

## まえがき

子どもの体力について全国的な傾向を見ると、文部科学省が実施している「体力・運動能力調査」によると、平成13年から約10年間にわたり概ね低下傾向に歯止めがかかってきているものの、体力水準が高かった昭和60年頃と比較すると、基礎的運動能力は依然として低い状況にあります。

また、本県の現状に目を向けると、文部科学省「体力・運動能力調査」「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」及び栃木県教育委員会「児童生徒の体力・運動能力調査」の分析結果から、基礎的運動能力である走・跳・投に係る50m走、立ち幅とび、ボール投げの3種目が全国に比べ劣ること、体育の授業以外で運動をする児童の割合が全国に比べ低いこと、肥満傾向の児童生徒が多いことなどの課題が確認されております。

本教育委員会としては、このような現状を踏まえながら、「とちぎ教育振興ビジョン（三期計画）」及び「とちぎスポーツ振興プラン21（二期計画）」のもと施策を展開し、今後も学校・家庭・地域が相互に連携を深めながら課題解決を図ることができるよう取組を進めているところです。

さて、本資料は、本県における公立の小学校・中学校・高等学校（全日制・定時制）の児童生徒を対象とした「児童生徒の体力・運動能力調査」について時系列評価を分析し、まとめたものです。また併せて、体力向上に係る優れた取組について周知啓発することを目的として実施している「体力向上実践事業」に協力いただいた小学校2校の取組事例や、「とちぎ元気キッズ育成事業」学校奨励賞表彰の結果等を掲載しております。

各学校におかれましては、本資料の内容をそれぞれの目的に応じて、さらに分析・検討を加えることなどにより、児童生徒の体力向上に向けて有効に活用されるよう期待するものであります。また、関係諸機関におかれましては、児童生徒の健康づくりや体力向上に向けた資料として御利用いただければ幸いです。

結びに、抽出校として調査に御協力いただきました多くの皆様に対して深く感謝申し上げます。

平成25年3月

栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課長

橋本 健一



# 目 次

1	平成24年度本県児童生徒の体力・運動能力調査結果について	1
	・ 結果概要	
	・ 抽出校一覧及び抽出率	
	・ 年齢別・学校区分別 体格・体力集計表	6
	・ 総合評価集計表	
	・ アンケート項目集計表	
	・ 肥満傾向児・痩身傾向児出現率	
	・ 参考資料1 新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移	16
	・ 参考資料2 新体力テスト総合評価の年次推移	
	・ 参考資料3 体力3種目及び体格2項目の長期的推移	
2	体力向上取組実践事例	33
	・ 日光市立所野小学校	
	・ 栃木市立三鴨小学校	
	・ とちぎ元気キッズ学校奨励賞表彰受賞校における取組事例	
3	新体力テスト 実施要項	40
	・ 実施上の一般的注意	
	・ 実技種目の測定方法	
	・ 記録用紙・テストの得点表および総合評価	
	・ [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 24 年度本県児童生徒の体力・運動能力調査結果について

1 調査概要

(1) 目的

県内小・中・高等学校の児童生徒を対象に、新体力テスト及び身体計測を実施し、児童生徒の発育及び体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、行政上の基礎資料を得る。

(2) 対象

県内の公立小・中学校及び高等学校（全日制・定時制）から性別・年齢別に標本を抽出して行った。全体の標本数は 29,423 名（106 校、男子 14,975 名・女子 14,448 名、抽出率 14.3%）であった。

(3) 実施期間

平成 24 年 5 月～7 月

(4) 内容

文部科学省「新体力テスト実施要項」により新体力テストを実施した。なお中学・高等学校で選択種目となる持久走と 20m シャトルランは、後者のみを対象とした。

(5) 新体力テスト実技種目の概要（6～19 歳、ただし本調査の対象は 18 歳まで）

種目	体力評価	基礎運動能力評価	測定概要
握力	筋力	—	計器による握力測定を行い、左右平均値を kg 単位で算出する。
上体起こし	筋力 筋持久力	—	仰臥姿勢（あおむけ）から上体を起こす動作が 30 秒間に何回できるかを測定する。
長座位前屈	柔軟性	—	長座位姿勢から上体を前屈した時の柔軟性を cm 単位で測定する。
反復横とび	敏しょう性	—	1 m 間隔の 3 本のラインをサイドステップで左右に反復し、20 秒間内でラインを通過した回数を数える。
20m シャトルラン	全身持久力	—	速度が段階的に増加する信号音に合わせて、20m 間往復の持続走を行い、反復可能な回数を数える。
50m 走	スピード	走る	50m を走る時間を 10 分の 1 秒単位で測定する。小学生はスタンディングスタート、中学・高校生はクラウチングスタートにより行う。
立ち幅とび	筋パワー	跳ぶ	立位姿勢から両足踏み切りで前方へ跳躍した距離を cm 単位で測る。
ボール投げ	巧ち性 筋パワー	投げる	原則としてオーバーハンドスローにより、小学生はソフトボール、中学生はハンドボールを用いて遠投距離を m 単位で測る。

出典「新体力テスト 有意義な活用のために」文部省 平成 12 年（測定概要を独自追記）

※ これらの 8 種目を、それぞれ定められた基準により 10 点満点で評価した得点の合計を「体力合計点」とする。（80 点満点であり、性別・学校種別で基準が異なる。）

## 2 結果概要

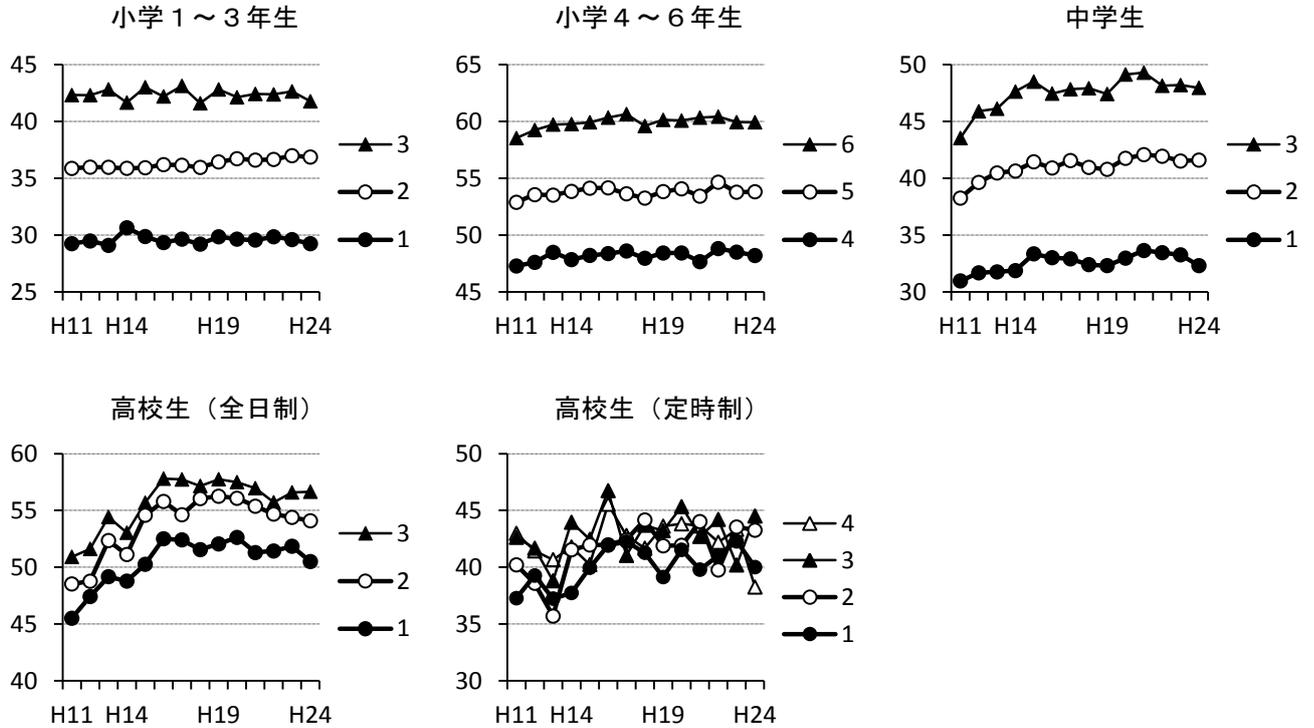
(1) 新体力テスト施行後の14年間（平成11～24年度）における体力合計点の推移

ア 一部を除き、各年齢段階において、おおむね緩やかに向上する傾向がみられる。

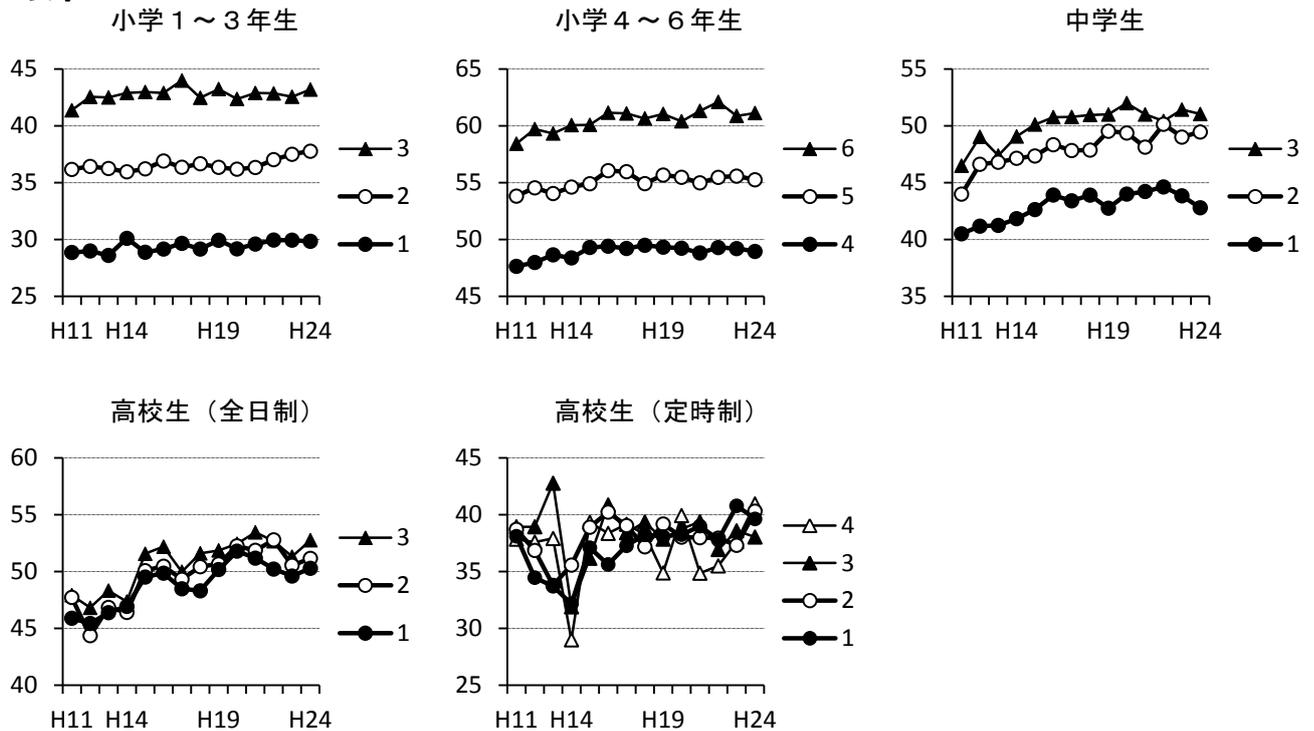
イ 高等学校男子については、近年において停滞する傾向がみられる。

図1 本県児童生徒における新体力テスト体力合計点の推移

《男子》



《女子》



(2) 新体力テスト施行後の14年間（平成11～24年度）における平成24年度平均値の順位

ア 上体起こし（筋持久力）、反復横とび（敏しょう性）、20mシャトルラン（全身持久力）、50m走（走能力）については、多くの年齢段階で上位となった。

イ 握力（筋力）、ボール投げ（投能力）については、多くの年齢段階で下位となった。

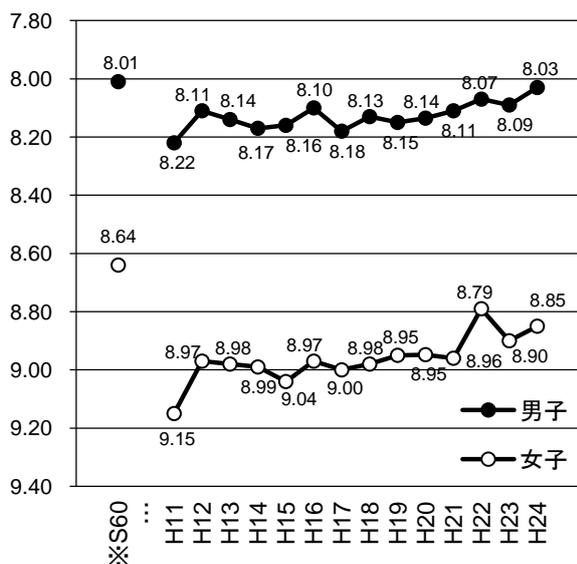
表1 新体力テスト施行後の14年間（平成11～24年度）における平成24年度平均値の順位

	学校種別	小学校						中学校			高等学校 (全日制)			高等学校 (定時制)			
		学年	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3
男子	握力	10	11	13	11	13	12	14	14	14	14	14	14	14	13	11	14
	上体起こし	5	1	2	2	1	4	10	2	5	9	10	8	4	4	5	11
	長座体前屈	14	5	14	11	6	13	13	10	10	9	10	9	14	11	8	10
	反復横とび	6	3	8	4	3	5	4	1	3	7	5	1	8	2	6	6
	20mシャトルラン	2	2	4	3	3	3	6	1	1	5	1	1	4	3	5	14
	50m走	7	4	5	1	6	3	3	1	1	11	9	8	1	3	1	12
	立ち幅とび	14	5	13	12	12	11	8	4	2	6	9	2	7	2	5	14
	ボール投げ	13	14	14	14	14	14	14	14	14	14	13	9	14	9	10	14
	合計点	11	2	12	9	7	8	10	4	6	9	10	7	7	4	3	14
女子	握力	7	6	10	6	11	12	14	10	14	10	10	11	13	12	13	5
	上体起こし	3	1	2	1	1	2	8	3	2	6	7	6	2	1	5	3
	長座体前屈	11	1	13	12	5	2	10	5	11	3	8	5	9	11	9	12
	反復横とび	4	5	5	6	8	8	5	2	1	4	4	2	2	1	2	2
	20mシャトルラン	2	4	2	8	10	5	9	1	1	4	3	1	7	10	12	2
	50m走	2	2	3	7	11	3	6	2	3	5	6	3	1	1	1	2
	立ち幅とび	7	2	8	10	9	6	2	2	1	1	3	3	3	1	11	1
	ボール投げ	7	3	9	14	13	13	14	14	14	14	12	6	11	9	14	5
	合計点	5	1	3	9	7	4	8	3	3	3	4	2	2	1	10	1

図2 平成24年度が上位になった種目と下位になった種目における年次推移の例

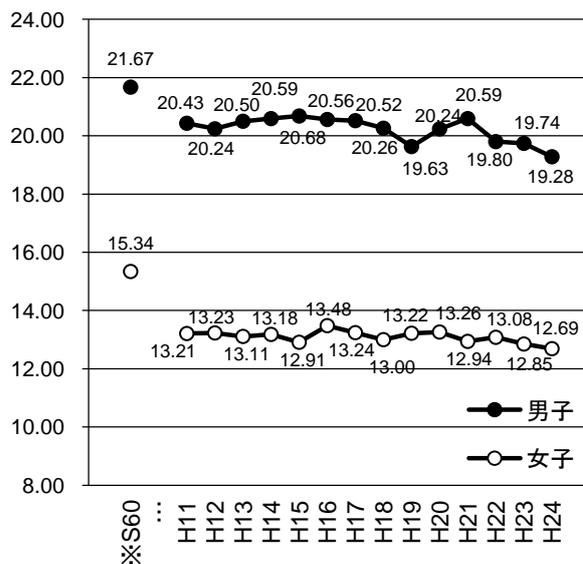
上位になった種目の例：

中学2年生(13歳)男女 50m走(秒)



下位になった種目の例：

中学2年生(13歳)男女 ハンドボール投げ(m)



※ 体力水準が高かった昭和60年度の値を参考として示した。50m走では回復傾向であるが、ハンドボール投げについては依然として低下傾向となっている。

平成24年度 市町別抽出校一覧

(市町区分は平成24年4月1日現在)

No.	市町名	小学校	中学校	高校【全日制】	高校【定時制】
1	宇都宮市	今泉, 細谷, 宝木, 瑞穂野北, 豊郷中央, 国本西, 雀宮中央, 陽光, 岡本西	旭, 陽西, 宮の原, 瑞穂野, 河内	宇都宮, 宇都宮北, 宇都宮中央女子	宇都宮工業, 宇都宮商業
2	上三川町	本郷北, 北	上三川, 明治		
3	鹿沼市	中央, 東, 板荷	加蘇	鹿沼	鹿沼商工
4	日光市	日光, 所野, 三依	大沢, 中宮祠, 藤原	今市	
5	真岡市	真岡, 物部	真岡東, 物部	真岡女子, 真岡北陵	真岡
6	益子町				
7	茂木町			茂木	
8	市貝町	小貝中央			
9	芳賀町	芳賀南			
10	壬生町	睦			
11	野木町	友沼, 新橋	野木		
12	岩舟町				
13	小山市	小山城東, 下生井, 延島	間々田	小山西	
14	栃木市	栃木第五, 吹上, 大平西, 部屋, 三鴨	栃木西, 寺尾	栃木農業, 栃木翔南	学悠館
15	下野市	薬師寺	国分寺		
16	矢板市	矢板, 川崎		矢板, 矢板東	矢板東
17	さくら市		喜連川		
18	那須烏山市	江川, 七合			
19	塩谷町		塩谷		
20	高根沢町	中央			
21	那珂川町			馬頭	
22	大田原市	大田原, 羽田, 石上, 川西, 須賀川	大田原, 佐久山	大田原, 黒磯	大田原東
23	那須町	伊王野, 田中			
24	那須塩原市	戸田, 槻沢, 横林	黒磯北		
25	佐野市	犬伏東, 吉水, 戸奈良, 飛駒	城東, 田沼東		
26	足利市	南, 山前, 坂西北	協和	足利南	足利工業
	合計	55	26	17	8

調査対象人数及び抽出率

種別	年齢	男子			女子			学校種別にみた抽出率	全体の抽出率
		対象人数(人)	公立校児童生徒数(人)	抽出率	対象人数(人)	公立校児童生徒数(人)	抽出率		
小学校	6	1,153	9,077	12.7%	1,084	8,433	13.2%	12.6%	
	7	1,192	9,241	12.9%	1,088	8,931	13.0%		
	8	1,145	9,400	12.2%	1,112	8,972	13.0%		
	9	1,198	9,459	12.7%	1,139	9,296	13.0%		
	10	1,203	9,615	12.5%	1,157	9,155	13.2%		
	11	1,228	9,569	12.8%	1,165	8,919	13.5%		
	小計	7,119	56,361	12.6%	6,745	53,706	12.6%		
中学校	12	1,271	9,386	13.5%	1,237	8,802	13.9%	13.6%	
	13	1,241	9,273	13.4%	1,250	8,970	13.7%		
	14	1,230	9,396	13.1%	1,231	8,951	13.7%		
	小計	3,742	28,055	13.3%	3,718	26,723	13.9%		
高等学校	全日制	15	1,221	6,246	19.5%	1,203	6,266	17.0%	19.4%
		16	1,207	6,442	18.7%	1,230	6,380	16.5%	
		17	1,242	6,227	19.9%	1,219	6,182	17.1%	
		小計	3,670	18,915	19.4%	3,652	18,828	19.4%	
	定時制	15	137	292	46.9%	104	220	36.4%	50.4%
		16	125	227	55.1%	100	192	38.5%	
		17	117	230	50.9%	85	187	45.5%	
		18	65	123	52.8%	44	71	53.5%	
		小計	444	872	50.9%	333	670	49.7%	
合計		14,975	104,203	14.4%	14,448	99,927	14.5%		

公立校児童生徒数は平成24年度学校基本調査（平成24年5月1日現在）による

# 年齢別・学校区分別 体格・体力集計表

(男子)

