

令和5年度長野県児童生徒・運動能力調査について

I 調査の概要

1 調査の目的

- 県内の児童生徒の体力・運動能力の実態を把握し、今後の体育指導の改善及び基礎体力養成の資料とする。

2 調査の名称

令和5年度「長野県児童生徒・運動能力調査」（以下「本調査」という）

※全国の「体力・運動能力調査6～11歳及び12歳～19歳」に準じて行っている

※全国すべての小学5年生、中学2年生を対象とした「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」とは対象や目的、質問項目等が異なる調査である。

3 調査の対象及び調査校数・調査児童生徒数

(1) 小学校	1～6学年の男女児童	60校
(2) 中学校	1～3学年の男女生徒	40校
(3) 高等学校	1～3学年の男女生徒	12校
総計		112校

本県（公立）の調査校数・調査児童生徒数

	調査学校数	調査児童生徒数		
		男子	女子	合計
小学校	60校	6,158人	6,229人	12,387人
中学校	40校	5,403人	5,200人	10,603人
高校	12校	2,683人	2,627人	5,310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

	テスト項目							
	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	20mシャトルラン※ ¹	50m走	立ち幅 とび	ソフトボール 投げ
小学校								
中学校					20mシャトルランか			ハンドボール
高校					持久走※ ² の選択			投げ
体力要素	筋力	筋持久力	柔軟性	敏捷性	全身持久力	疾走能力	跳躍能力	投球能力

※1 往復持久走（一定の間隔で鳴る電子音に従って20mを走り、折り返し回数を測定） ※2 男子は1500m、女子は1000m

② 質問紙調査

- ・ 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況
- ・ 運動やスポーツの実施状況（学校の体育の授業を除く）
- ・ 1日の運動・スポーツの実施時間（学校の体育の授業を除く）
- ・ 朝食の有無
- ・ 1日の睡眠時間
- ・ 1日のテレビ（テレビゲームも含む）視聴時間

5 調査実施日

2023年4月から7月までの期間

II 調査項目と評価

1 体カテスト種目と体力要素及び測定方法

体カテスト種目	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種目の体カテスト成績を1点から10点に得点化して総和した体カテスト合計得点.	
総合評価	5段階	8種目の体カテストをすべて実施した場合、体カ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	50kg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