい」と運動のよさを感じ、自ら体を動かそうとしていくきっかけとなった。

5 おわりに

今回の体力アッププログラムを5年児童が体育集会で全校にも紹介した。どの学年においても楽しく運動している児童の姿が多く見られた。今後も「高丘小体力アッププログラム」として継続して行い、学校の財産としていきたい。

<参考> 中野市立高丘小学校

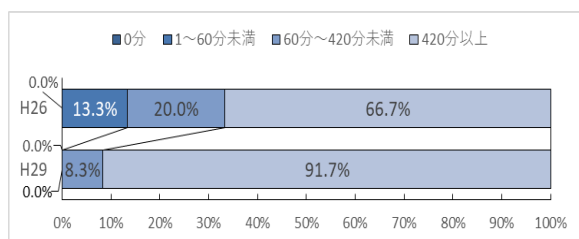
全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果（平成26年度と本年度の比較）

【体力合計点と運動時間】

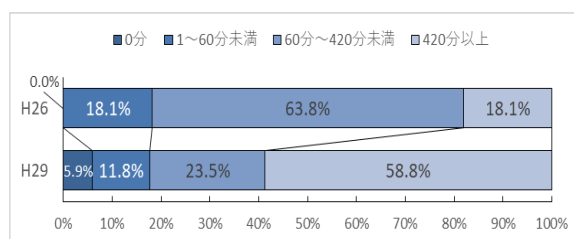
		男子		女子	
		H26	H29	H26	H29
体力合計点		49.20	62.00	52.18	68.42
（段階別） 総合評価	A	0.0	41.7	0.0	91.7
	B	6.7	33.3	27.3	0.0
	C	46.7	16.7	45.5	8.3
	D	26.7	8.3	18.2	0.0
	E	20.0	0.0	9.1	0.0
(A+B) - (D+E)		-40.0	66.7	0	91.7
1週間の運動時間の平均（分）		739.8	806.8	323.9	537.4
60分未満の割合（%）		0.0	0.0	0.0	5.9

【一週間の総運動時間】

男子

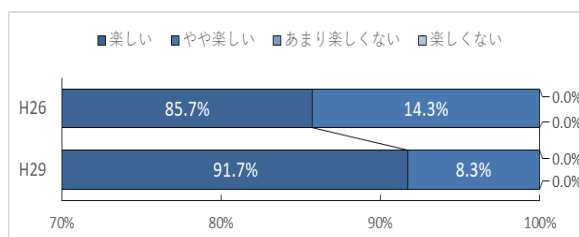


女子

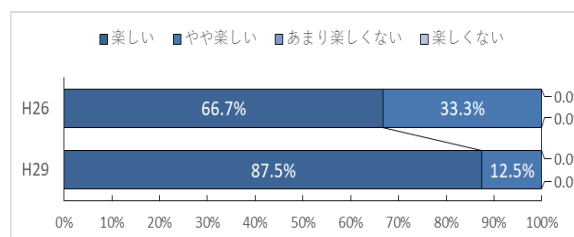


【体育の授業は楽しいですか】

男子



女子



<参考> 下記もご覧いただき、取組の参考にしてください。

平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書（平成30年2月スポーツ庁）
「運動好きな子供たちの育成を目指して」 長野市教育委員会

Ⅶ 体力向上に向けた成果と課題及び今後の取組

成果

市町村教育委員会の施策や各学校の取組、教員による授業改善により、平成29年度本調査において、本県小中学校の児童生徒の体力や運動への意識において、特に以下の点が成果としてあげられる。

- 小学校男女及び中学校女子の体力合計点は、前年を上回るとともに、本調査での最高値を記録した。
- 小学校実技8種目中、男子は5種目、女子は7種目で前年に比べ記録が向上した。
- 中学校実技8種目中、男子は3種目、女子は7種目で前年に比べ記録が向上した。
- 小中学校男女全てにおいて、運動やスポーツをすることが好き、やや好き、という肯定的な回答の割合が前年を上回るとともに、全国平均を上回った。
- 中学校女子の体育・保健体育の授業が楽しい、やや楽しい、という肯定的な回答の割合が、前年を上回り、小中学校男女全てにおいて全国平均を上回った。
- 平成29年度の重点であった「承認活動を位置付けた振り返り場面の設定」により、達成感、挑戦、自己肯定感に係る質問項目全てにおいて、小中学校男女とも肯定的な回答が前年を上回った。