区分	年齢	対象	項目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ホ-ル 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	座高 (cm)		
小学校	6歳	栃木 H24	人数	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	1,153	
			平均	9.29	11.56	24.42	27.02	17.82	11.79	110.10	8.17	29.24	116.46	21.66	64.76		
			標準偏差	2.18	5.14	6.17	4.75	9.70	1.42	17.40	3.21	6.47	5.11	3.85	2.91		
		栃木 H23	人数	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152	1,152
			平均	8.92	11.38	25.01	27.92	18.67	11.62	111.78	8.08	29.60	116.45	21.73	64.84		
			標準偏差	2.46	5.41	6.07	4.61	10.42	1.02	16.72	3.13	6.40	4.85	3.77	2.70		
		全国 H23	人数	1,077	1,077	1,081	1,065	1,060	1,077	1,084	1,067	1,005	1,078	1,069	1,063		
			平均	9.41	11.33	25.86	27.58	18.22	11.53	115.33	8.81	30.67	116.82	21.41	65.12		
			標準偏差	2.34	5.43	6.70	5.37	9.01	1.01	17.27	3.27	6.20	4.93	3.11	2.89		
	H23栃木-全国比較				###		##			#	###	###	###		*	#	
	7歳	栃木 H24	人数	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	1,192	
			平均	10.95	14.35	26.61	31.20	26.68	10.84	124.20	11.69	36.86	122.44	24.39	67.54		
			標準偏差	2.51	5.20	6.60	5.53	12.91	1.18	17.87	4.52	7.25	5.41	4.62	2.97		
		栃木 H23	人数	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	1,110	
			平均	10.86	14.17	26.24	31.89	27.18	10.77	124.46	11.72	36.98	122.25	24.32	67.59		
			標準偏差	2.48	5.19	6.09	5.87	13.10	0.94	17.65	4.64	6.93	5.06	4.45	2.92		
		全国 H23	人数	1,090	1,093	1,093	1,081	1,082	1,090	1,096	1,089	1,055	1,097	1,077	1,077		
			平均	11.11	14.29	27.42	31.35	28.84	10.68	126.79	13.09	38.13	122.44	23.61	67.61		
			標準偏差	2.63	5.65	6.85	6.33	13.71	0.90	17.66	4.95	7.17	5.29	3.52	3.02		
	H23栃木-全国比較				#		###	*	##	#	##	###	###		***		
	8歳	栃木 H24	人数	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	1,145	
			平均	12.62	15.82	27.10	34.45	33.82	10.35	132.69	14.94	41.76	127.98	27.60	70.28		
			標準偏差	2.89	5.43	6.42	7.39	16.07	1.05	17.89	5.62	7.77	5.77	5.80	3.25		
		栃木 H23	人数	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	
			平均	12.56	15.58	27.71	35.95	36.45	10.28	133.49	15.30	42.63	128.03	27.45	70.17		
			標準偏差	2.78	5.69	6.55	7.42	16.70	0.91	17.65	5.64	7.75	5.58	5.82	3.05		
		全国 H23	人数	1,093	1,087	1,089	1,078	1,083	1,094	1,094	1,086	1,057	1,078	1,066	1,066		
			平均	12.98	16.10	29.04	35.23	37.54	10.12	136.14	16.67	44.00	128.42	26.84	70.35		
			標準偏差	3.01	5.68	6.82	6.91	16.56	0.86	18.33	5.94	7.33	5.23	4.25	3.03		
	H23栃木-全国比較				###	#	###	*		###	###	###	###		**		
	9歳	栃木 H24	人数	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	1,198	
			平均	14.80	17.79	29.72	38.71	43.60	9.79	141.90	18.63	48.20	133.52	31.06	72.44		
			標準偏差	3.45	5.51	6.92	7.54	18.68	0.95	18.84	6.79	8.31	5.75	7.08	3.20		
		栃木 H23	人数	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	1,217	
			平均	14.60	17.91	29.71	39.40	45.16	9.85	141.43	19.54	48.50	133.26	31.20	72.58		
			標準偏差	3.12	5.56	6.51	7.26	19.84	0.98	19.50	7.28	8.76	5.74	7.29	3.20		
		全国 H23	人数	1,100	1,101	1,100	1,099	1,099	1,093	1,100	1,098	1,056	1,101	1,089	1,080		
			平均	14.84	18.39	31.17	39.12	46.83	9.56	147.14	21.54	50.68	133.67	30.13	72.66		
			標準偏差	3.18	5.88	7.08	7.32	18.79	0.80	18.85	7.16	8.00	5.68	5.49	3.08		
	H23栃木-全国比較				###	#	###	*	#	###	###	###	###		***		
	10歳	栃木 H24	人数	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	
			平均	16.68	20.08	32.01	42.60	51.40	9.48	150.49	22.61	53.81	138.65	34.64	74.63		
			標準偏差	3.55	5.25	7.16	7.06	20.85	0.95	19.06	7.98	8.63	6.35	7.97	3.42		
		栃木 H23	人数	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	1,155	
			平均	16.47	19.63	31.67	43.11	52.41	9.44	149.77	23.17	53.77	138.56	34.43	74.82		
標準偏差			3.66	5.59	6.69	6.53	20.50	0.93	18.99	8.40	8.61	6.31	7.54	3.39			
全国 H23		人数	1,103	1,111	1,112	1,101	1,112	1,095	1,098	1,110	1,064	1,106	1,089	1,074			
		平均	17.03	19.68	33.20	42.29	54.40	9.28	154.54	25.48	55.55	138.79	33.61	74.88			
		標準偏差	3.60	5.62	7.85	7.13	20.92	0.74	18.49	8.09	7.99	5.93	6.44	3.10			
H23栃木-全国比較				###	###	###	**	#	###	###	###	###		**			
11歳	栃木 H24	人数	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228	1,228		
		平均	20.01	21.64	33.86	45.76	61.05	9.02	162.16	27.38	59.92	144.97	39.01	77.50			
		標準偏差	4.69	5.30	7.30	6.75	21.43	0.87	21.06	9.35	9.15	7.41	9.07	3.93			
	栃木 H23	人数	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226	1,226		
		平均	19.50	21.45	34.61	46.25	61.63	9.03	160.75	27.58	59.93	144.96	39.04	77.69			
		標準偏差	4.57	5.37	7.66	6.66	22.03	0.82	20.20	9.30	9.10	7.26	9.19	3.73			
	全国 H23	人数	1,092	1,101	1,102	1,089	1,103	1,087	1,088	1,101	1,039	1,094	1,082	1,070			
		平均	19.90	21.73	34.96	45.76	62.07	8.88	164.59	29.66	61.01	144.90	37.67	77.57			
		標準偏差	4.46	5.80	8.37	6.77	21.35	0.73	21.05	9.40	8.68	6.90	7.46	3.74			
H23栃木-全国比較				#					###	###	###	###		**			

- 栃木県データは栃木県教育委員会「児童生徒の体力・運動能力調査」、全国データは文部科学省「体力・運動能力調査」による。
- H23栃木-全国比較については、「栃木H23」及び「全国H23」の2群間における統計上の有意差をt検定により分析したものである。  
 栃木が全国より値が高いもの(50mでは値が低いもの)について \*: p<0.05, \*\*: p<0.01, \*\*\*: p<0.001  
 栃木が全国より値が低いもの(50mでは値が高いもの)について #: p<0.05, ##: p<0.01, ###: p<0.001
- なお本県児童生徒の体力について全国との相対的評価を行うに当たっては、より信頼度が高く詳細な分析が可能な「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を用いることとし、文部科学省「体力・運動能力調査」結果に基づき分析した当資料については参考として扱う。



(男子)

区分	年齢	対象	項目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ボール 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	座高 (cm)		
高校(全)	15歳	栃木 H24	人数	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	
			平均	37.45	29.65	49.77	56.72	85.21	7.70	217.66	23.12	50.50	167.61	59.59	89.77		
			標準偏差	6.69	5.80	10.92	7.20	24.45	0.81	24.85	5.40	10.35	5.90	10.98	3.48		
		栃木 H23	人数	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070	1,070
			平均	38.84	29.87	50.52	56.66	87.79	7.56	217.55	24.34	51.85	168.04	59.60	89.80		
			標準偏差	6.63	5.61	10.45	6.21	23.07	0.69	24.99	5.56	9.75	5.85	10.06	3.41		
		全国 H23	人数	1,220	1,225	1,226	1,217	703	1,206	1,201	1,222	1,153	1,214	1,206	1,171		
			平均	38.68	29.67	49.01	55.60	87.73	7.44	218.22	24.98	51.97	168.52	58.56	89.87		
			標準偏差	6.95	5.97	10.16	6.61	23.07	0.59	24.34	5.73	9.62	5.71	8.94	3.70		
	H23栃木-全国比較						***	***		###		##			**		
	16歳	栃木 H24	人数	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	
			平均	39.64	30.96	50.86	58.07	92.27	7.51	223.86	24.48	54.09	169.31	61.06	90.96		
			標準偏差	6.81	5.97	11.22	7.82	25.40	0.84	24.69	5.51	10.83	5.75	10.76	3.51		
		栃木 H23	人数	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	1,074	
			平均	40.96	31.19	52.19	57.47	88.03	7.43	223.35	24.88	54.39	169.36	61.68	90.54		
			標準偏差	6.94	5.93	10.47	7.07	25.50	0.64	24.76	5.81	10.71	5.68	10.37	3.40		
		全国 H23	人数	1,230	1,234	1,234	1,220	683	1,228	1,212	1,233	1,167	1,228	1,216	1,196		
			平均	41.36	31.62	50.82	57.08	94.08	7.28	226.35	26.44	55.81	170.29	60.59	90.92		
			標準偏差	7.14	6.07	11.05	6.93	25.50	0.65	23.19	6.01	10.47	5.61	8.14	3.74		
	H23栃木-全国比較						**		###	###	##	###	##	###	**	#	
	17歳	栃木 H24	人数	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	1,242	
			平均	41.19	31.92	53.31	59.32	92.66	7.39	230.13	25.70	56.65	170.40	63.19	91.39		
			標準偏差	6.67	6.12	10.42	7.38	26.00	0.66	23.85	5.80	10.65	5.69	11.39	3.39		
		栃木 H23	人数	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	1,066	
平均			43.12	32.09	53.61	58.13	89.22	7.36	227.77	25.72	56.59	170.40	64.22	91.29			
標準偏差			7.13	5.73	10.73	6.77	26.24	0.73	24.26	5.96	10.89	5.49	11.49	3.33			
全国 H23		人数	1,218	1,220	1,221	1,203	679	1,215	1,190	1,220	1,141	1,217	1,202	1,187			
		平均	42.71	32.79	51.98	58.09	94.64	7.21	229.42	27.19	57.98	170.48	61.73	91.30			
		標準偏差	7.59	6.47	10.53	6.79	27.58	0.64	23.18	6.30	10.53	5.80	8.03	3.48			
H23栃木-全国比較						##	***		###	###	##	###	##	***			
高校(定)	15歳	栃木 H24	人数	137	137	137	137	137	137	137	137	137	137	137	137		
			平均	36.96	25.17	41.36	45.93	59.28	7.98	205.04	20.61	40.01	166.52	61.14	89.75		
			標準偏差	6.86	6.06	11.58	9.27	24.37	1.19	29.49	6.02	10.92	6.05	16.08	3.38		
		栃木 H23	人数	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141		
			平均	37.53	26.31	43.06	49.13	61.01	8.04	208.81	22.82	42.28	166.60	58.88	89.45		
			標準偏差	6.75	6.47	10.94	8.22	21.70	0.98	26.71	5.17	8.89	6.43	11.89	3.73		
		全国 H23	人数	162	161	162	160	140	155	160	159	152	162	158	158		
			平均	38.20	25.30	42.23	47.49	60.34	7.88	204.90	22.81	41.67	166.95	57.33	89.20		
			標準偏差	7.08	6.68	12.09	8.49	24.18	0.88	27.56	5.46	10.55	6.22	8.83	4.36		
	H23栃木-全国比較																
	16歳	栃木 H24	人数	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125		
			平均	39.00	25.18	42.68	49.74	63.67	7.99	216.42	22.49	43.26	168.37	60.67	90.72		
			標準偏差	6.92	6.12	10.94	9.57	23.22	1.09	24.37	5.37	9.91	6.56	13.25	3.76		
		栃木 H23	人数	114	114	114	114	114	114	114	114	114	114	114	114		
			平均	39.61	25.25	43.32	49.06	63.99	7.95	211.77	23.54	43.54	168.87	62.47	90.77		
			標準偏差	6.56	7.00	11.88	9.31	25.75	1.01	29.99	5.82	10.26	5.99	12.57	3.22		
		全国 H23	人数	165	166	166	165	140	159	164	164	154	165	163	157		
			平均	39.88	24.58	44.35	48.04	60.44	7.72	209.96	23.57	43.77	168.61	60.79	90.59		
			標準偏差	7.63	7.07	11.76	9.01	26.09	0.74	31.20	5.91	11.55	5.73	11.39	3.84		
	H23栃木-全国比較								#								
	17歳	栃木 H24	人数	117	117	117	117	117	117	117	117	117	117	117	117		
			平均	40.98	25.26	44.06	47.72	63.70	7.69	214.31	23.15	44.51	169.44	63.03	91.36		
			標準偏差	7.11	7.91	11.61	12.26	26.61	0.85	31.32	5.89	11.74	6.05	11.80	3.16		
		栃木 H23	人数	109	109	109	109	109	109	109	109	109	109	109	109		
平均			39.66	23.23	41.12	46.75	54.49	8.09	206.63	22.59	40.20	168.68	64.32	91.05			
標準偏差			7.56	6.54	9.69	9.17	22.79	1.03	29.84	6.33	9.98	6.12	14.53	3.35			
全国 H23		人数	166	167	167	166	144	159	164	165	154	166	164	159			
		平均	41.75	26.61	45.91	48.45	67.45	7.67	217.90	24.91	46.97	169.36	60.63	90.82			
		標準偏差	8.58	6.72	10.87	9.33	26.83	0.83	27.53	6.53	10.97	6.86	11.06	4.13			
H23栃木-全国比較				#	###	###	###	###	##	##	###		*				
18歳	栃木 H24	人数	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65			
		平均	39.45	22.68	42.45	47.09	47.94	8.38	195.85	20.80	38.26	168.48	67.51	91.28			
		標準偏差	6.55	6.71	10.62	10.15	24.07	1.29	35.19	5.64	11.10	7.00	16.92	3.39			
	栃木 H23	人数	67	67	67	67	67	67	67	67	67	67	67	67			
		平均	42.37	24.39	41.66	47.76	59.03	7.93	215.48	23.78	43.34	169.35	63.23	91.21			
		標準偏差	6.56	6.73	11.02	9.15	27.54	1.05	22.84	5.44	10.49	6.65	13.42	3.64			
	全国 H23	人数	158	158	158	156	136	152	157	155	147	157	155	155			
		平均	43.83	25.13	46.14	49.79	65.26	7.54	222.96	25.43	48.05	171.58	61.58	91.77			
		標準偏差	8.30	7.24	11.74	8.98	26.02	0.75	27.18	6.39	10.38	6.67	10.78	4.01			
H23栃木-全国比較						##		##		##	##	#					

(女子)

区分	年齢	対象	項目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ボール 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	座高 (cm)		
小学校	6歳	栃木 H24	人数	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	1,084	
			平均	8.70	11.16	27.16	26.50	15.24	11.92	104.10	5.66	29.85	115.55	21.10	64.38		
			標準偏差	2.15	5.11	6.90	4.25	7.08	1.09	16.94	2.06	6.83	5.13	3.65	3.00		
		栃木 H23	人数	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116	1,116
			平均	8.40	11.06	27.68	26.92	15.66	11.91	104.48	5.56	29.95	115.90	21.11	64.52		
			標準偏差	2.25	4.99	6.39	4.09	7.28	1.03	15.63	1.80	6.38	4.78	3.19	2.71		
		全国 H23	人数	1,079	1,079	1,080	1,064	1,057	1,079	1,086	1,080	1,023	1,077	1,072	1,064		
			平均	8.81	10.83	27.92	26.44	15.42	11.88	106.77	5.80	30.33	116.11	20.96	64.60		
			標準偏差	2.33	5.40	7.01	4.70	6.73	1.04	16.21	2.05	6.47	4.85	3.08	2.85		
	H23栃木-全国比較				###			*			###	##					
	7歳	栃木 H24	人数	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088	1,088
			平均	10.40	13.65	30.13	29.99	21.22	11.08	117.18	7.76	37.77	121.46	23.77	67.10		
			標準偏差	2.46	5.06	6.63	5.19	9.39	1.20	16.34	2.63	7.03	5.34	4.13	2.92		
		栃木 H23	人数	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165
			平均	10.20	13.50	29.48	30.68	21.35	11.06	116.55	7.60	37.50	121.49	23.69	67.19		
			標準偏差	2.35	4.72	5.91	4.94	9.36	0.80	16.22	2.69	6.43	5.02	4.09	2.86		
		全国 H23	人数	1,082	1,091	1,090	1,073	1,076	1,094	1,090	1,078	1,035	1,092	1,081	1,073		
			平均	10.34	13.30	29.69	29.62	22.08	10.98	118.84	7.91	37.69	121.73	23.37	67.37		
			標準偏差	2.42	5.00	6.75	5.69	10.24	0.91	16.49	2.51	6.79	4.95	3.48	2.84		
	H23栃木-全国比較							***		#	##			*			
	8歳	栃木 H24	人数	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	1,112	
			平均	11.95	15.33	30.80	33.38	26.44	10.57	127.10	9.66	43.19	127.49	26.92	69.83		
			標準偏差	2.65	5.07	6.62	6.14	11.49	0.92	17.22	3.27	7.64	5.72	5.25	3.07		
		栃木 H23	人数	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	1,163	
			平均	11.77	14.58	30.94	33.64	26.37	10.57	124.61	9.51	42.56	127.13	26.80	69.96		
			標準偏差	2.63	5.21	6.86	6.86	12.08	0.94	17.01	3.14	7.75	5.28	4.96	3.15		
		全国 H23	人数	1,103	1,093	1,096	1,088	1,087	1,094	1,101	1,084	1,053	1,088	1,077	1,075		
			平均	12.18	15.00	31.93	33.27	27.40	10.39	127.23	9.88	43.87	127.61	26.22	70.01		
			標準偏差	2.79	5.06	6.97	6.24	11.85	0.77	17.09	2.99	6.97	5.23	4.20	2.92		
	H23栃木-全国比較				###		###		#	###	###	##	###	#		**	
	9歳	栃木 H24	人数	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	1,139	
			平均	14.16	16.94	33.01	36.68	33.05	10.13	135.13	11.67	48.96	133.31	30.50	72.49		
			標準偏差	3.43	5.01	6.77	6.81	14.34	1.01	18.29	4.32	8.53	6.34	6.70	3.43		
		栃木 H23	人数	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	1,207	
			平均	13.84	16.58	33.12	37.61	34.79	10.06	133.75	11.91	49.21	133.42	30.17	72.71		
			標準偏差	2.89	4.97	6.83	6.55	14.51	0.76	18.09	4.26	8.05	6.19	5.67	3.42		
		全国 H23	人数	1,091	1,087	1,090	1,086	1,081	1,084	1,096	1,073	1,035	1,089	1,079	1,070		
			平均	14.13	16.61	34.04	36.88	34.96	9.89	138.05	12.37	50.25	133.75	29.78	72.83		
			標準偏差	3.16	5.06	7.42	7.33	14.59	0.76	19.26	4.02	7.96	5.99	5.19	3.32		
	H23栃木-全国比較				#		##	*		###	###	##	###				
	10歳	栃木 H24	人数	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	1,157	
			平均	16.45	18.77	36.20	40.03	40.23	9.74	144.47	14.57	55.26	140.01	34.68	75.69		
			標準偏差	3.70	4.85	7.64	6.41	15.84	0.87	19.15	5.39	8.86	7.17	7.52	4.05		
		栃木 H23	人数	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	1,209	
			平均	16.43	18.44	36.28	40.75	41.47	9.64	144.42	14.76	55.58	140.56	35.10	76.11		
			標準偏差	3.78	4.83	6.94	6.20	16.54	0.84	18.82	5.79	8.49	6.87	7.62	3.98		
		全国 H23	人数	1,114	1,115	1,118	1,099	1,113	1,109	1,107	1,110	1,061	1,108	1,093	1,074		
			平均	16.55	18.37	37.08	40.24	41.97	9.53	146.19	14.75	56.08	140.26	33.78	76.02		
標準偏差			3.84	5.36	8.03	6.29	16.80	0.75	18.74	4.91	8.29	6.81	6.27	3.82			
H23栃木-全国比較					#				##	#			***				
11歳	栃木 H24	人数	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165	1,165		
		平均	19.60	20.24	39.51	42.67	47.93	9.28	154.34	16.72	61.13	146.29	39.28	78.93			
		標準偏差	4.30	4.81	7.47	6.61	17.35	0.84	20.08	6.57	8.57	6.73	8.43	4.07			
	栃木 H23	人数	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204	1,204		
		平均	19.44	19.53	39.42	43.60	48.36	9.30	152.58	16.81	60.88	146.43	39.43	79.21			
		標準偏差	4.26	4.96	8.33	5.98	17.33	0.73	20.13	6.56	8.52	6.86	8.34	4.12			
	全国 H23	人数	1,097	1,098	1,098	1,083	1,093	1,091	1,094	1,085	1,047	1,087	1,081	1,069			
		平均	19.72	19.79	39.85	42.98	48.80	9.18	155.77	17.54	61.59	146.97	39.06	79.37			
		標準偏差	4.41	5.05	8.50	6.75	17.95	0.71	20.94	6.19	8.33	6.61	7.33	3.89			
H23栃木-全国比較							*		###	###	##	#					

(女子)