課題

体力の向上及び総運動実施時間と相関関係が認められる児童生徒及び学校質問紙調査項目（スポーツ庁）の中で、本県における課題項目は以下のとおりであった。

<児童生徒質問紙>

- 体育の授業で学んだことを他でも行ってみたい。
- 体育の授業内容は、将来役に立つと思うか。
- 体力テスト等の結果に自分なりに目標を立てている。

<学校質問紙>

- 学校及び学年の体力・運動能力向上の目標の設定
- 運動・スポーツが苦手な児童生徒向けの取組、性別に応じた取組
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書の活用
- 調査結果を踏まえた年間指導計画の改善
- 教員同士での取組、指導方法の工夫・改善についての検討機会
- 取組、指導方法の工夫・改善についての教職員の関わり方

1 全教職員が課題を共有して学校全体としての取組

① 「体力向上プラン」の推進

各校では、校長のリーダーシップのもと、体育主任がマネジメント力を発揮し、体力向上委員会等、自校児童生徒の体力や運動習慣について検討する場を設け、特に、1週間の総運動実施時間が60分未満の児童生徒の減少を意識した「体力向上プラン」の作成し、教育活動全体を通して体力向上に取り組む。

・PDCAサイクルの確立

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」や県の体力テストフィードバックシステムを活用し、全教職員共通認識のもと、成果と課題を把握した上で明確な目標を設定し、1校1運動を中核とした「体力向上プラン」を見直し、PDCAサイクルを確立する。

・「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」対象学年以外でも体力テストを実施

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」対象学年以外でも体力テストを実施することで、児童生徒に自身の体力について関心を持たせるとともに、特に小学校では、対象学年以外の教職員とも担当する児童の体力・運動能力の状況を共有し、客観的な分析・考察に基づきながら体力向上への取組を行う。

② 小中連携で体力向上

小中学校が連携して体力向上に取り組む、情報を共有して、系統的な指導ができるように、体育・保健

体育の授業やスポーツ活動の工夫改善を行う。

・ 1校1運動の日常化

体育授業を除いた1週間の総運動実施時間60分未満の児童生徒を減少させるため、体育・保健体育の授業以外に日常的に体を動かす時間や場を設定し、1校1運動が行事だけの活動ではなく、日常かつ継続的な活動になるように計画、実践し、総運動実施時間にも反映させる。

2 子どもの意欲を引き出す授業への改善

① 各校における授業改善

- ・授業において、「目標の提示」や承認活動を位置付けた「振り返る活動」を必ず実施し、子どもが動きの高まりや学び方のよさを実感しながら意欲的に運動に取り組めるようにする。
- ・保健や他教科との関連を図りながら、運動やスポーツの意義や価値を位置付けることで、休み時間や休日での活動、運動実践につながるようにする。
- ・「運動が苦手」という児童生徒を減らすため、新学習指導要領に対応した運動・スポーツに対する多様なかわり「する 見る 支える 知る」を意識した授業を行う。
- ・各領域の運動特性に応じたウォーミングアップや補強運動を工夫し、自校での課題のある体力要素を継続的に向上させる内容を授業に位置付ける。
- ・子どもたちが意欲的に取り組めるような走運動等を工夫し、授業で継続的に取り組む。
平成29年度作成「走力アップがやる気アップに」(走運動指導用DVD)活用

② 教員の指導力向上

- ・教員の研修・研究授業を充実させ、指導主事・専門主事による支援を活用して共に授業づくりを行う中で改善の方向を共有し、指導力の向上を図る。
- ・平成30年度新設体育センター研修講座「小学校体育授業づくりの基礎基本」の活用を促す。
- ・各都市伝達講習会において、教員研修センター主催の「子どもの体力向上指導者養成研修」の内容を学び、各校の授業に活かすようにする。
- *県教育委員会では以下の取組を行い、教員の指導力向上をサポートする。
 - ・体育(保健体育)の授業や1校1運動の改善に活用できるように、「体づくり運動実技講習会」を開催し、小・中学校の課題となっている体力要素や運動能力の向上に向けて専門的に研究を行っている講師を学校に派遣する。
小学校…疾走能力・スピードの向上を目指して「走る」運動を中心とした実技講習会
中学校…体幹を鍛えてバランスや運動能力の向上を目指す実技講習会