区分	年齢	対象	項目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ボール 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	座高 (cm)		
中学校	12歳	栃木 H24	人数	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	1,237	
			平均	21.56	20.56	41.17	44.68	49.72	9.19	162.46	11.16	42.80	151.54	44.71	82.09		
			標準偏差	4.27	4.75	8.42	5.50	17.58	0.80	21.45	3.51	9.76	5.69	8.57	3.43		
		栃木 H23	人数	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221	1,221
			平均	22.12	21.21	42.53	44.92	52.47	9.18	158.95	11.65	43.85	151.76	44.56	82.13		
			標準偏差	4.26	5.08	8.23	5.85	16.80	0.75	20.94	3.43	9.55	5.64	8.24	3.69		
		全国 H23	人数	1,352	1,361	1,362	1,341	900	1,347	1,325	1,360	1,259	1,351	1,326	1,319		
			平均	22.07	21.07	43.02	45.10	53.65	8.98	166.59	12.61	45.81	152.10	43.13	81.80		
			標準偏差	4.32	5.29	8.93	5.55	18.18	0.72	21.12	3.85	9.94	5.71	6.90	3.81		
	H23栃木-全国比較								###	###	###	###		***			
	13歳	栃木 H24	人数	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	1,250	
			平均	24.37	23.21	44.15	46.54	61.06	8.85	169.53	12.69	49.46	154.72	47.57	83.59		
			標準偏差	4.47	5.33	8.83	6.26	20.42	0.79	21.99	4.08	10.78	5.35	7.97	3.23		
		栃木 H23	人数	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	1,232	
			平均	24.28	23.26	44.44	46.57	59.91	8.90	164.85	12.85	49.01	154.57	47.28	83.46		
			標準偏差	4.34	5.14	8.79	5.61	19.85	0.67	22.41	3.67	10.19	5.39	7.68	3.31		
		全国 H23	人数	1,364	1,372	1,372	1,357	895	1,354	1,342	1,370	1,279	1,366	1,353	1,320		
			平均	24.14	23.23	45.79	47.01	62.21	8.72	172.13	14.01	51.39	155.05	46.38	83.50		
			標準偏差	4.27	5.59	9.29	5.61	20.92	0.71	21.87	4.09	10.31	5.34	6.45	3.42		
	H23栃木-全国比較						###	#	##	###	###	###	###	#	**		
	14歳	栃木 H24	人数	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	1,231	
			平均	25.33	24.30	45.20	47.45	60.58	8.85	170.27	13.30	51.04	156.03	50.30	84.81		
			標準偏差	4.74	5.75	9.22	6.11	21.42	0.79	23.29	3.95	11.21	5.20	7.83	3.10		
		栃木 H23	人数	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	1,224	
			平均	26.11	24.28	46.16	47.40	59.92	8.89	167.00	13.70	51.43	156.28	51.06	84.65		
			標準偏差	4.57	5.51	8.95	5.77	20.29	0.79	23.68	3.99	10.87	5.11	8.27	2.79		
		全国 H23	人数	1,361	1,366	1,367	1,357	888	1,356	1,325	1,364	1,273	1,362	1,344	1,328		
平均			25.96	24.55	47.49	47.97	60.66	8.67	175.40	15.02	53.89	156.78	49.80	84.66			
標準偏差			4.58	5.88	9.62	6.00	20.78	0.79	22.88	4.31	10.80	5.04	6.46	3.20			
H23栃木-全国比較						###	#		###	###	###	###	#	***			

(女子)

区分	年齢	対象	項目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ボール 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	座高 (cm)		
高校(全)	15歳	栃木 H24	人数	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	1,203	
			平均	25.70	22.93	48.14	47.48	50.97	9.07	172.26	13.36	50.29	156.64	52.09	85.19		
			標準偏差	4.49	5.53	9.74	5.84	16.21	0.78	22.65	3.70	10.30	5.25	7.68	3.07		
		栃木 H23	人数	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063	1,063
			平均	25.46	22.97	47.08	46.73	51.33	9.02	168.03	13.65	49.61	156.73	51.60	84.76		
			標準偏差	4.30	5.51	9.01	5.48	16.89	0.79	23.51	3.97	10.38	5.32	7.90	3.33		
		全国 H23	人数	1,215	1,218	1,220	1,203	696	1,214	1,202	1,209	1,154	1,209	1,186	1,170		
			平均	25.93	22.95	46.75	46.69	51.17	8.92	169.95	14.59	50.29	157.20	51.06	85.16		
			標準偏差	4.57	5.98	9.64	6.11	17.29	0.84	23.63	4.27	10.99	5.19	6.80	3.17		
	H23栃木-全国比較				#				##		###		#			##	
	16歳	栃木 H24	人数	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	1,230	
			平均	26.52	23.78	48.73	47.49	52.03	9.12	171.34	13.85	51.16	157.18	52.90	85.40		
			標準偏差	4.55	5.80	9.59	6.33	18.34	0.96	22.13	4.04	11.01	5.13	7.89	2.89		
		栃木 H23	人数	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	1,054	
			平均	26.33	24.37	48.56	47.38	50.02	9.08	168.60	13.62	50.55	157.16	53.14	85.15		
			標準偏差	4.64	5.98	9.33	5.72	18.62	0.85	23.70	4.03	10.88	4.93	7.74	2.99		
		全国 H23	人数	1,237	1,238	1,242	1,232	714	1,226	1,220	1,235	1,184	1,229	1,207	1,171		
			平均	26.64	23.92	48.09	46.88	53.92	8.86	172.36	15.02	52.03	157.93	52.00	85.43		
			標準偏差	4.96	6.19	10.19	6.42	19.76	0.82	23.79	4.50	11.85	5.35	6.69	2.94		
	H23栃木-全国比較							###	###	###	###	##	###	***	#		
	17歳	栃木 H24	人数	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	1,219	
			平均	26.80	24.40	50.48	48.61	51.95	9.12	173.65	14.51	52.76	157.34	53.00	85.22		
			標準偏差	4.63	6.00	9.90	6.38	19.51	0.93	23.25	4.24	11.54	5.21	7.99	2.95		
		栃木 H23	人数	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	1,060	
平均			26.76	24.40	51.13	47.33	48.53	9.14	169.48	13.90	51.31	157.71	53.34	85.26			
標準偏差			4.48	5.78	9.88	6.00	18.94	0.90	23.45	4.12	11.39	5.23	8.28	2.87			
全国 H23		人数	1,234	1,240	1,240	1,235	722	1,225	1,218	1,232	1,174	1,236	1,207	1,188			
		平均	27.07	24.80	49.40	47.78	54.91	8.87	173.89	15.39	53.21	158.17	52.17	85.50			
		標準偏差	4.95	6.67	9.91	6.50	21.55	0.90	24.84	4.62	12.13	5.53	6.76	3.15			
H23栃木-全国比較					***		###	###	###	###	##	#	***				
高校(定)	15歳	栃木 H24	人数	104	104	104	104	104	104	104	104	104	104	104	104	104	
			平均	25.00	19.11	41.40	40.40	30.63	9.36	158.88	11.86	39.63	155.39	53.42	85.50		
			標準偏差	4.94	7.07	10.00	6.23	15.29	0.99	23.50	3.89	11.10	5.01	10.66	2.79		
		栃木 H23	人数	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	
			平均	24.13	18.61	42.01	41.80	31.26	9.42	162.19	12.50	40.78	154.65	51.81	85.02		
			標準偏差	4.56	5.10	9.27	5.94	14.23	1.22	21.41	3.82	9.24	4.31	10.74	2.54		
		全国 H23	人数	159	159	159	156	133	152	158	157	147	158	153	150		
			平均	24.69	18.31	42.13	39.21	31.72	9.39	152.98	12.77	39.64	155.75	51.64	84.96		
			標準偏差	4.58	6.18	11.07	7.66	15.00	0.92	25.44	4.25	10.54	5.49	8.94	3.32		
	H23栃木-全国比較						**			**							
	16歳	栃木 H24	人数	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
			平均	25.50	19.75	41.71	40.86	31.44	9.47	159.04	12.12	40.31	155.02	54.62	85.12		
			標準偏差	4.64	5.42	9.88	6.62	14.31	0.96	25.16	4.00	10.17	5.29	12.47	2.85		
		栃木 H23	人数	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	
			平均	25.72	17.18	43.43	39.99	28.65	10.11	152.46	11.09	37.31	156.14	56.62	85.75		
			標準偏差	4.30	5.52	10.38	5.75	13.24	1.45	25.37	3.13	9.32	4.98	12.89	2.90		
		全国 H23	人数	154	154	154	153	129	149	148	151	138	152	150	144		
			平均	25.58	17.99	43.36	40.07	30.88	9.89	152.64	12.47	39.15	156.40	51.37	85.02		
			標準偏差	4.91	5.66	10.20	7.32	14.30	1.53	22.98	3.71	10.88	5.26	8.86	3.08		
	H23栃木-全国比較									##			***				
	17歳	栃木 H24	人数	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	
			平均	25.16	17.47	42.52	40.27	27.74	9.55	151.87	11.58	38.04	156.15	54.82	85.86		
			標準偏差	4.50	5.55	10.05	6.68	13.50	0.94	26.50	3.23	8.71	4.73	9.30	2.53		
		栃木 H23	人数	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	
平均			26.02	17.36	42.38	39.86	30.88	10.17	156.72	12.72	38.59	156.98	55.14	85.58			
標準偏差			5.05	6.20	10.55	7.87	16.79	1.62	23.18	4.11	11.86	5.61	10.24	2.97			
全国 H23		人数	165	165	165	164	142	158	163	162	155	164	159	158			
		平均	26.75	18.95	43.19	40.68	34.14	9.61	155.77	13.13	41.70	157.28	53.06	85.41			
		標準偏差	5.34	5.97	9.95	6.86	14.89	1.13	26.75	4.29	11.84	5.96	8.63	4.15			
H23栃木-全国比較							##										
18歳	栃木 H24	人数	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44		
		平均	27.86	17.43	41.84	40.25	33.84	9.80	159.25	12.91	40.95	157.51	54.20	86.16			
		標準偏差	6.10	6.06	10.09	7.56	15.72	1.49	27.83	4.01	12.48	5.58	10.91	2.73			
	栃木 H23	人数	38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	38		
		平均	25.50	16.58	37.42	41.63	28.21	9.60	158.13	11.37	37.63	154.55	51.18	84.92			
		標準偏差	5.40	4.40	10.49	6.02	13.30	1.11	20.39	3.31	10.10	4.94	8.29	2.80			
	全国 H23	人数	146	147	147	146	127	139	146	145	135	145	140	139			
		平均	25.64	17.75	43.08	40.17	31.04	9.74	152.65	12.57	39.53	156.76	51.81	85.13			
		標準偏差	5.68	6.20	10.36	7.61	14.25	1.20	27.03	3.72	11.27	5.42	8.41	3.55			
H23栃木-全国比較					##						#						

総合評価集計表

			男子 (%)					女子 (%)				
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
小学校	6歳	H24栃木	6.42	24.02	37.29	20.12	12.14	9.69	25.55	33.21	20.66	10.89
		H23栃木	7.90	24.91	35.07	21.70	10.42	9.23	25.90	34.86	19.98	10.04
		H23全国	10.15	27.66	37.91	16.92	7.36	11.14	25.42	35.68	18.38	9.38
	7歳	H24栃木	7.72	24.08	37.58	23.49	7.13	10.29	24.72	38.42	20.68	5.88
		H23栃木	7.75	22.97	39.64	22.16	7.48	7.81	24.12	41.29	21.37	5.41
		H23全国	12.51	24.55	36.97	20.57	5.40	9.47	25.12	38.45	21.74	5.22
	8歳	H24栃木	7.95	22.97	35.28	25.15	8.65	11.15	26.80	35.88	20.41	5.76
		H23栃木	9.53	26.44	34.42	21.55	8.07	9.72	25.71	35.77	20.72	8.08
		H23全国	12.11	31.50	33.59	18.16	4.64	11.02	30.96	35.80	17.38	4.84
	9歳	H24栃木	11.02	25.54	30.72	23.37	9.35	12.99	26.34	32.57	19.67	8.43
		H23栃木	12.90	25.64	30.32	20.54	10.60	12.43	26.18	33.72	20.88	6.79
		H23全国	16.76	31.82	28.60	17.23	5.59	16.33	25.89	35.56	16.62	5.60
10歳	H24栃木	10.22	25.10	35.99	20.62	8.06	14.95	28.09	32.50	17.80	6.66	
	H23栃木	10.30	25.28	33.94	20.95	9.52	14.81	25.64	36.72	16.96	5.87	
	H23全国	14.19	27.07	36.75	17.29	4.70	17.44	25.07	36.10	17.25	4.15	
11歳	H24栃木	12.87	28.83	32.65	18.73	6.92	13.99	33.13	32.45	15.88	4.55	
	H23栃木	11.75	29.61	33.36	18.03	7.26	13.70	29.07	36.46	16.03	4.73	
	H23全国	13.47	33.21	30.03	18.58	4.72	15.09	33.14	30.56	18.15	3.06	
中学校	12歳	H24栃木	1.73	15.50	36.98	35.33	10.46	22.15	35.89	29.18	11.56	1.21
		H23栃木	1.78	18.11	38.80	32.34	8.97	24.98	38.33	26.70	9.01	0.98
		H23全国	5.32	24.19	39.14	26.66	4.70	32.33	37.25	23.03	6.83	0.56
	13歳	H24栃木	5.40	26.03	39.24	22.72	6.61	28.24	33.92	25.36	10.64	1.84
		H23栃木	6.03	23.71	40.36	24.27	5.63	25.65	34.50	28.17	10.23	1.46
		H23全国	10.25	30.52	40.30	16.48	2.44	34.56	33.85	22.60	8.21	0.78
	14歳	H24栃木	13.66	28.29	35.37	17.72	4.96	24.94	28.27	29.00	13.73	4.06
		H23栃木	14.11	31.68	32.08	17.08	5.05	25.41	29.00	28.84	13.56	3.19
		H23全国	21.25	34.16	31.05	12.30	1.25	34.80	27.89	25.06	10.60	1.65
高校・全	15歳	H24栃木	17.94	31.78	33.91	12.45	3.93	16.87	29.51	36.24	14.13	3.24
		H23栃木	18.97	35.14	33.18	10.56	2.15	15.24	27.19	37.25	17.87	2.45
		H23全国	17.85	30.80	34.71	13.95	2.68	17.06	25.29	33.82	17.68	6.15
	16歳	H24栃木	24.36	35.46	26.76	10.77	2.65	16.50	29.51	34.15	16.75	3.09
		H23栃木	23.28	36.78	27.56	10.52	1.86	15.46	28.18	34.91	18.98	2.47
		H23全国	26.65	31.95	27.10	11.96	2.35	19.67	24.96	30.64	19.44	5.30
	17歳	H24栃木	26.49	38.97	22.95	10.31	1.29	17.88	29.61	33.39	16.41	2.71
		H23栃木	26.27	36.21	26.17	10.41	0.94	14.53	26.60	34.72	21.70	2.45
		H23全国	27.88	34.83	25.79	10.35	1.16	19.71	24.53	31.75	19.19	4.82
高校・定	15歳	H24栃木	3.65	11.68	32.12	32.85	19.71	3.85	16.35	22.12	37.50	20.19
		H23栃木	2.13	14.18	41.84	30.50	11.35	1.25	11.25	36.25	36.25	15.00
		H23全国	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
	16歳	H24栃木	3.20	15.20	39.20	33.60	8.80	0.00	12.00	35.00	31.00	22.00
		H23栃木	2.63	20.18	34.21	31.58	11.40	0.00	8.11	21.62	45.95	24.32
		H23全国	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
	17歳	H24栃木	3.42	19.66	32.48	29.06	15.38	0.00	5.88	25.88	44.71	23.53
		H23栃木	0.00	10.09	30.28	41.28	18.35	3.53	7.06	23.53	35.29	30.59
		H23全国	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
	18歳	H24栃木	0.00	12.31	23.08	35.38	29.23	4.55	13.64	25.00	36.36	20.45
		H23全国	4.48	10.45	37.31	35.82	11.94	0.00	7.89	23.68	47.37	21.05

# アンケート項目集計表

## 男子

	%		小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
			6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18
運動部・地域スポーツクラブへの所属状況	所属有り	栃木H24	40.16	49.41	62.45	71.54	72.24	69.38	85.37	86.70	86.67	66.67	58.24	54.83	35.77	45.60	51.28	43.08
		栃木H23	41.32	49.19	62.75	68.28	72.64	71.94	83.59	87.31	83.80	66.92	56.33	52.72	43.26	52.63	32.11	50.75
		全国H23	42.93	56.28	64.01	74.74	73.77	73.20	91.68	93.76	89.21	72.04	70.22	66.46	...	...	...	...
	所属無し	栃木H24	59.84	50.59	37.55	28.46	27.76	30.62	14.63	13.30	13.33	33.33	41.76	45.17	64.23	54.40	48.72	56.92
		栃木H23	58.68	50.81	37.25	31.72	27.36	28.06	16.41	12.69	16.20	33.08	43.67	47.28	56.74	47.37	67.89	49.25
		全国H23	57.07	43.72	35.99	25.26	26.23	26.80	8.32	6.24	10.79	27.96	29.78	33.54	...	...	...	...
運動・スポーツの実施状況	ほぼ毎日	栃木H24	13.62	22.99	34.32	51.92	53.70	57.08	85.52	86.06	83.98	67.32	57.83	52.33	23.36	24.00	23.08	20.00
		栃木H23	15.19	22.79	38.37	49.63	56.02	58.16	85.13	88.34	85.57	65.51	55.03	51.22	23.40	26.32	12.84	34.33
		全国H23	26.10	36.55	47.56	61.35	61.27	62.64	89.86	91.12	86.05	67.98	65.14	59.70	...	...	...	...
	ときどき	栃木H24	53.86	50.67	40.26	30.88	33.25	28.99	6.53	6.37	5.53	10.32	10.94	9.34	25.55	26.40	31.62	32.31
		栃木H23	53.47	49.55	37.42	34.26	30.82	29.61	7.52	5.55	5.69	11.21	13.69	11.82	28.37	27.19	28.44	26.87
		全国H23	44.12	41.79	38.28	29.15	28.92	27.80	6.35	5.15	7.33	12.81	11.57	15.22	...	...	...	...
	ときたま	栃木H24	14.66	10.32	11.88	8.43	6.23	7.82	3.38	4.43	3.90	8.68	10.36	11.03	15.33	16.80	22.22	24.62
		栃木H23	11.02	11.89	10.82	6.90	7.97	7.34	3.31	2.38	3.37	9.25	9.96	11.91	14.89	17.54	16.51	16.42
		全国H23	10.46	10.31	6.60	5.51	6.47	5.79	2.09	1.82	3.04	9.03	10.65	10.09	...	...	...	...
	しない	栃木H24	17.87	16.02	13.54	8.76	6.82	6.11	4.56	3.14	6.59	13.68	20.88	27.29	35.77	32.80	23.08	23.08
		栃木H23	20.31	15.77	13.39	9.20	5.19	4.89	4.04	3.73	5.37	14.02	21.32	25.05	33.33	28.95	42.20	22.39
		全国H23	19.32	11.35	7.56	3.99	3.33	3.76	1.70	1.90	3.59	10.19	12.63	14.98	...	...	...	...
1日の運動・スポーツの実施時間	30分未満	栃木H24	23.85	24.16	25.33	19.87	14.71	13.76	6.85	7.01	9.27	22.19	34.05	38.33	48.18	45.60	36.75	61.54
		栃木H23	28.30	25.59	26.52	17.58	14.03	14.03	6.47	6.26	9.22	21.87	31.38	37.43	51.06	37.72	55.05	40.30
		全国H23	30.93	24.43	18.68	13.80	11.31	10.81	5.18	4.28	7.72	19.32	23.26	27.96	...	...	...	...
	30分～1時間未満	栃木H24	39.64	32.89	21.48	20.95	19.04	19.14	4.96	6.61	6.34	10.40	8.04	7.97	26.28	29.60	36.75	18.46
		栃木H23	36.81	31.80	20.52	20.38	18.18	18.19	7.28	4.36	4.65	10.93	10.89	11.07	17.73	26.32	24.77	31.34
		全国H23	31.64	28.54	24.69	17.51	17.87	21.62	5.10	4.83	8.11	12.39	10.98	12.47	...	...	...	...
	1時間～2時間	栃木H24	31.31	30.87	26.81	24.87	25.10	23.53	15.34	19.42	19.59	17.53	14.66	15.06	19.71	19.20	22.22	16.92
		栃木H23	29.60	30.54	26.61	27.36	25.37	23.49	19.48	14.59	16.28	14.39	14.71	11.91	24.11	28.07	14.68	20.90
		全国H23	30.21	31.32	28.22	27.69	29.28	25.87	19.95	21.30	21.53	17.32	14.39	14.41	...	...	...	...
	2時間以上	栃木H24	5.20	12.08	26.38	34.31	41.15	43.57	72.86	66.96	64.80	49.88	43.25	38.65	5.84	5.60	4.27	3.08
		栃木H23	5.30	12.07	26.35	34.68	42.42	44.29	66.77	74.78	69.85	52.80	43.02	39.59	7.09	7.89	5.50	7.46
		全国H23	7.22	15.71	28.41	41.01	41.54	41.70	69.76	69.60	62.64	50.96	51.36	45.16	...	...	...	...
朝食の有無	毎日食べる	栃木H24	94.80	88.17	86.11	88.73	89.53	90.15	87.57	87.43	85.20	83.70	80.94	79.39	42.34	40.80	25.64	35.38
		栃木H23	95.40	92.88	88.50	88.50	90.65	91.19	90.62	88.82	85.49	85.05	80.07	76.17	51.06	30.70	29.36	34.33
		全国H23	94.92	91.24	89.46	92.02	90.87	90.27	89.59	88.71	86.07	78.87	73.65	71.31	...	...	...	...
	時々欠かさず	栃木H24	4.77	9.65	13.19	10.18	9.73	8.71	10.86	10.39	11.46	12.94	13.84	14.25	41.61	39.20	47.86	40.00
		栃木H23	4.17	6.40	10.47	10.44	9.00	8.08	8.33	9.52	12.11	11.87	14.06	15.76	34.04	42.98	50.46	38.81
		全国H23	4.79	8.00	9.97	7.12	8.37	8.96	9.48	9.63	12.37	16.73	19.59	21.27	...	...	...	...
まったく食べない	栃木H24	0.43	2.18	0.70	1.09	0.75	1.14	1.57	2.18	3.33	3.36	5.22	6.36	16.06	20.00	26.50	24.62	
	栃木H23	0.43	0.72	1.03	1.07	0.35	0.73	1.05	1.67	2.41	3.08	5.87	8.07	14.89	26.32	20.18	26.87	
	全国H23	0.30	0.76	0.57	0.85	0.76	0.77	0.93	1.66	1.56	4.39	6.76	7.42	...	...	...	...	
1日の睡眠時間	6時間未満	栃木H24	0.35	2.85	9.78	11.02	5.65	5.13	7.47	13.78	15.85	29.40	32.73	39.13	25.55	41.60	32.48	21.54
		栃木H23	0.35	0.99	9.61	7.72	6.41	4.98	6.22	12.21	16.44	25.14	30.63	31.80	31.21	29.82	30.28	32.84
		全国H23	1.30	4.61	9.46	6.00	6.09	4.44	7.12	7.58	12.27	23.17	27.17	30.56	...	...	...	...
	6時間～8時間未満	栃木H24	17.61	21.39	24.72	30.55	34.33	42.18	57.67	66.88	70.16	65.19	63.38	57.49	56.20	48.00	59.83	69.23
		栃木H23	13.72	17.30	26.27	29.99	38.35	40.62	58.12	66.14	69.77	69.16	65.27	64.63	49.65	57.89	57.80	52.24
		全国H23	12.97	15.45	24.45	35.71	41.20	45.85	65.33	73.93	73.20	70.50	66.44	65.09	...	...	...	...
8時間以上	栃木H24	82.05	75.76	65.50	58.43	60.02	52.69	34.85	19.34	13.98	5.41	3.89	3.38	18.25	10.40	7.69	9.23	
	栃木H23	85.94	81.71	64.12	62.28	55.24	54.40	35.65	21.65	13.79	5.70	4.10	3.56	19.15	12.28	11.93	14.93	
	全国H23	85.73	79.94	66.09	58.29	52.71	49.71	27.55	18.48	14.53	6.33	6.39	4.35	...	...	...	...	
1日のテレビ(テレビゲームも含む)の実施時間	1時間未満	栃木H24	13.53	14.85	20.17	22.70	14.30	11.32	22.42	19.26	21.71	37.10	33.14	36.96	18.98	24.80	29.91	10.77
		栃木H23	15.28	13.15	22.06	20.38	13.07	11.01	22.23	17.21	17.72	28.97	24.77	28.61	17.73	26.32	29.36	32.84
		全国H23	25.30	20.48	22.51	19.07	14.26	10.97	23.22	16.94	21.25	31.54	31.24	33.31	...	...	...	...
	1時間～2時間未	栃木H24	43.28	39.01	32.93	30.30	29.01	30.94	33.04	34.41	35.28	33.42	35.05	35.10	18.25	16.80	27.35	26.15
		栃木H23	42.97	39.73	29.70	29.83	29.09	26.26	30.40	32.91	30.23	33.46	34.26	34.90	22.70	26.32	22.94	20.90
		全国H23	41.43	42.39	34.57	32.35	31.18	29.74	34.52	35.55	35.94	33.38	36.39	34.78	...	...	...	...
	2時間～3時間未満	栃木H24	30.27	29.28	22.10	21.12	23.94	24.92	24.78	24.09	23.66	16.71	18.31	14.98	24.09	20.80	11.11	24.62
		栃木H23	30.47	31.35	25.24	24.08	26.41	28.71	26.03	26.33	26.78	23.36	21.79	18.95	22.70	11.40	18.35	17.91
		全国H23	24.10	24.98	21.65	23.06	24.52	27.33	22.68	27.63	25.63	22.15	18.04	15.65	...	...	...	...
3時間以上	栃木H24	12.92	16.86	24.80	25.88	32.75	32.82	19.75	22.24	19.35	12.78	13.50	12.96	38.69	37.60	31.62	38.46	
	栃木H23	11.28	15.77	23.00	25.72	31.43	34.01	21.34	23.55	25.26	14.21	19.18	17.54	36.88	35.96	29.36	28.36	
	全国H23	7.06	8.44	10.96	17.68	24.08	30.69	23.59	23.35	20.98	16.20	16.92	14.60	...	...	...	...	