3 運動部活動の充実

運動部活動の環境づくり推進

- ・各校のスポーツ活動運営委員会において、「長野県中学生期のスポーツ活動指針」の理念に基づいた中学生の心身の発育・発達段階に応じた適切で効果的な指導や運営により、生徒が自主的・自発的に取り組む運動部活動の環境づくりを推進する。
- ・「運動部活動指導・運営実践マニュアル集」のさらなる活用を図り、科学的かつ効果的な指導の推進をする。
- ・部活動指導員をはじめとする地域の指導者と連携し、専門性を活かした指導を推進する。
- ・文化部活動内での運動の実施、ゆるいスポーツ活動等による運動未実施生徒へのフォローアップを行う。
- ・コンディショニングサポートメンバーの派遣により、発育期に応じたトレーニングの処方を行う。

4 幼児期からの運動遊びの普及

長野県版運動プログラム「幼児期からの運動遊び」の普及

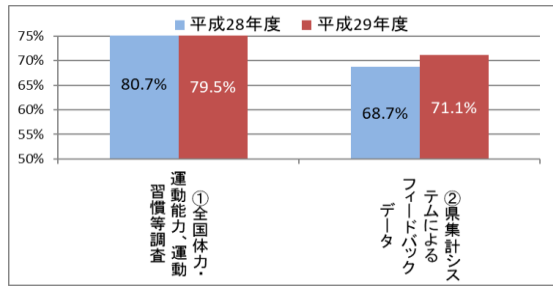
- ・長野県版運動プログラム「幼児期からの運動遊び」(H26)を活用して保育園や幼稚園において運動遊びが活発に行われるよう支援するとともに、幼保小の連携を図る上でも小学校への普及を図る。

- ・「小学校走運動指導用DVD」(H29)を活用し、小学校走運動指導への取組を行う。
- ・長野県版運動プログラム未実施市町村へ大学教員等を派遣し、「キッズ運動遊びどこでもゼミナール」や「体づくり運動実技講習会」を開催し、幼・保・小・中学校の児童生徒や保護者、地域の指導者等へ、幼児期からの運動遊びや運動習慣形成の大切さを啓発する。
- ・地域の人材を活用し、幼・保育園、小学校での指導、運動遊び教室の開催を行う。
- ・体育センター主催による長野県版運動プログラム普及講座への参加を呼びかける。