女子

	%		小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
			6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18
運動部・地域スポーツクラブへの所属状況	所属有り	栃木H24	28.23	32.72	48.74	49.17	50.48	46.01	64.11	64.80	61.01	38.15	32.85	29.70	19.23	27.00	14.12	29.55
		栃木H23	26.08	35.11	43.59	50.04	50.37	48.01	62.74	63.23	60.38	36.78	27.80	25.38	26.25	9.46	25.88	23.68
		全国H23	31.33	37.73	43.44	53.54	48.02	49.56	70.84	72.63	69.85	43.35	43.19	39.18	...	...	...	...
	所属無し	栃木H24	71.77	67.28	51.26	50.83	49.52	53.99	35.89	35.20	38.99	61.85	67.15	70.30	80.77	73.00	85.88	70.45
		栃木H23	73.92	64.89	56.41	49.96	49.63	51.99	37.26	36.77	39.62	63.22	72.20	74.62	73.75	90.54	74.12	76.32
		全国H23	68.67	62.27	56.56	46.46	51.98	50.44	29.16	27.37	30.15	56.65	56.81	60.82	...	...	...	...
運動・スポーツの実施状況	ほぼ毎日	栃木H24	9.96	12.68	22.48	30.11	30.86	33.48	67.26	65.04	63.36	35.91	30.08	28.22	6.73	18.00	10.59	6.82
		栃木H23	8.60	14.16	20.29	32.23	34.57	32.56	64.05	63.31	62.34	35.75	27.13	24.53	13.75	14.86	11.76	10.53
		全国H23	16.52	21.23	29.43	36.12	35.23	37.09	69.06	71.51	66.46	36.91	36.52	33.94	...	...	...	...
	ときどき	栃木H24	49.35	53.13	48.11	44.42	47.02	40.60	12.77	12.40	9.10	14.30	12.11	9.19	28.85	18.00	18.82	29.55
		栃木H23	44.35	49.53	47.64	44.08	44.00	43.69	13.51	11.20	9.40	11.57	10.15	11.51	17.50	24.32	18.82	13.16
		全国H23	40.90	45.57	46.00	44.40	42.36	37.86	12.68	8.16	10.87	15.14	14.88	15.04	...	...	...	...
	ときたま	栃木H24	15.77	12.59	12.32	14.66	13.40	16.48	9.38	10.08	12.19	12.72	11.87	13.13	20.19	22.00	21.18	13.64
		栃木H23	16.40	14.76	12.90	10.85	12.90	16.45	11.06	11.61	12.09	15.80	15.75	15.09	17.50	16.22	21.18	18.42
		全国H23	13.96	14.80	11.33	10.81	13.58	15.77	10.21	9.89	10.31	17.45	17.31	15.87	...	...	...	...
	しない	栃木H24	24.91	21.60	17.09	10.80	8.73	9.44	10.59	12.48	15.35	37.07	45.93	49.47	44.23	42.00	49.41	50.00
		栃木H23	30.65	21.55	19.17	12.84	8.52	7.31	11.38	13.88	16.18	36.88	46.96	48.87	51.25	44.59	48.24	57.89
		全国H23	28.61	18.40	13.24	8.67	8.83	9.27	8.05	10.44	12.36	30.50	31.28	35.15	...	...	...	...
1日の運動・スポーツの実施時間	30分未満	栃木H24	35.89	34.28	33.00	31.96	24.72	26.78	21.99	24.56	29.00	51.37	58.86	61.85	55.77	65.00	64.71	65.91
		栃木H23	41.49	35.88	38.01	31.81	28.37	25.42	21.21	26.30	28.10	51.74	62.05	62.26	63.75	64.86	60.00	60.53
		全国H23	44.06	36.84	35.52	29.01	26.31	25.31	20.49	21.62	25.36	50.62	50.38	53.65	...	...	...	...
	30分～1時間未満	栃木H24	39.30	37.41	28.06	30.20	28.44	27.04	9.94	9.20	7.96	12.22	9.84	9.76	32.69	22.00	23.53	25.00
		栃木H23	36.11	35.79	29.92	24.77	27.96	31.73	11.06	9.66	8.99	12.70	11.10	11.13	21.25	18.92	28.24	23.68
		全国H23	31.39	33.69	30.60	26.79	29.91	28.38	9.57	8.02	8.85	12.50	11.37	12.46	...	...	...	...
	1時間～2時間	栃木H24	21.59	21.23	26.89	21.25	23.42	21.37	19.48	14.88	14.22	14.38	13.25	11.65	11.54	11.00	9.41	6.82
		栃木H23	19.89	22.75	22.87	26.01	22.58	21.51	14.00	13.39	11.60	11.19	7.50	9.34	13.75	12.16	10.59	15.79
		全国H23	20.12	23.77	23.26	25.73	22.98	23.78	18.02	17.92	16.35	11.34	10.38	8.97	...	...	...	...
	2時間以上	栃木H24	3.23	7.08	12.05	16.59	23.42	24.81	48.59	51.36	48.82	22.03	18.05	16.74	0.00	2.00	2.35	2.27
		栃木H23	2.51	5.58	9.20	17.40	21.09	21.35	53.73	50.65	51.31	24.37	19.35	17.26	1.25	4.05	1.18	0.00
		全国H23	4.43	5.70	10.62	18.47	20.80	22.53	51.91	52.44	49.45	25.54	27.86	24.92	...	...	...	...
朝食の有無	毎日食べる	栃木H24	95.39	92.10	91.28	90.61	91.10	91.07	89.98	90.64	87.49	87.95	85.20	82.69	56.73	40.00	51.76	27.27
		栃木H23	94.89	93.13	90.20	91.22	92.64	92.94	91.15	88.88	86.52	87.58	82.83	83.49	56.25	39.19	47.06	36.84
		全国H23	94.61	93.12	93.79	93.81	91.65	91.11	89.28	89.25	87.50	78.06	75.42	75.41	...	...	...	...
	時々欠かさず	栃木H24	4.24	6.80	8.27	8.87	8.64	8.24	8.25	8.16	11.29	10.39	12.28	14.85	30.77	45.00	30.59	50.00
		栃木H23	4.66	6.61	9.20	8.37	7.11	6.48	7.86	9.82	12.58	10.91	14.71	14.06	32.50	40.54	30.59	39.47
		全国H23	5.00	6.69	6.11	6.00	7.87	8.41	10.48	9.96	11.16	17.01	19.27	19.00	...	...	...	...
まったく食べない	栃木H24	0.37	1.10	0.45	0.53	0.26	0.69	1.78	1.20	1.22	1.66	2.52	2.46	12.50	15.00	17.65	22.73	
	栃木H23	0.45	0.26	0.60	0.41	0.25	0.58	0.98	1.30	0.90	1.51	2.47	2.45	11.25	20.27	22.35	23.68	
	全国H23	0.39	0.19	0.10	0.19	0.47	0.48	0.24	0.78	1.34	4.93	5.31	5.58	...	...	...	...	
1日の睡眠時間	6時間未満	栃木H24	0.46	1.47	6.56	7.99	4.67	3.09	7.92	13.68	19.58	33.50	36.10	42.82	32.69	27.00	38.82	56.82
		栃木H23	0.36	1.46	7.39	5.63	3.31	3.32	8.52	13.64	18.95	31.42	31.40	39.81	30.00	31.08	34.12	34.21
		全国H23	0.59	4.07	6.12	4.84	4.57	3.75	7.10	11.46	16.34	30.92	34.40	35.93	...	...	...	...
	6時間～8時間未満	栃木H24	15.87	18.93	23.83	25.81	35.87	44.12	66.29	70.40	71.49	62.09	60.73	54.88	51.92	59.00	52.94	36.36
		栃木H23	12.37	18.45	24.08	32.64	36.72	41.94	62.82	72.08	73.20	64.91	63.85	56.98	57.50	56.76	52.94	60.53
		全国H23	13.27	13.57	21.91	32.36	40.86	50.05	69.38	74.33	74.43	64.07	61.20	59.83	...	...	...	...
8時間以上	栃木H24	83.67	79.60	69.60	66.20	59.46	52.79	25.79	15.92	8.94	4.41	3.17	2.30	15.38	14.00	8.24	6.82	
	栃木H23	87.28	80.09	68.53	61.72	59.97	54.73	28.67	14.29	7.84	3.67	4.74	3.21	12.50	12.16	12.94	5.26	
	全国H23	86.14	82.36	71.96	62.79	54.57	46.21	23.52	14.21	9.23	5.01	4.40	4.24	...	...	...	...	
1日のテレビ(テレビゲームも含む)の実施時間	1時間未満	栃木H24	16.88	19.03	34.62	25.81	20.05	14.33	22.80	17.60	20.47	27.68	22.03	26.74	19.23	21.00	8.24	31.82
		栃木H23	17.83	17.68	28.72	26.76	14.89	12.79	21.38	16.23	12.34	18.91	18.31	17.26	15.00	10.81	25.88	13.16
		全国H23	33.24	29.19	34.99	25.51	15.36	12.05	20.88	15.20	16.64	28.16	23.98	31.62	...	...	...	...
	1時間～2時間未	栃木H24	44.19	44.30	31.56	31.34	33.28	33.39	29.83	31.60	34.52	36.49	37.07	38.88	14.42	20.00	24.71	25.00
		栃木H23	42.56	40.43	37.15	31.90	33.17	28.24	26.54	28.25	30.72	32.55	28.94	36.42	22.50	24.32	29.41	28.95
		全国H23	41.27	41.32	35.46	33.43	33.55	28.01	30.92	33.31	34.62	35.11	37.10	33.81	...	...	...	...
	2時間～3時間未満	栃木H24	27.49	26.38	18.71	22.12	22.73	24.12	22.07	26.24	25.26	20.62	24.07	21.99	27.88	28.00	21.18	15.91
		栃木H23	31.54	32.10	20.03	22.29	26.14	28.32	27.44	27.44	28.10	26.43	28.46	26.60	21.25	22.97	16.47	23.68
		全国H23	18.43	21.05	18.59	23.38	27.01	29.25	24.62	28.13	27.76	20.52	22.00	19.97	...	...	...	...
3時間以上	栃木H24	11.44	10.29	15.11	20.72	23.94	28.15	25.30	24.56	19.74	15.21	16.83	12.39	38.46	31.00	45.88	27.27	
	栃木H23	8.06	9.79	14.10	19.06	25.81	30.65	24.65	28.08	28.84	22.11	24.29	19.72	41.25	41.89	28.24	34.21	
	全国H23	7.06	8.44	10.96	17.68	24.08	30.69	23.59	23.35	20.98	16.20	16.92	14.60	...	...	...	...	

平成24年度 肥満傾向児・痩身傾向児出現率

区分	年齢	男子				女子			
		標本数	肥満傾向	正常	痩身傾向	標本数	肥満傾向	正常	痩身傾向
小学校	6歳	1,153	6.50%	93.15%	0.35%	1,084	6.18%	93.27%	0.55%
	7歳	1,192	7.30%	92.28%	0.42%	1,088	6.53%	93.29%	0.18%
	8歳	1,145	10.13%	89.08%	0.79%	1,112	8.99%	90.65%	0.36%
	9歳	1,198	11.94%	86.81%	1.25%	1,139	10.54%	87.36%	2.11%
	10歳	1,203	13.13%	85.04%	1.83%	1,157	11.50%	87.04%	1.47%
	11歳	1,228	12.70%	85.42%	1.87%	1,165	10.90%	86.35%	2.75%
中学校	12歳	1,271	14.16%	84.19%	1.65%	1,237	12.85%	84.48%	2.67%
	13歳	1,241	10.23%	88.88%	0.89%	1,250	8.88%	87.36%	3.76%
	14歳	1,230	10.08%	88.78%	1.14%	1,231	8.85%	88.87%	2.27%
高校 (全)	15歳	1,221	12.69%	85.50%	1.80%	1,203	9.14%	88.86%	2.00%
	16歳	1,207	11.35%	87.32%	1.33%	1,230	8.86%	89.59%	1.54%
	17歳	1,242	11.11%	87.52%	1.37%	1,219	7.96%	90.73%	1.31%
高校 (定)	15歳	137	21.90%	75.18%	2.92%	104	12.50%	84.62%	2.88%
	16歳	125	7.20%	91.20%	1.60%	100	10.00%	88.00%	2.00%
	17歳	117	8.55%	89.74%	1.71%	85	4.71%	94.12%	1.18%

[参考]肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法

「児童・生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」より  
平成18年3月31日発行 財団法人日本学校保健会

$$\text{標準体重 (kg)} = a \times \text{身長 (cm)} - b$$

$$\text{肥満度 (\%)} = [\text{自分の体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}] \div \text{標準体重 (kg)} \times 100$$

標準体重を求める係数

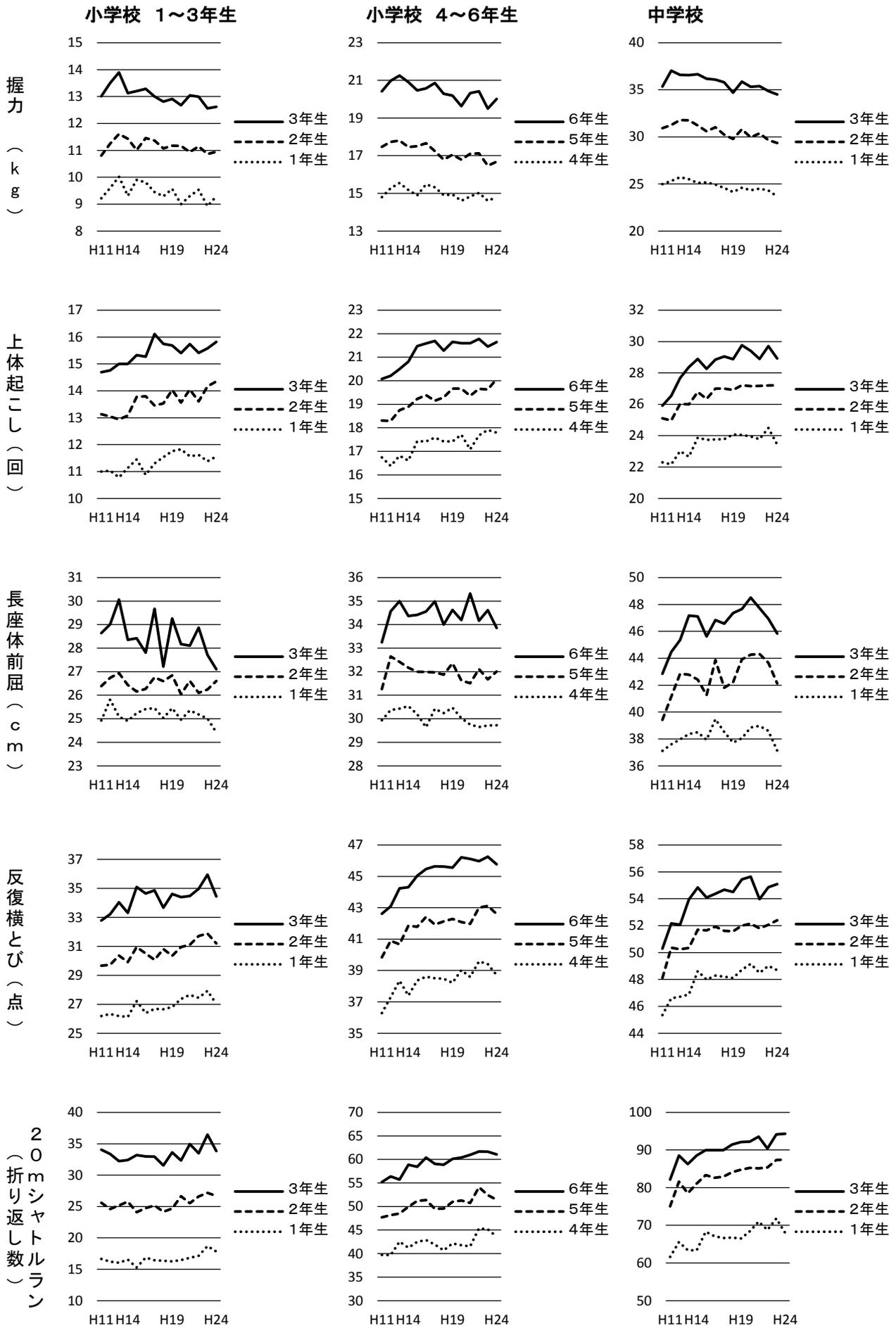
年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6歳	0.461	32.382	0.458	32.079
7歳	0.513	38.878	0.508	38.367
8歳	0.592	48.804	0.561	45.006
9歳	0.687	61.39	0.652	56.992
10歳	0.752	70.461	0.73	68.091
11歳	0.782	75.106	0.803	78.846
12歳	0.783	75.642	0.796	76.934
13歳	0.815	81.348	0.655	54.234
14歳	0.832	83.695	0.594	43.264
15歳	0.766	70.989	0.560	37.002
16歳	0.656	51.822	0.578	39.057
17歳	0.672	53.642	0.598	42.339

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30～49.9%	中軽度肥満
20～29.9%	軽度肥満
-19.9～19.9%	正常
-29.9～-20%	やせ
-30%	高度やせ

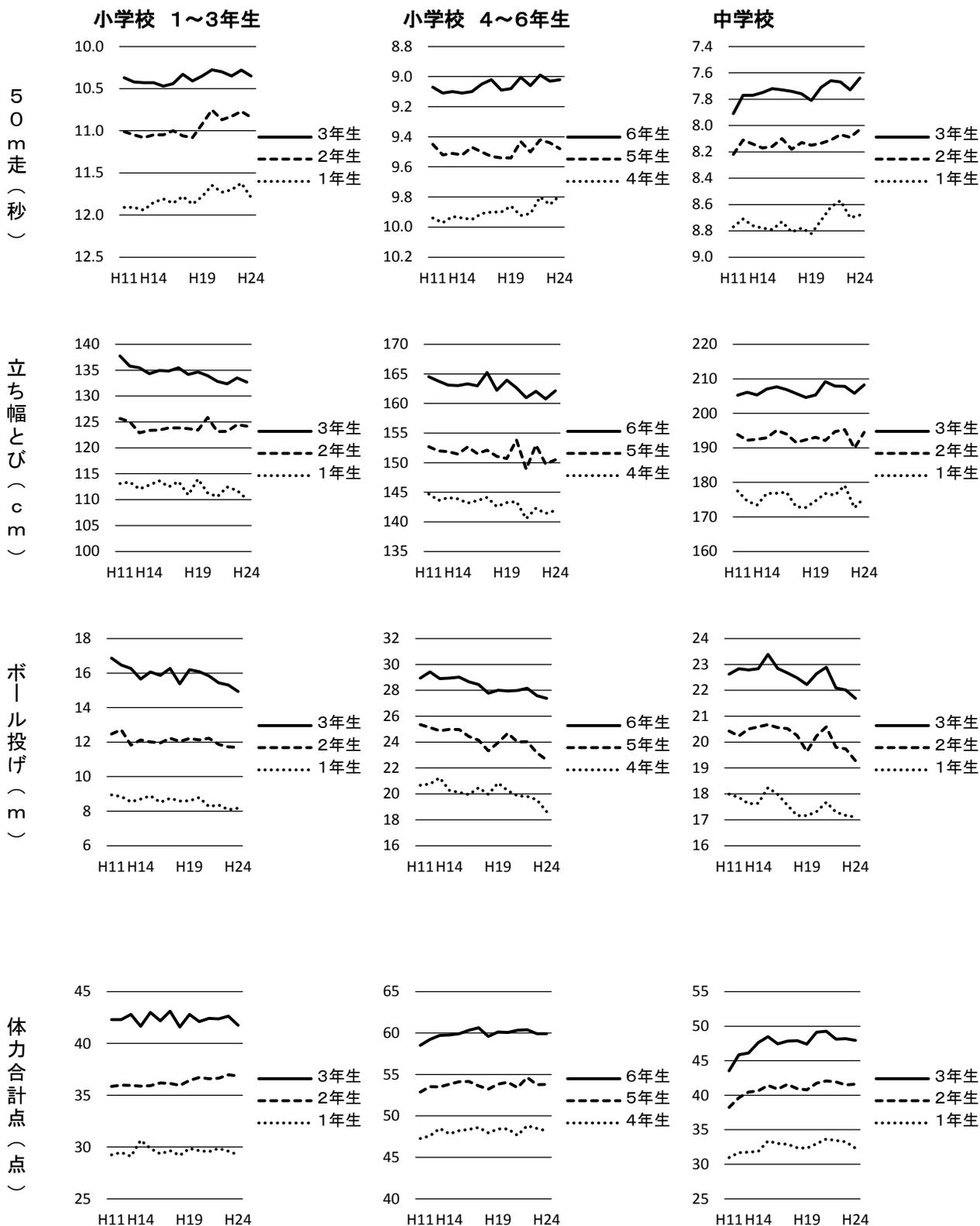
参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(1)

男子 その1



参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(2)

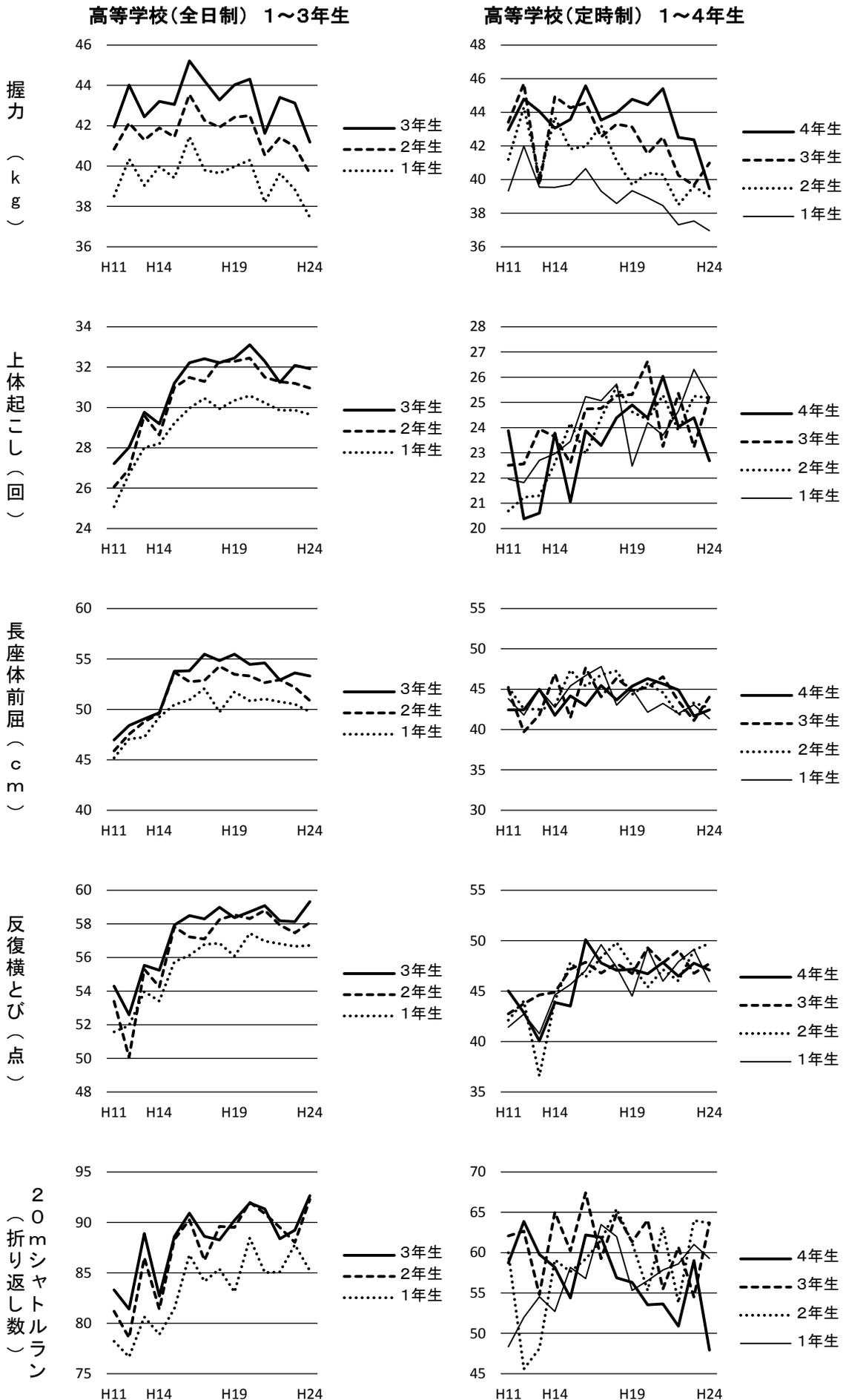
男子 その2



- ボール投げは、小学生ではソフトボール、中学生ではハンドボールを用いる。
- 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

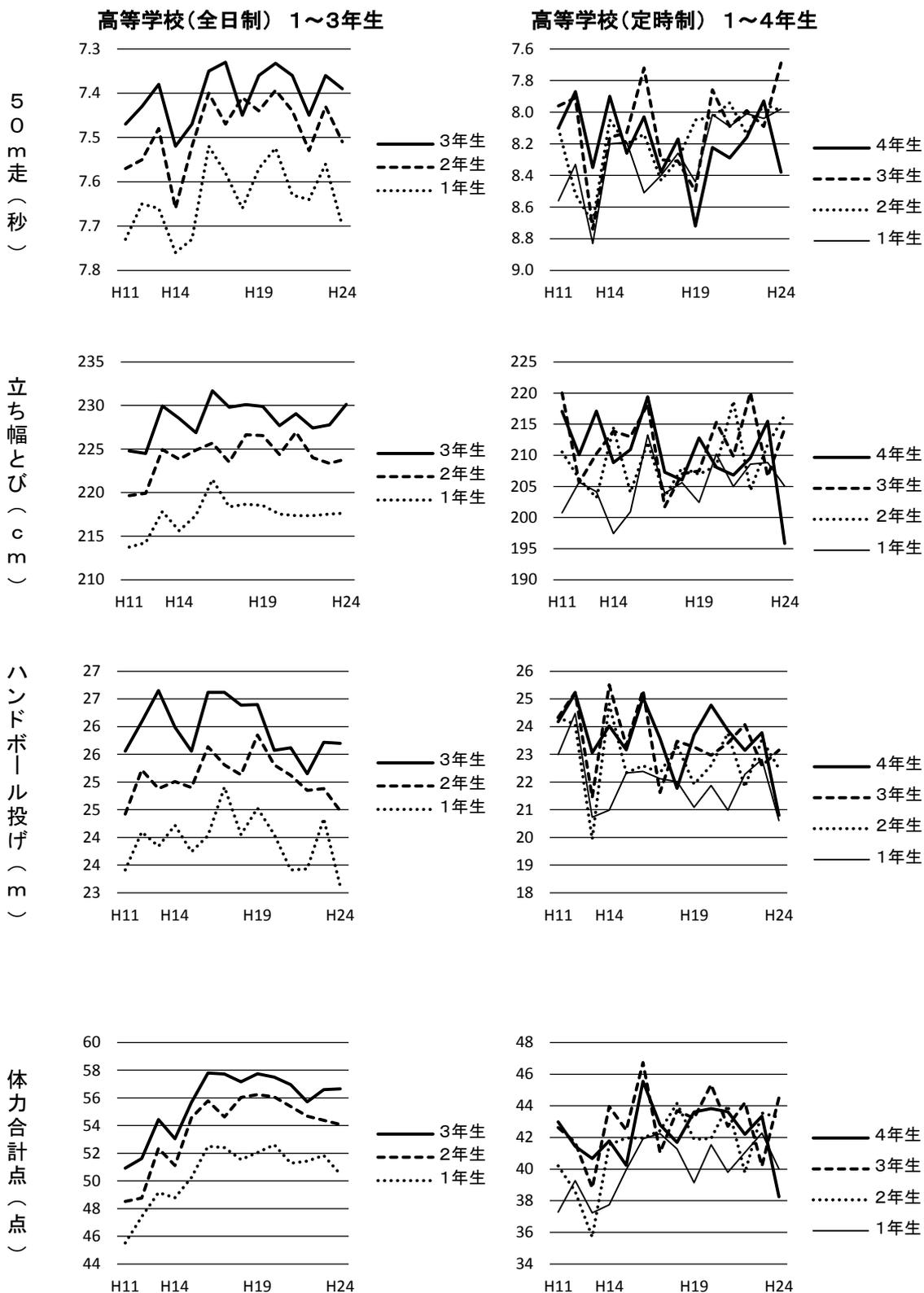
参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(3)

男子 その3



参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(4)

男子 その4

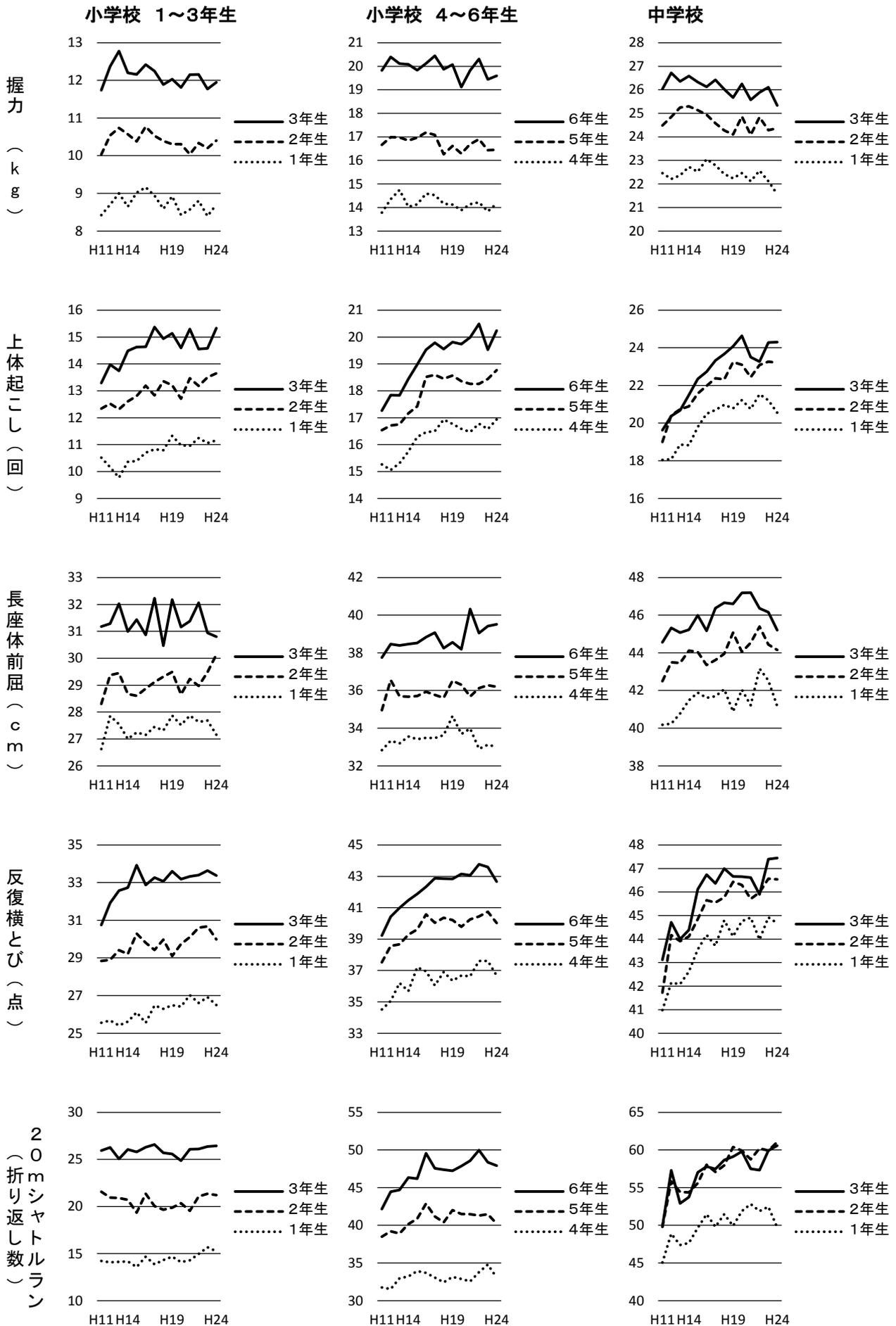


○ 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

○ 高等学校定時制は、標本数が少ないため年度ごとのばらつきが大きい。

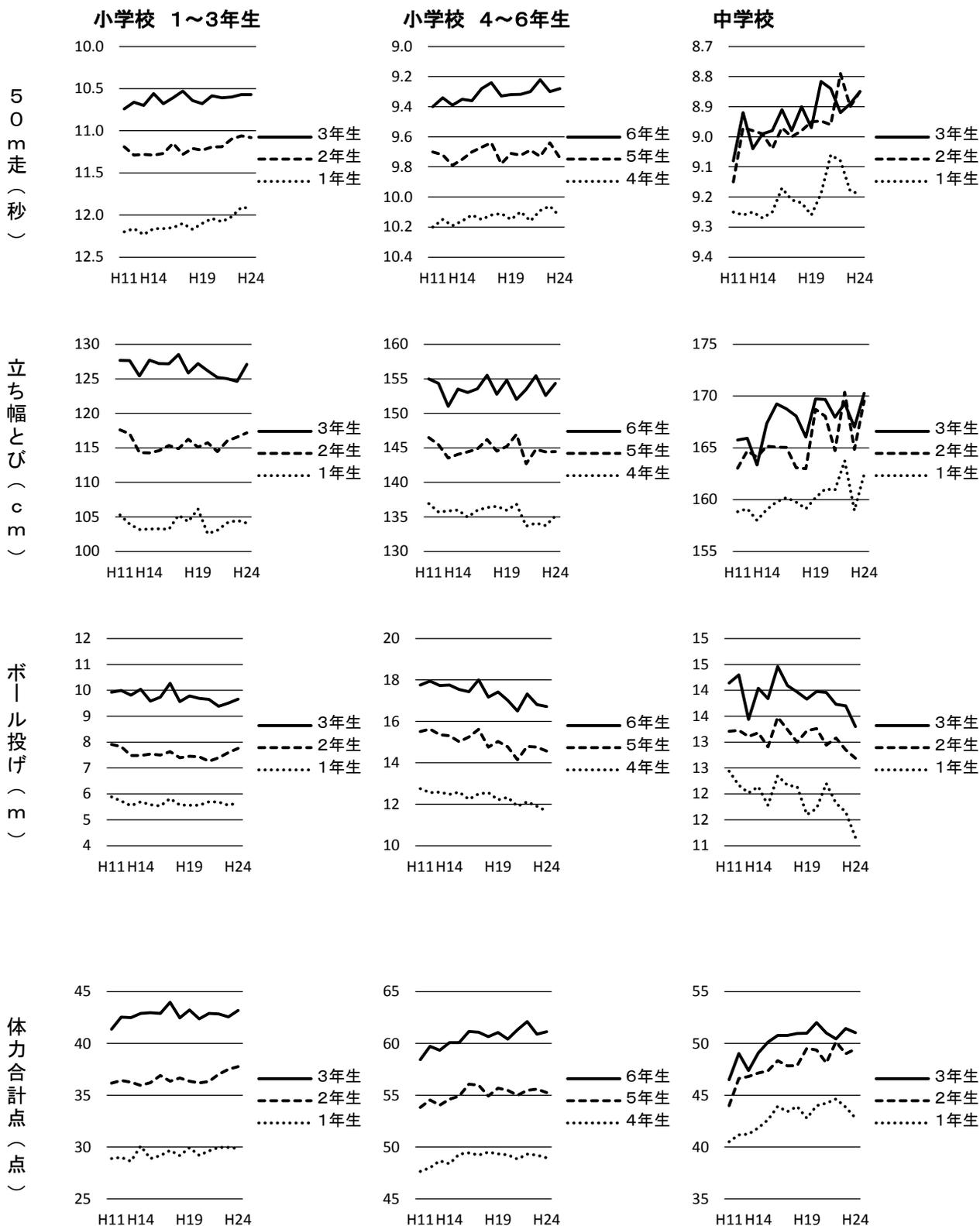
参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(5)

女子 その1



参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(6)

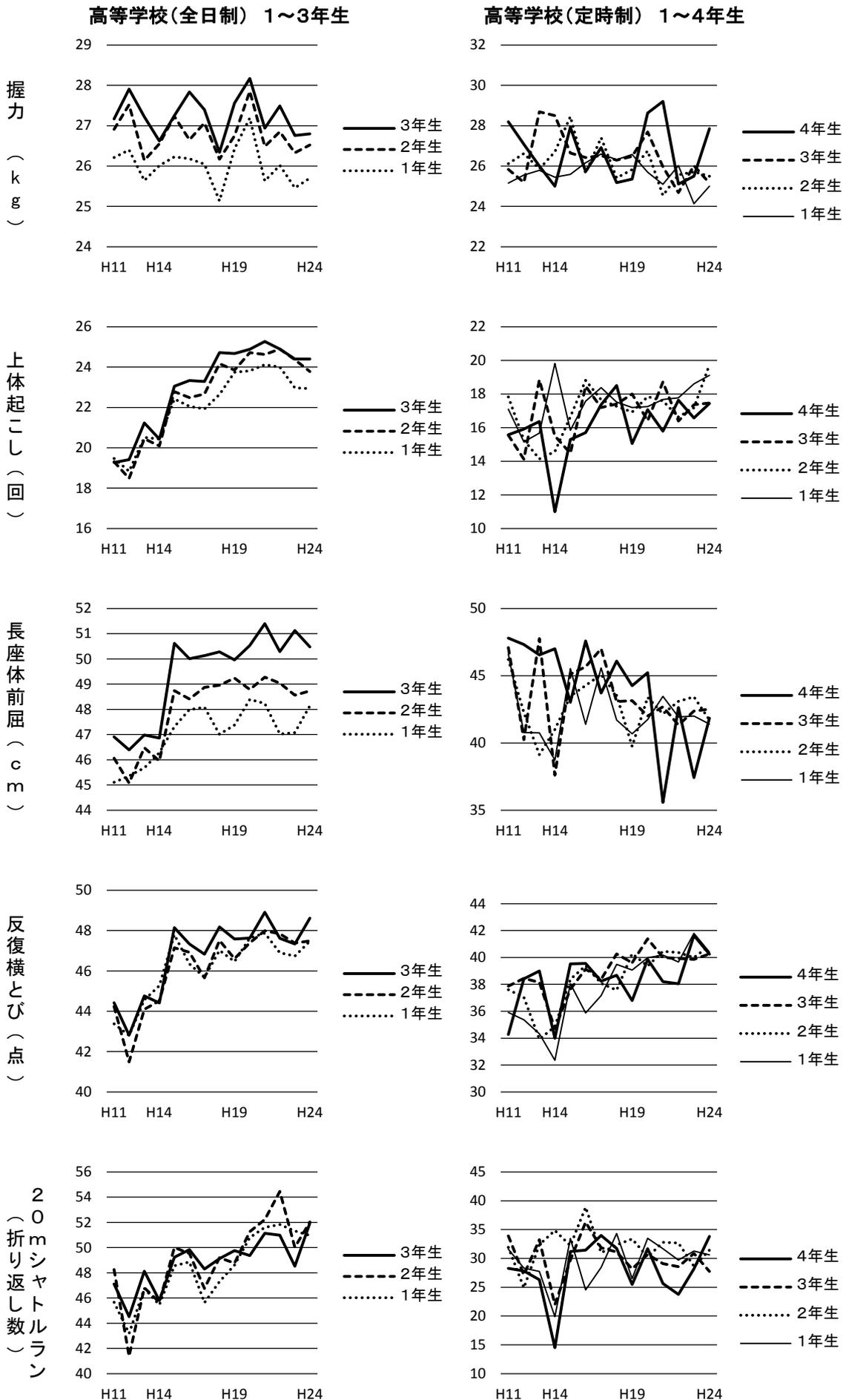
女子 その2



- ボール投げは、小学生ではソフトボール、中学生ではハンドボールを用いる。
- 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