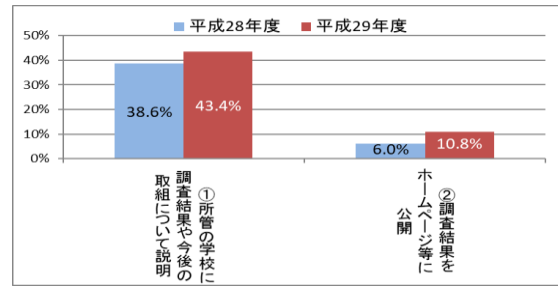
5 市町村教育委員会の支援

体力向上施策に係る市町村（学校組合立）教育委員会の調査結果（スポーツ課調査）を以下にまとめた。

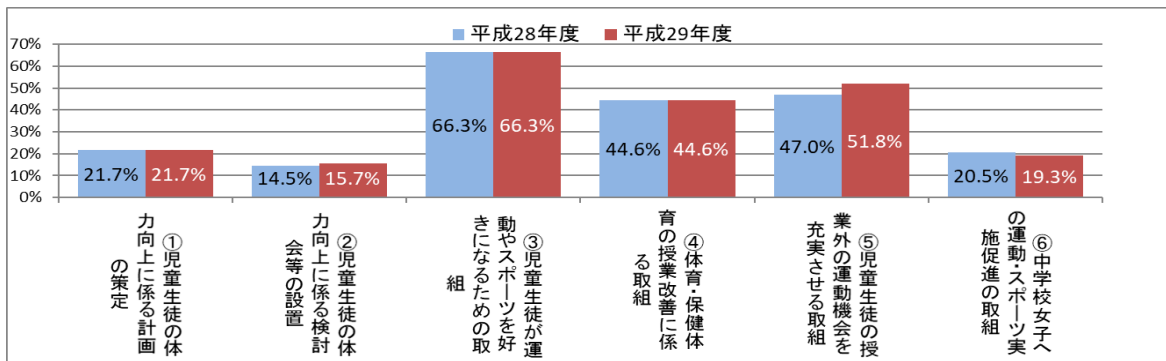
[グラフ 98] 新体カテスト結果の分析・評価について



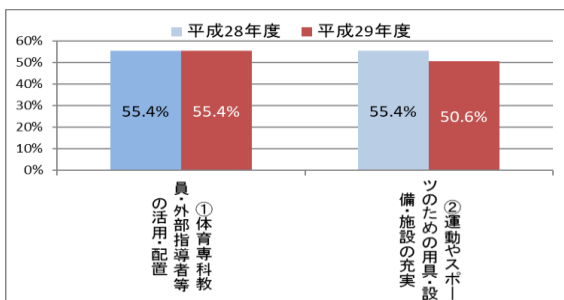
[グラフ 99] 調査結果を受けた取組について



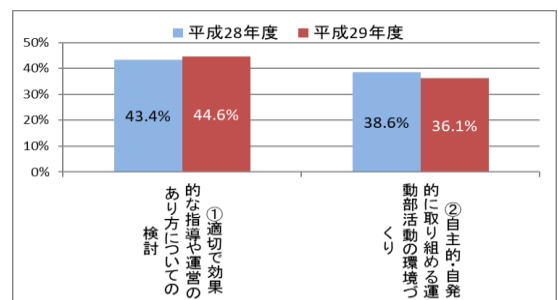
[グラフ 100] 児童生徒の体力向上に向けた取組の内容について



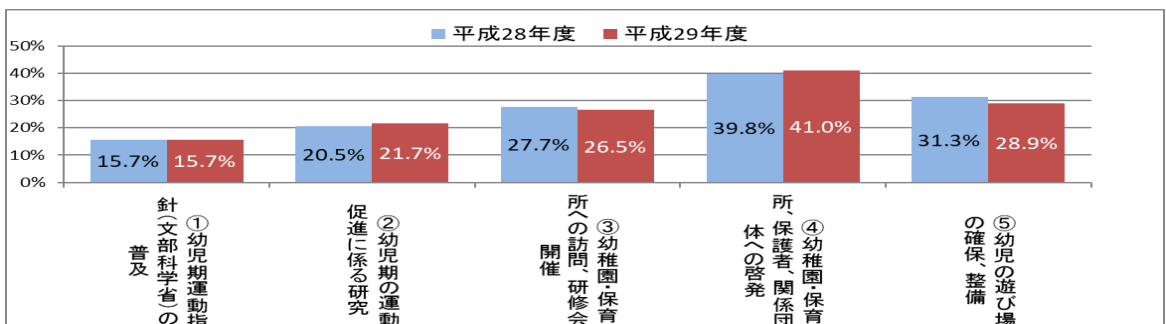
[グラフ 101] 体力向上に係る環境等整備の取組について



[グラフ 102] 運動部活動の充実にに向けた取組について



[グラフ 103] 幼児期の運動習慣の形成に向けた取組について



Ⅷ 資料

1 体力テスト種目と体力要素及び測定方法

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値。
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数。
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離。
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数。
⑤-1 持久走	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m、女子1000mの走行時間。
⑤-2 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数。
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間。
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離。
⑧ ハンドボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離。
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点。	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価。	

※上表は中学校の種目。小学校は、⑤-1持久走はなく、ボール投げは、ソフトボール投げとなっている。

2 項目別得点表と総合評価基準表

【小学校】

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

【中学校】

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