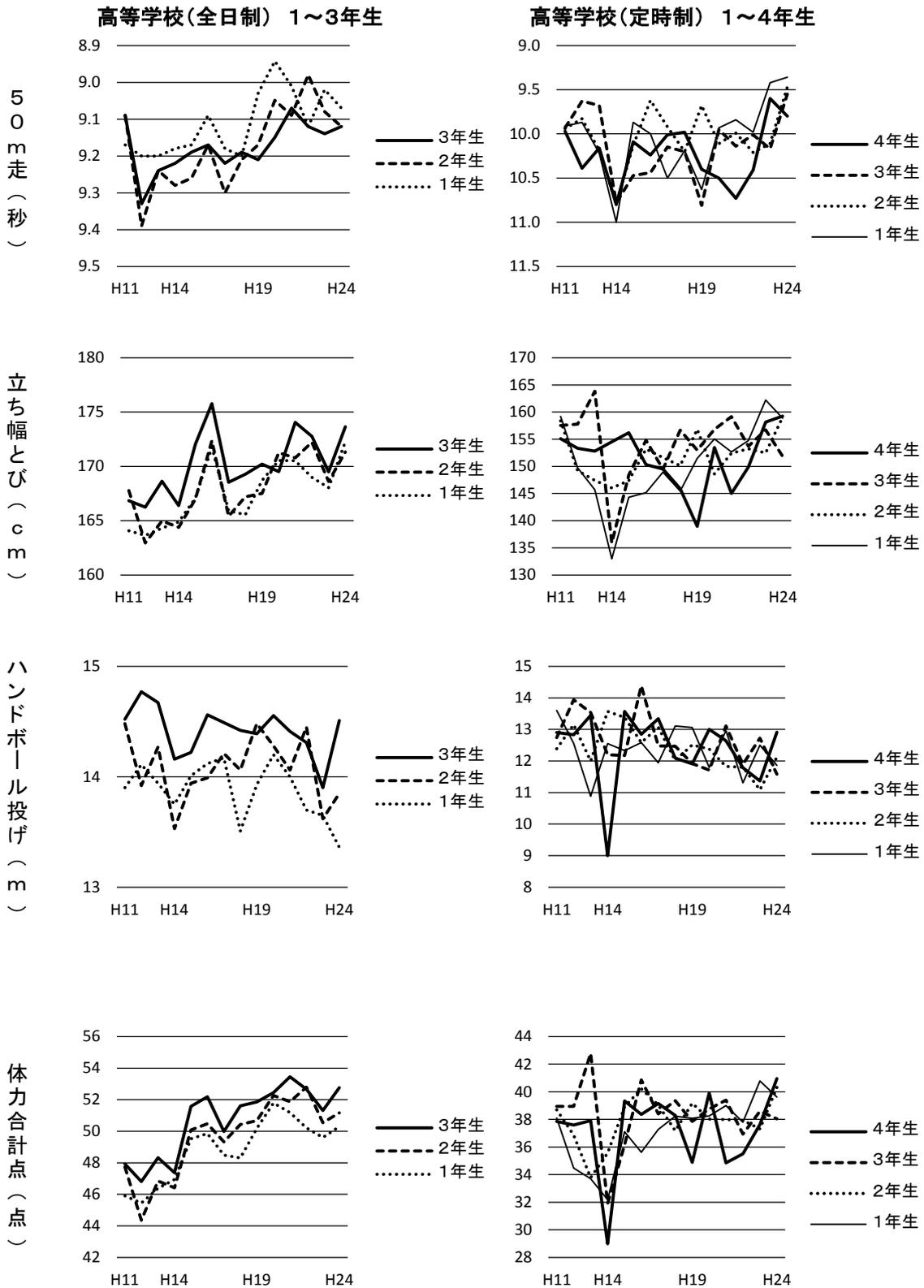
参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(7)

女子 その3



参考資料1 栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(8)

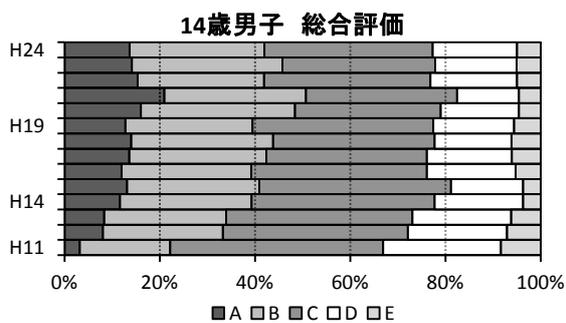
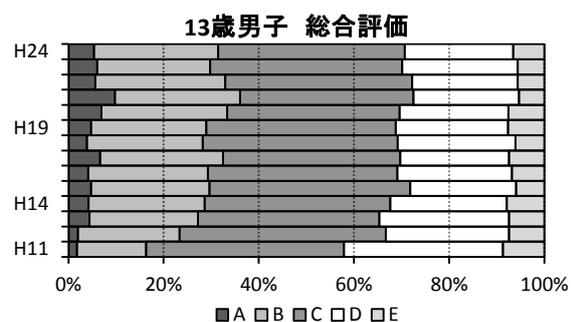
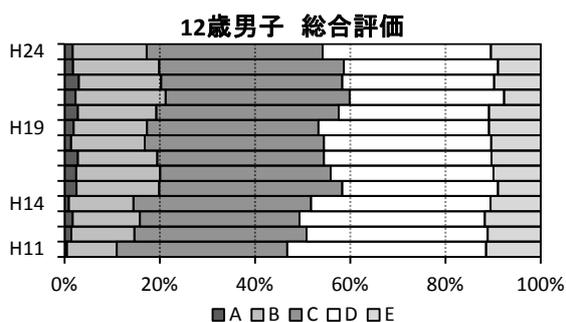
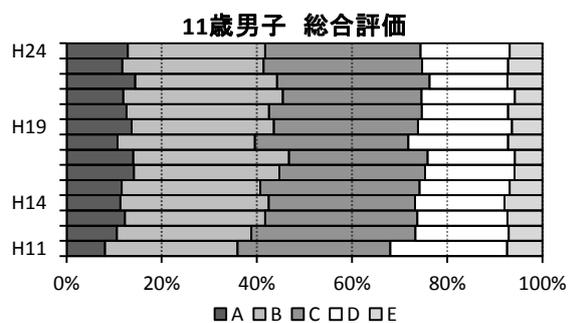
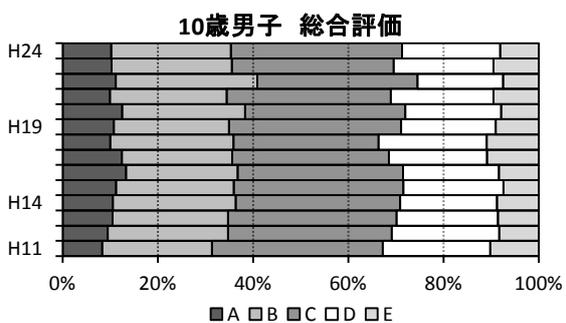
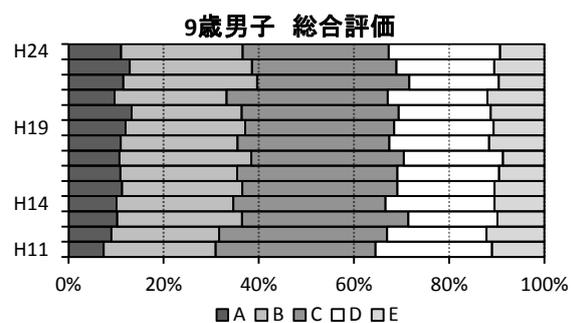
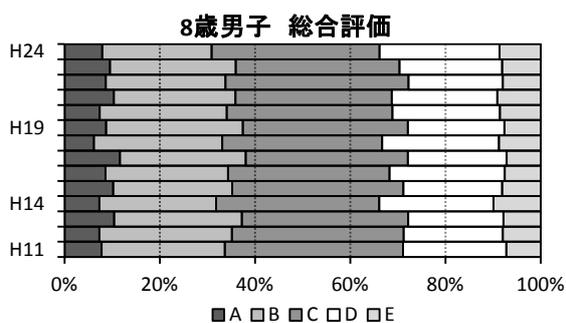
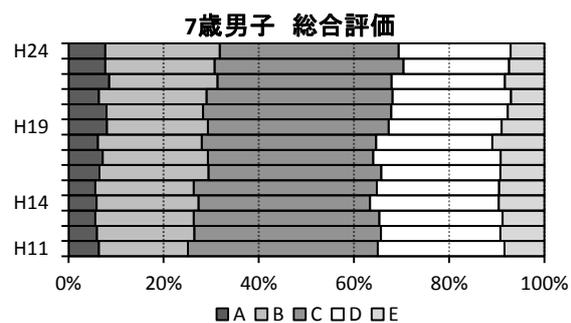
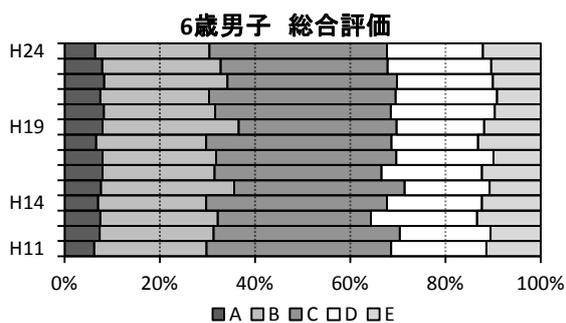
女子 その4



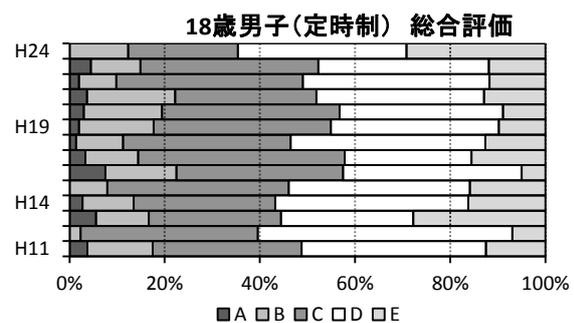
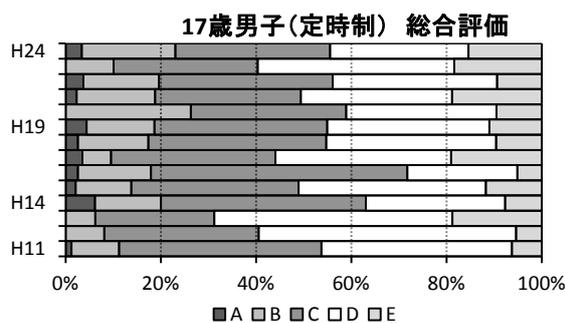
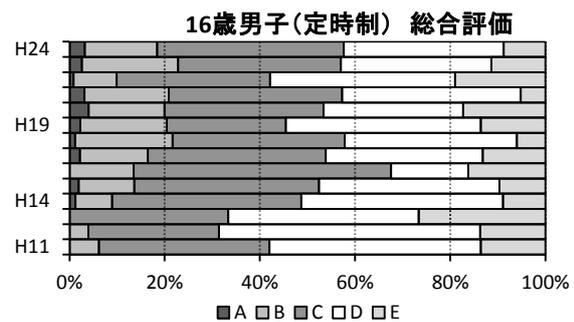
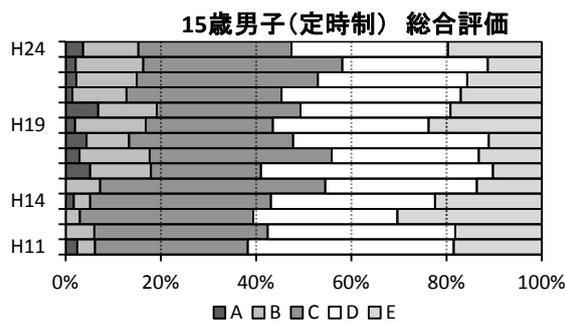
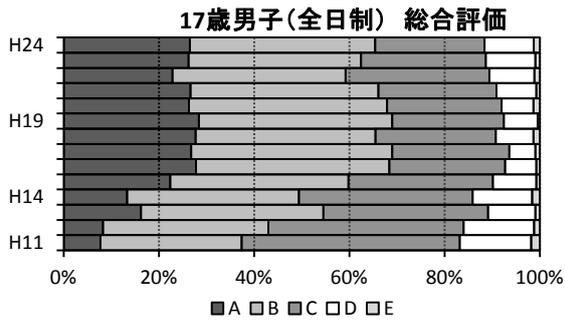
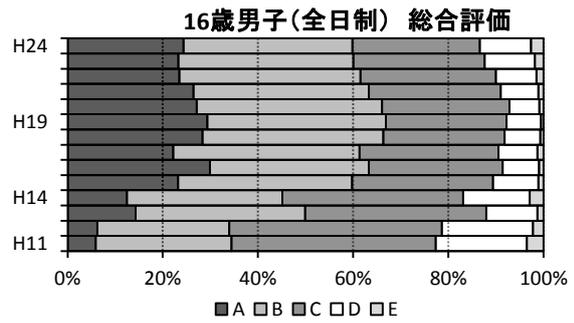
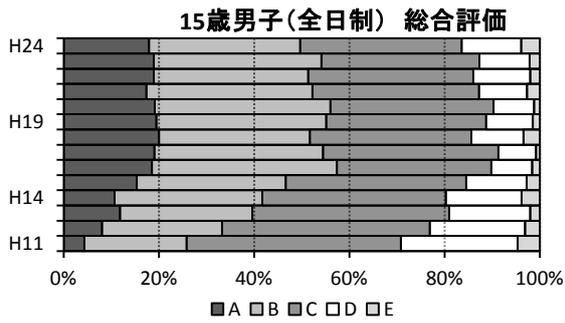
○ 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

○ 高等学校定時制は、標本数が少ないため年度ごとのばらつきが大きい。

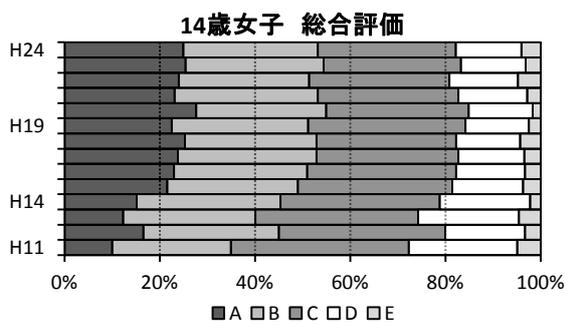
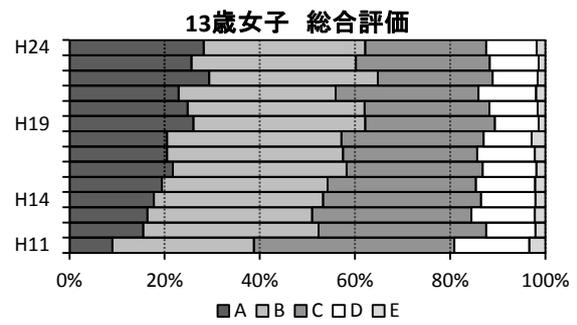
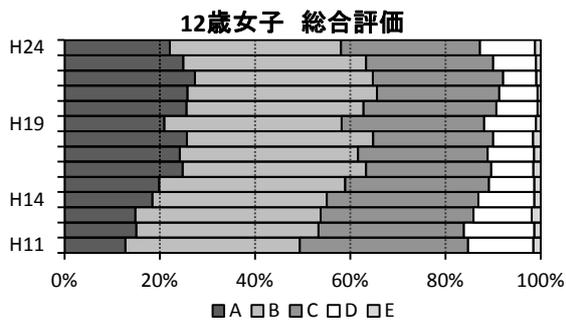
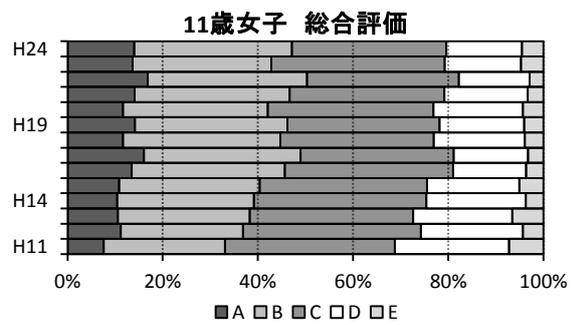
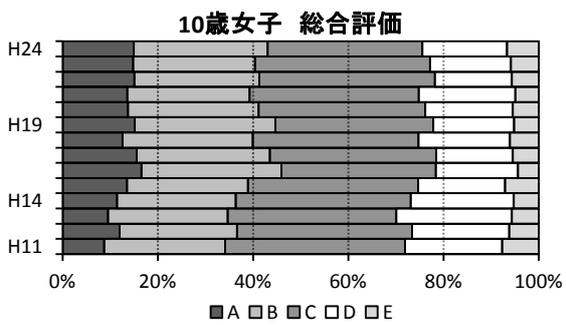
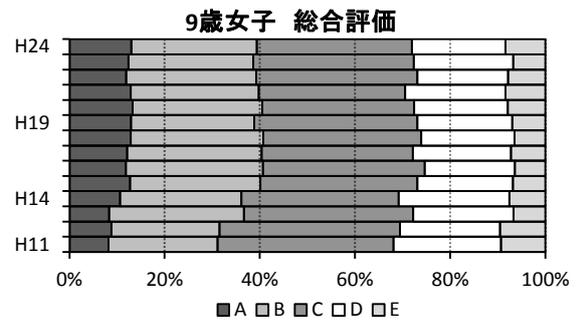
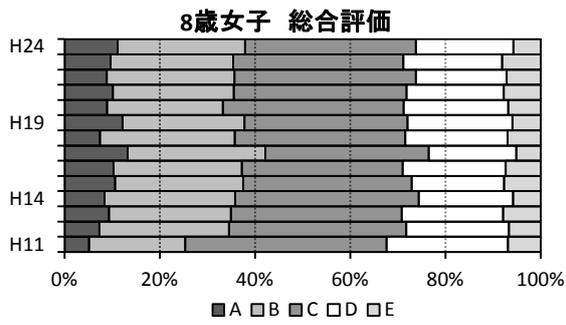
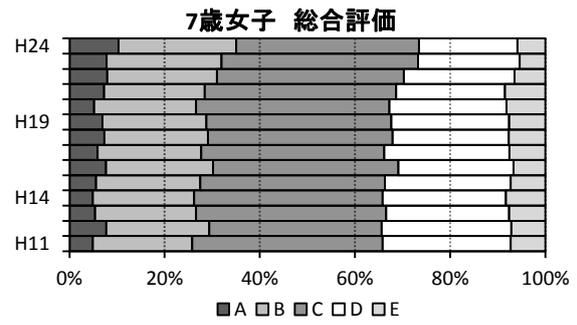
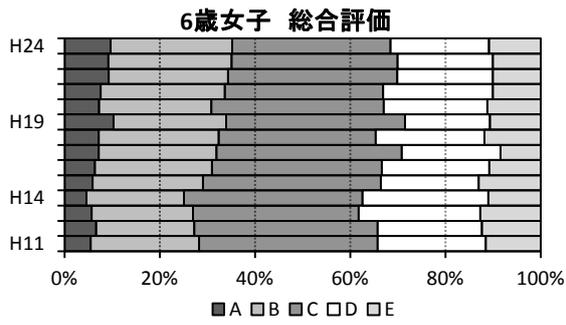
参考資料2 栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移 (1)



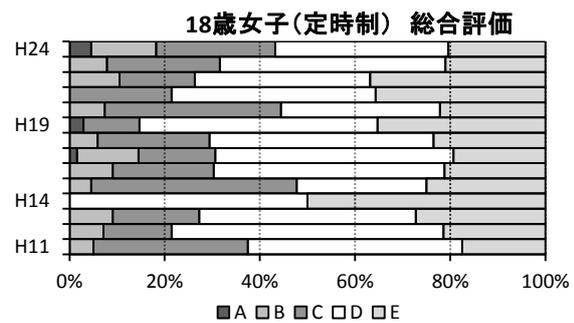
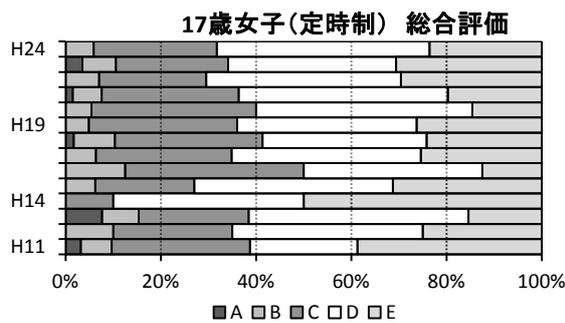
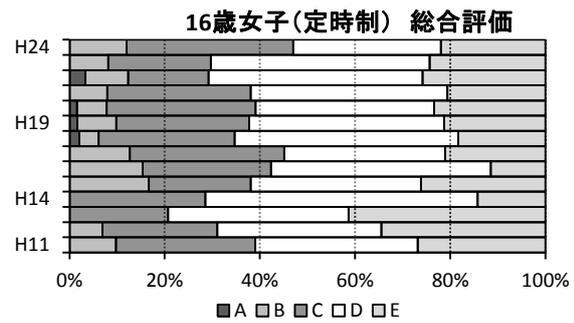
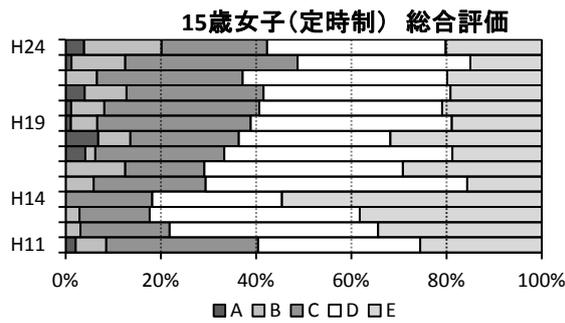
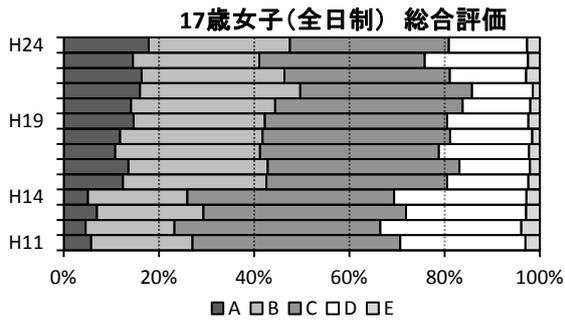
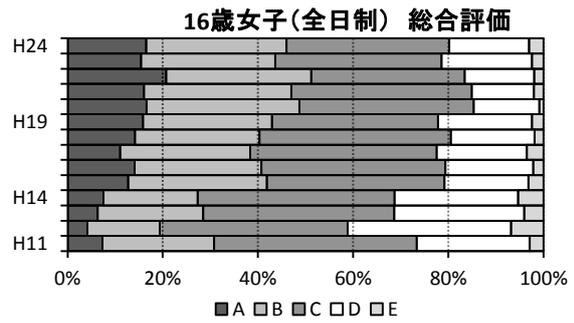
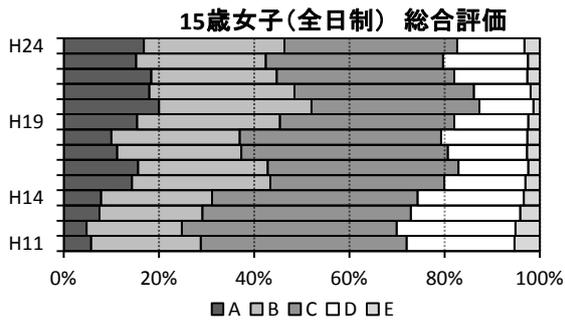
参考資料2 栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移 (2)



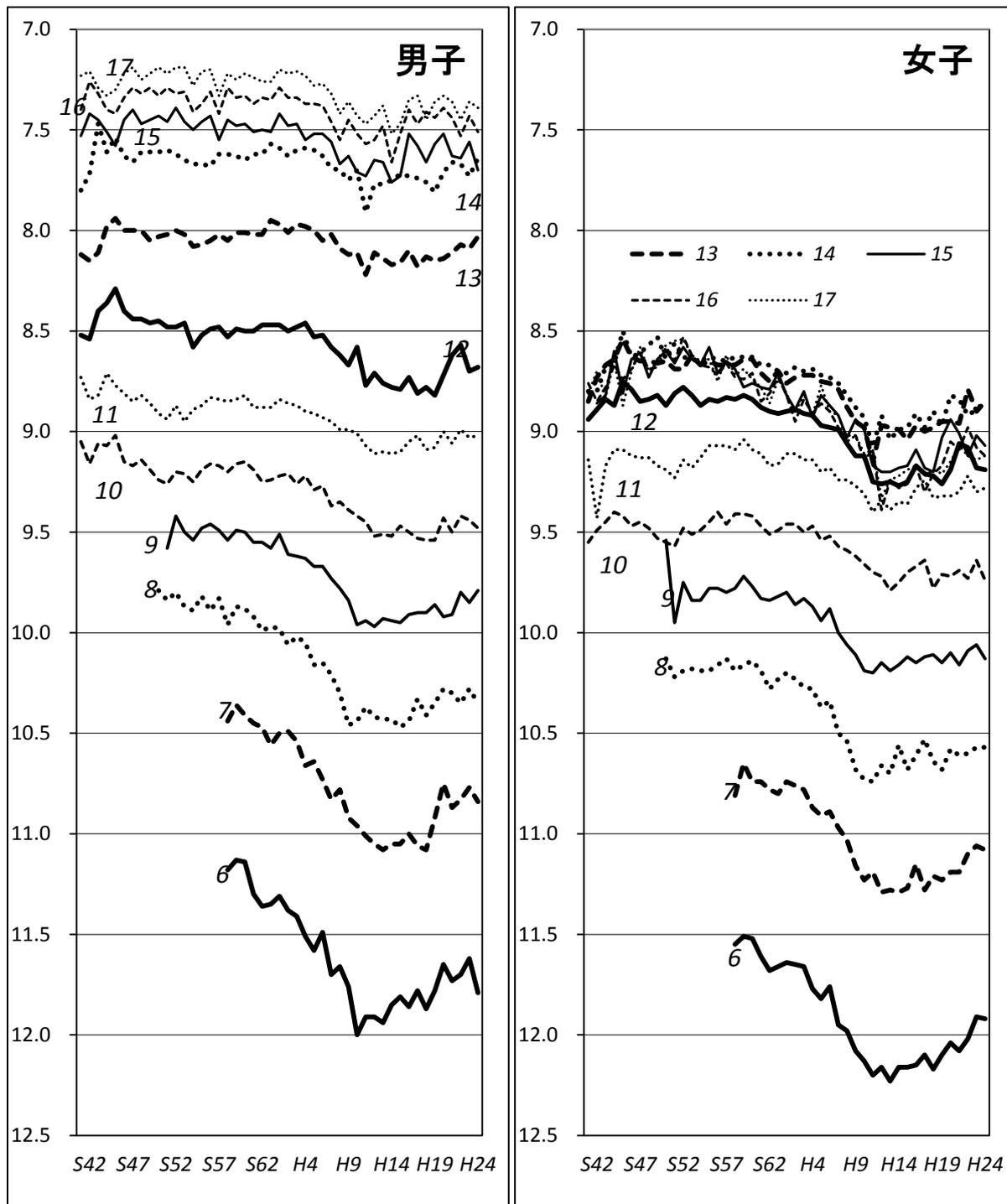
参考資料2 栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移 (3)



参考資料2 栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移 (4)

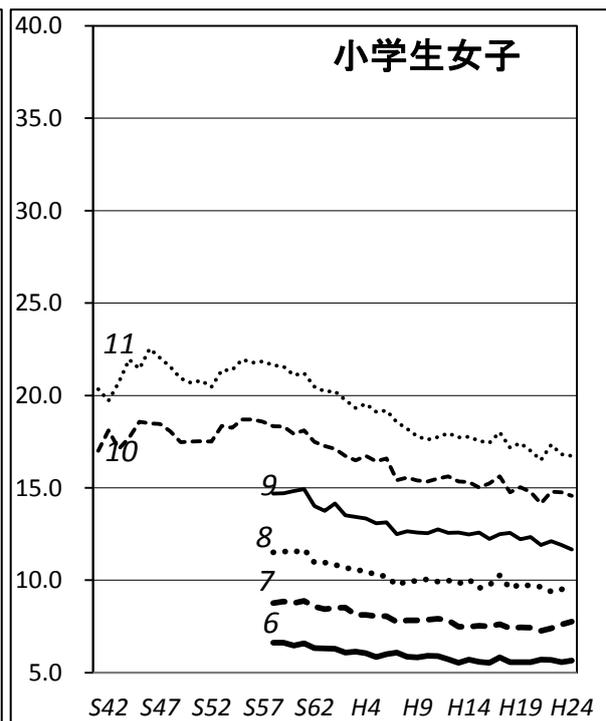
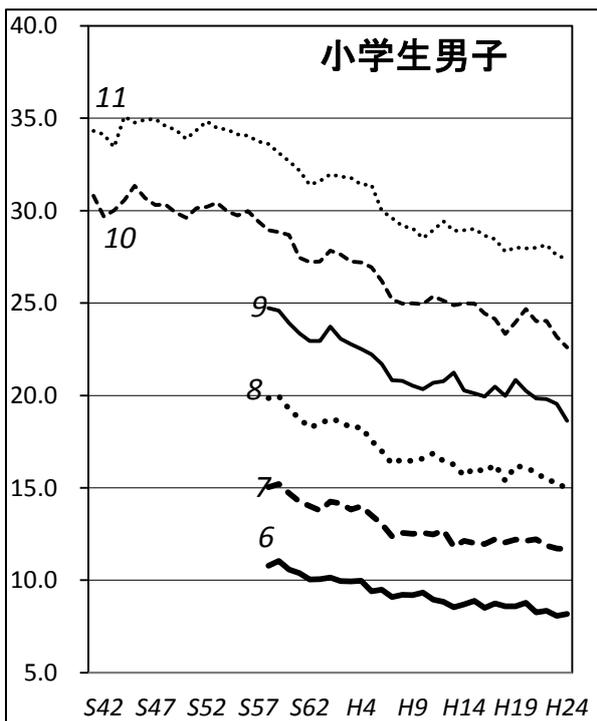
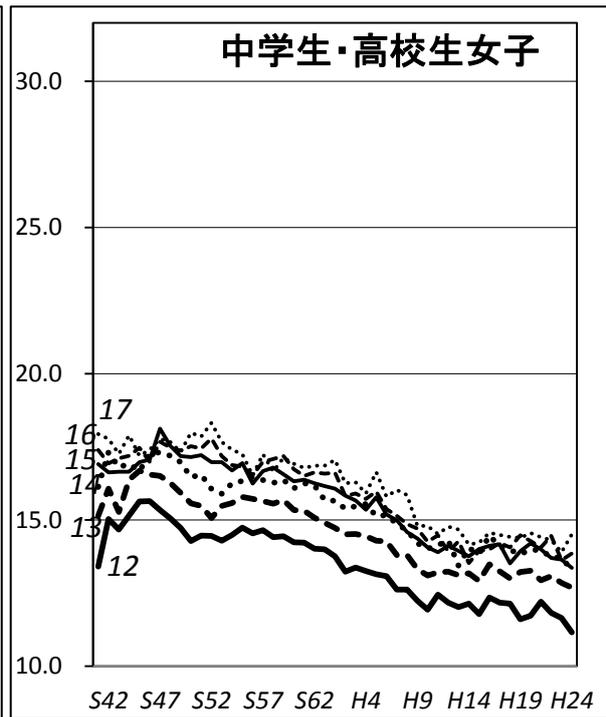
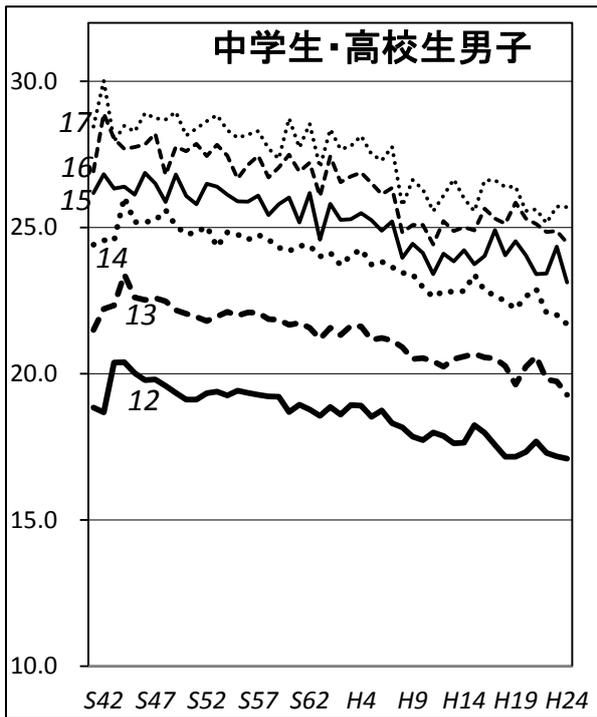


(1) 50m走(秒)

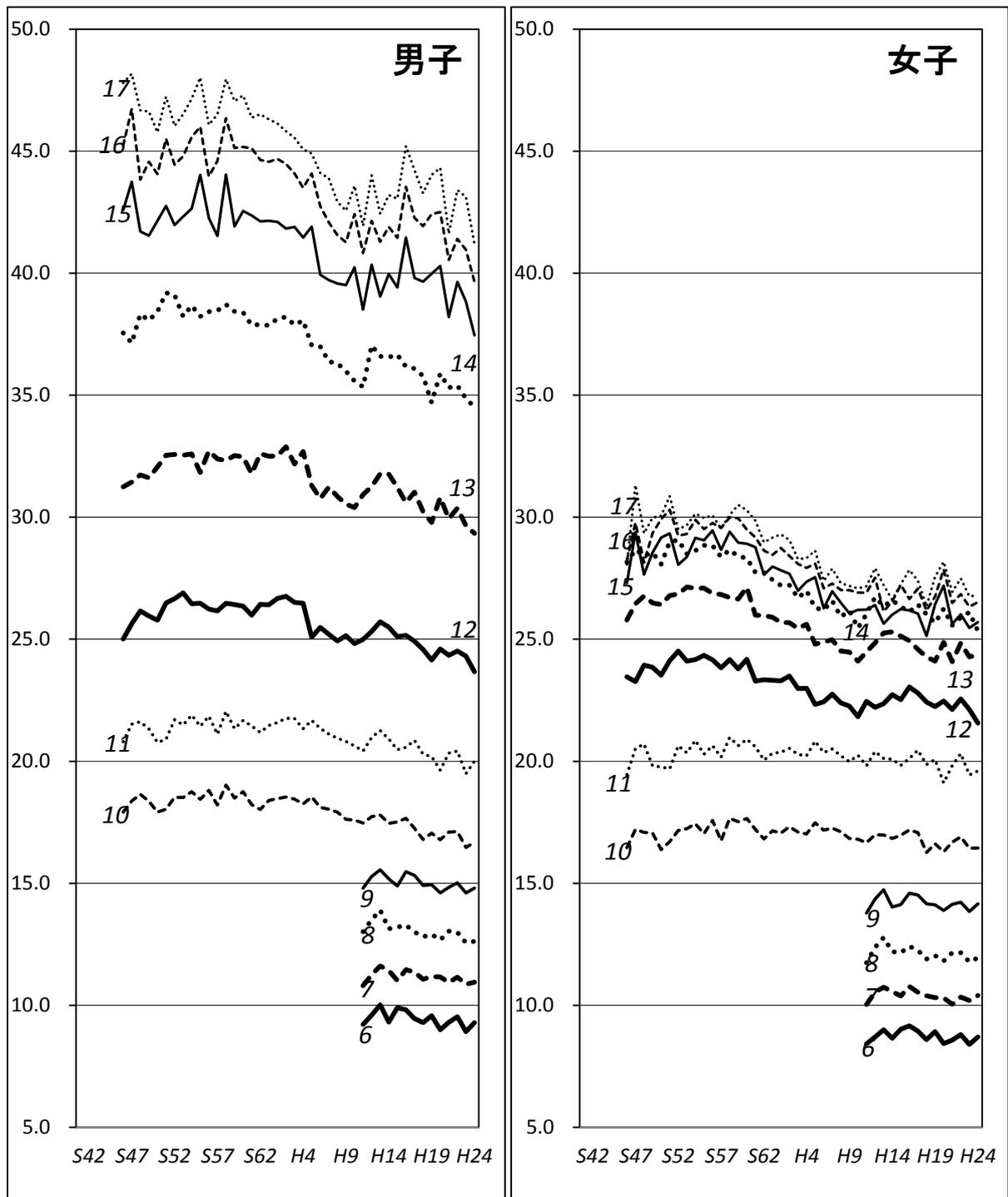


参考資料3 栃木県児童生徒における体力3種目及び体格2項目の長期的推移(2)

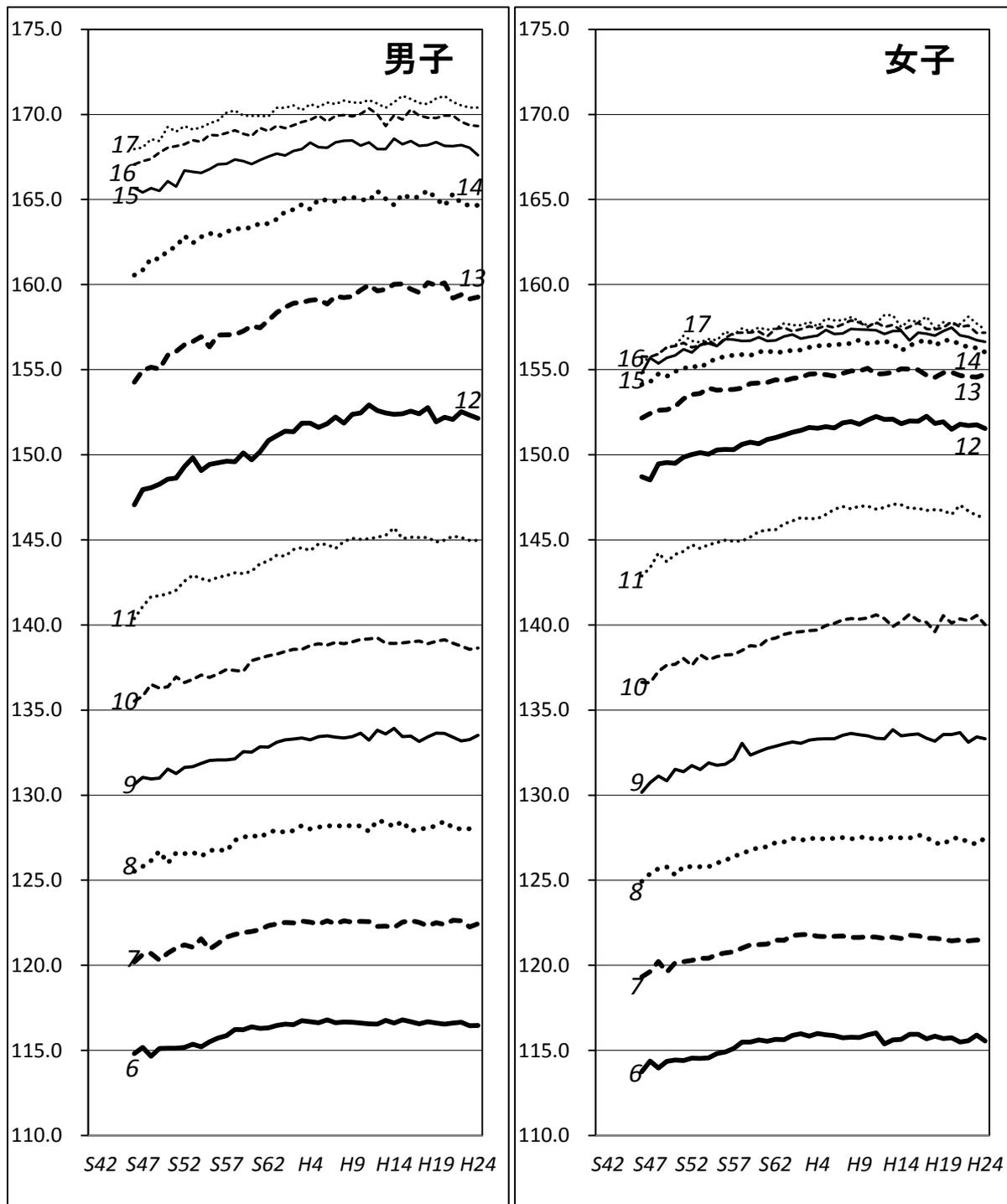
(2) ボール投げ(m)



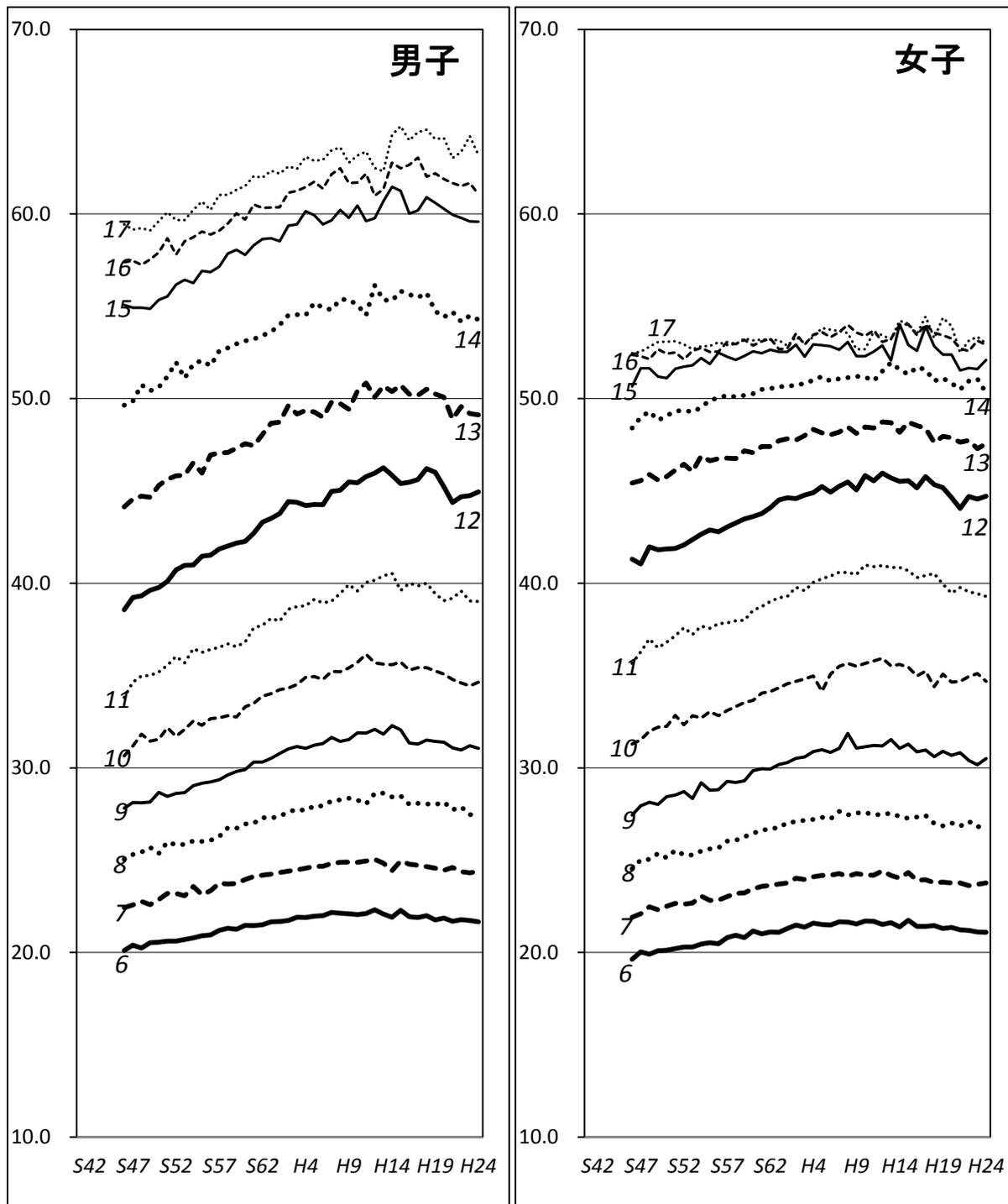
(3) 握力(kg)



(4) 身長(cm)



(5) 体重(kg)



# 小学校における体力向上実践事例

## 体力向上実践事業 協力校における取組

---

県内小学校2校に協力をいただき、様々な工夫をしながら体力向上に結びつけている事例を紹介します。それぞれの学校が各々の事情に合わせながら、限られた時間を有効に活用して児童の運動時間を確保し、体力の向上に向けた取組を実践しています。

日光市立所野小学校  
栃木市立三鴨小学校

## とちぎ元気キッズ 学校奨励賞表彰受賞校における取組

---

平成23年度から以下の要領により、小学校の表彰を実施しています。受賞校とその取組の概要をまとめました。

### 1 趣旨

児童の体力向上に係る取組の推進と一層の充実を図るため、運動習慣の形成並びに体力の向上について、学校や家庭・地域及び児童の実態に応じた特徴的な取組を実践し、成果を上げている小学校を表彰する。

### 2 応募

栃木県内の公立小学校を対象とし、自校推薦による応募とする。

以下に示す ~ のうち2つ以上について特徴的な取組を実践していること。また、それらの取組に「走・跳・投」能力などの基礎的運動能力の向上につながる内容が含まれること。

体育授業の充実

休み時間・放課後等の活用

体育的行事の工夫

新体力テストの活用

家庭への啓発あるいは地域社会との連携

その他、 ~ に当てはまらない体力向上に係る取組

### 3 審査及び表彰

栃木県教育委員会「子どもの体力向上推進検討委員会」が調査票の内容を審査し、被表彰校に奨励賞を授与する。

## テーマ めあてを持って、自ら進んで運動に取り組む児童の育成

### 1 ねらい

- (1) 適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、運動に親しむ資質や能力を育てる。
- (2) 健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

### 2 実施内容

#### (1) 運動量確保のための体育授業導入の工夫

全学年において、授業の導入時に体力を高めるためになわとびやサーキットトレーニングを行っている。現職教育にて、全職員に周知するとともに、教員の技能の向上にも努めている。

- (運動例)
- ・短なわとび 前とびと後ろとびをそれぞれ1分間、二重とびリレーなど
  - ・長なわとび 8の字とびを3分間(回数を記録して次時への目標を持たせる。)
  - ・固定施設を使ったサーキットトレーニング(雲梯、鉄棒、タイヤ跳びなど)

#### (2) 体育委員会主催によるスポーツ大会の実施

児童会の体育委員会を中心に、昼休みに様々なスポーツ大会を実施している。今年度は、ドッジボール大会、サッカー大会、ユニホック大会を行った。子どもたちが学年の隔たりなくメンバーを集め、大会に参加する。優勝チームは、教員チームと対戦し、学校全体が盛り上がる大会になっている。その大会に向けて、休み時間に練習するチームもあるほどである。

#### (3) 体育的行事の工夫

- ア 週に1回、朝の15分間を利用して、体力づくりを行っている。内容は、集団行動、サーキットトレーニング、短なわとび、長なわとび、縦割り班による運動遊びなどである。
- イ 持久走大会前には、全校児童による持久走の練習を業間に実施している。
- ウ 年に3回実施しているスケート教室では、全体を能力別に3グループに分け、児童の実態に応じた指導を行っている。また、外部指導者による指導を取り入れている。
- エ 運動会に、希望者による一輪車種目を取り入れている。その種目に出場するために、休み時間になると一輪車の練習をする児童が多い。

#### (4) 新体力テストの活用

- ア 各学年で優れている点と劣っている点をまとめ、劣っている点を重点的に指導している。
- イ 体力づくりのローテーション種目は、本校児童の劣っている点を重点的に補えるような運動を取り入れている。(ゴールジャンプ、ボール壁あて、おんぶ歩き、雲梯、腕持久懸垂など)

#### (5) 運動遊びがしやすいような環境の整備

一輪車、ボール、なわとび練習台などを整備し、気軽に運動遊びができるように工夫している。

### 3 主な成果

- (1) 体育の授業において、運動量が確保されるようになった。
- (2) 運動に消極的だった児童が、スポーツ大会に参加したことをきっかけに、少しずつ興味を持ち始め、友達と一緒に運動することの楽しさを味わうことができるようになってきた。さらに、子ども

たちが学年の隔たりなく、誘い合って運動することにより、友人関係も円滑になってきた。

(3) 年間を通して体力づくりを行うことにより、体力が向上し、運動技能が高まったように感じる。

(4) 休み時間になると、一輪車・サッカー・なわとびなどをして遊ぶ児童の姿が多く見られるようになった。

#### 4 資料



【体育委員会主催 ユニホック大会（左）、ドッジボール大会（右）の様子】



【持久走大会に向けての業間練習】



【日光地区ドッジボール大会 男女学年問わず参加】

水曜日の朝に行っている  
体力づくりの様子

- ①ボール壁あて
- ②タイヤとび
- ③鉄棒による腕持久懸垂
- ④雲梯わたり
- ⑤長なわとび



①



②



③



④



⑤

テーマ 学校全体で取り組む体力向上の工夫  
～様々な場面における運動時間の確保を中心として～

## 1 ねらい

- (1) 日頃の健康づくりに関心を持たせ、児童が主体的に自分の健康の保持増進に努めようとする態度を育てる。
- (2) 学校生活の様々な場面で、運動（運動遊び）の時間を確保し、体力の向上を図る。

## 2 実施内容

- (1) 業間の休み時間における体力づくり（すこやかタイム）

年間を通じて、業間の休み時間の後に5分間の体力づくりの時間「すこやかタイム」を設け、体力づくりに取り組む。

  - ア 固定施設を活用した運動（運動遊び）
    - ・鉄棒、タイヤ跳び、登り棒、雲梯、立ち幅跳び（砂場）等
  - イ ラジオ体操等の準備運動の練習（夏休み前・運動会前）
  - ウ 5分間走（持久走大会前1か月程度の期間「さわやかマラソンタイム」を実施）
  - エ リズム体操（知人のダンス講師に依頼。体操を覚えた運動・保健委員会児童が、前に出て手本となり、全児童が踊る。）
  - オ なわとび（なわとび検定に合わせて）
- (2) 各種検定カードの活用

学期ごとに、全学年共通の検定カードを配付し、体育時だけでなく、休み時間等にも、めあてを持って進んで練習に取り組ませ、運動に親しませる。
- (3) 夏季休業中の水泳指導（いるか教室）

午前中に行う通常のプール開放（前・後半60分間ずつ）に加え、午後には泳ぎの苦手な児童を対象とした「いるか教室」（60分間）を実施する。泳力に差がみられ始める3、4年生を中心に希望する児童を集め、教員を多めに割り当て、教員1名に対し児童2、3名の少人数指導で効果を高める。
- (4) 昼休みの縦割り班による外遊び（ふれあい共遊）

毎月1回、昼休み後の清掃を無しにした拡大昼休みを設け、縦割り班「ふれあいグループ」ごとに、外遊び（企画委員会計画による）を実施する。
- (5) 運動・保健委員会による児童集会（なわとび集会）

1月末に、なわとび検定（3学期）に合わせて、「なわとび週間」を実施する。個人跳びとして持久跳びや技術跳びを実施し、成績優秀者の表彰を行ったり、縦割り班「ふれあいグループ」で長なわ大会を実施し、成績優秀班の表彰を行ったりする。
- (6) 地域と合同の運動会（みかもニコリンピック）

秋に行う運動会を地区民体育祭と合同で実施しており、今年度で13回目を迎える。学校、保護者、地域が一体となり、準備、競技、片付けまで、一緒に行っている。

## 3 主な成果

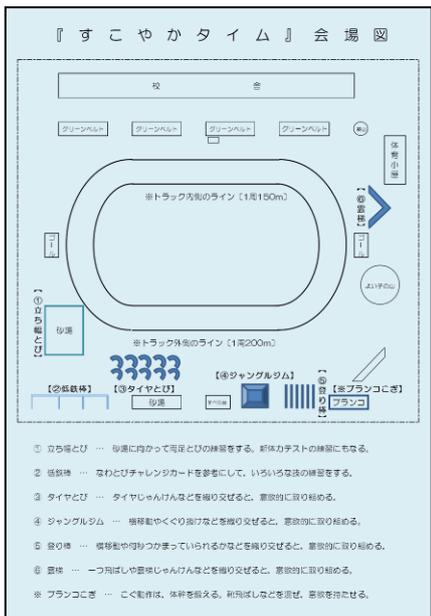
- (1) 「すこやかタイム」における体力づくりにより、休み時間に外遊びをする児童が増え、遊具を使

った遊びを工夫する様子も見られた。

- (2) 「チャレンジカード」の活用により、児童が自ら能力に応じた適切な目標を設定し、継続して意欲的に運動に取り組むことができた。
- (3) 「いるか教室」により、泳力に差が現れ始める中学年において、泳ぐ前提となる浮く姿勢を全員に身に付けさせることができた。
- (4) 「ふれあい共遊」などを通して、異学年でサッカーをしたり、長なわの練習をしたりと、交流の幅が広がった。
- (5) 「ニコリンピック」を実施することで、家庭、地域と運動を通してつながり、身近な所でも運動に親しむ素地ができています。

4 資料

通年で業間運動を実施「すこやかタイム」



☆ 三鴨小学校『すこやかタイム』 5 月予定 ☆

曜日	日	月	火	水	木	金	土
	4/29	30	5/1	2	3	4	5
1年							
2年							
3年							
4年							
5年							
6年							
日	6	7	8	9	10	11	12
1年		①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤雲梯	⑥登り棒
2年		②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)
3年		③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒
4年		④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび
5年		⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム
6年		⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	
日	13	14	15	16	17	18	19
1年		⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒
2年		①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯
3年		②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)
4年		③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒
5年		④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび
6年		⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	
日	20	21	22	23	24	25	26
1年		⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム
2年		⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒
3年		①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯
4年		②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)
5年		③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒
6年		④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび
日	27	28	29	30	31	6/1	2
1年		④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび
2年		⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム
3年		⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒
4年		①立ち幅とび(砂場)	②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯
5年		②低鉄棒	③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)
6年		③タイヤとび	④ジャングルジム	⑤登り棒	⑥雲梯	①立ち幅とび(砂場)	



「すこやかタイム」固定遊具を利用した運動遊び



オリジナルのリズム体操



児童集会(スポーツ集会)



地域と合同の運動会  
みかもニコリンピック

## 平成 23 年度とちぎ元気キッズ学校奨励賞表彰 結果概要

### 1 受賞校（20 校）

宇都宮市立中央小学校	野木町立佐川野小学校	大田原市立佐良土小学校
宇都宮市立横川東小学校	栃木市立三嶋小学校	那須町立伊王野小学校
宇都宮市立城山中央小学校	栃木市立西方小学校	佐野市立佐野小学校
鹿沼市立上粕尾小学校	栃木市立千塚小学校	佐野市立野上小学校
日光市立今市第三小学校	矢板市立矢板小学校	佐野市立閑馬小学校
日光市立下原小学校	さくら市立氏家小学校	足利市立毛野小学校
市貝町立市貝小学校	さくら市立南小学校	

### 2 特徴的な取組事例（一部抜粋・集約）

#### (1) 体育授業の充実

- ア 年間を通じた継続的な研究実践（指導内容の明確化、評価基準の整理指導、評価方法の工夫）
- イ 教材・教具の充実と職員研修の実施
- ウ 教科体育の年間指導計画の見直し
- エ 個人目標・クラス目標設定による意欲喚起
- オ 班編制及びコース分けの工夫
- カ 各種学習カード・検定カード等の活用（休み時間・放課後の自主的活動を促す）
- キ 準備運動の工夫による体力向上
- ク 運動量確保のため授業のはじめに持久走・リズム走・ダッシュなどを導入
- ケ 全校合同体育を週 1 時間実施 [小規模校]

#### (2) 休み時間等の工夫

- ア 業間休み時間に全校で持久走・サーキット運動・縦割り班による運動遊び等を実施
- イ 放課後体力向上クラブの実施（希望者・課外スポーツ活動の閑散期に実施）
- ウ 週 1 回業間に肥満傾向児童を対象とした教室を実施（運動・食生活に関する指導）
- エ 週 1 回朝の運動を実施
- オ 定期的に昼休みを延長して運動時間確保
- カ 外遊び・運動遊びをする時間に音楽を流す
- キ がんばりカード・体力づくりカード等の活用による業間運動の効果的展開
- ク バス下校時刻までの待ち時間における運動実施 [小規模校]

#### (3) 体育的行事等の工夫

- ア 学期または季節ごとの体育的行事に向けた取組の充実（カードの活用、自主練習の奨励など）
- イ 児童会主催による体育的行事の実施、成績優秀者・優秀班の表彰
- ウ 運動会で縦割り班競技の実施
- エ 児童会主体による長なわ跳び大会の実施、表彰
- オ 縦割り班対抗によるスポーツ大会の実施
- カ 夏季休業中に水泳レクリエーション大会を実施
- キ 児童と職員の対抗スポーツ交流会、児童と職員・保護者による駅伝大会を実施 [小規模校]

#### (4) 新体力テスト活用

- ア 課題解決に向けたサーキット運動のメニューを設定し、年間を通じて実施
- イ 昼休み時間を利用し、運動委員会（児童会）主体でミニ体力テストを実施
- ウ 課題とする投能力向上に向け、ソフトボール投げを年2回測定

#### (5) 家庭啓発・地域連携

- ア 家庭向けの啓発資料（学校における体力向上の取組や運動遊び事例の紹介など）を作成配付
- イ 6年間の新体力テスト結果等を継続して記録した個人票を作成し配付
- ウ 長期休業前に家庭宛て「体育だより」を発行し運動実践を奨励
- エ 家庭で実践する体力アップカードの配布と活用
- オ 学校保健委員会を通じて体力の現状・取組を提示
- カ 中学校区内の小・中学校合同による学校保健委員会の開催
- キ P T Aの委員会主催によるスポーツ教室の開催
- ク P T Aの協力によるタイヤ跳びコースの設置
- ケ 運動部の活動、地域のスポーツ活動等への参加促進
- コ 運動部の活動において平日は教員が指導し、休日は保護者・地域の方と連携して活動

#### (6) その他

- ア 学校課題研修に体育科を位置づけ、全校体制で研究実践に取り組む
- イ 体力つくりに関するクラスのめあてを月あるいは学期ごとに設定して掲示
- ウ 各種検定の歴代最高記録者を掲示し意欲喚起
- エ 夏季休業中のプール指導（苦手な児童を対象とした特設教室の実施）
- オ 各クラスにボールと長縄を配布し運動遊びを奨励
- カ なわとび練習台の設置
- キ 投能力向上に向けて特設の道具などを設置（筒を的に向かって投げる道具、的など）
- ク 4～11月は、はだしで生活（運動・外遊びもはだし） [小規模校]



# 新体力テスト 実施要項

参照・引用「新体力テスト 有意義な活用のために」文部省 平成12年3月



## 実施上の一般的注意

- 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、小学校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、小学校低学年の場合は、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。

# 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。

## 3 記録

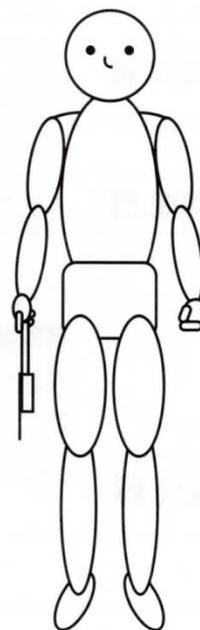
- (1) 右左交互に2回ずつ実施する。
- (2) 記録はキログラム単位とし、キログラム未満は切り捨てる。
- (3) 左右おのおののよい方の記録を平均し、キログラム未満は四捨五入する。

## 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) 小学生の測定において、握力計は児童用のものを使用することが望ましい。



真横から見た図



正面図

# 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。

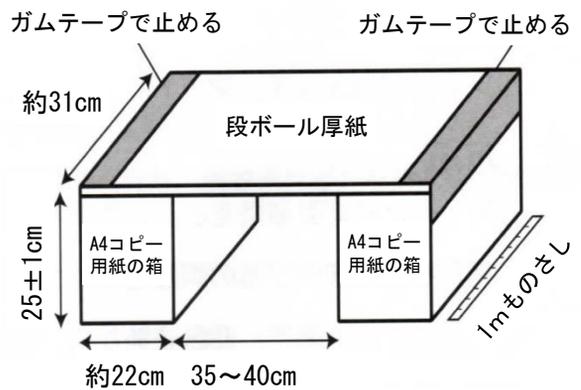


# 長座体前屈

## 1 準備

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

高さ約24cmの箱を、左右約40cm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、25cm（±1cm）とする。右または左の箱の横にスケールを置く。



## 2 方法

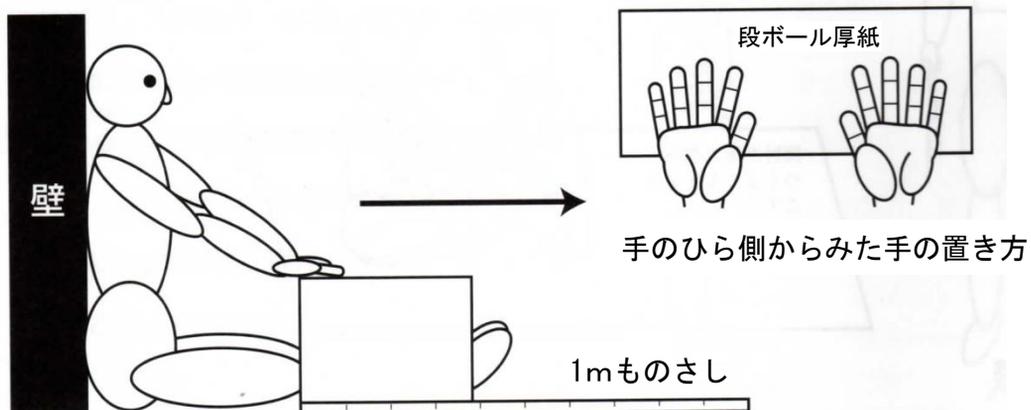
- （1）初期姿勢：被測定者は、両脚を両箱の間に入れ、長座姿勢をとる。壁に背・尻をぴったりとつける。ただし、足首の角度は固定しない。肩幅の広さで両手のひらを下にして、手のひらの中央付近が、厚紙の手前端にかかるように置き、胸を張って、両肘を伸ばしたまま両手で箱を手前に十分引きつけ、背筋を伸ばす。
- （2）初期姿勢時のスケールの位置：初期姿勢をとったときの箱の手前右または左の角に零点を合わせる。
- （3）前屈動作：被測定者は、両手を厚紙から離さずにゆっくりと前屈して、箱全体を真っ直ぐ前方にできるだけ遠くまで滑らせる。このとき、膝が曲がらないように注意する。最大に前屈した後に厚紙から手を離す。

## 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

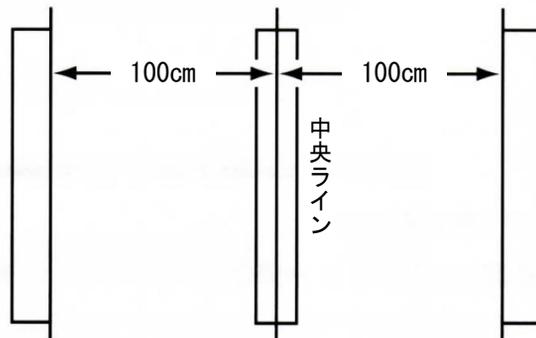
- （1）前屈姿勢をとったとき、膝が曲がらないように気をつける。
- （2）箱が真っ直ぐ前方に移動するように注意する（ガイドレールを設けてもよい）。
- （3）箱がスムーズに滑るように床面の状態に気をつける。
- （4）靴を脱いで実施する。



# 反復横とび

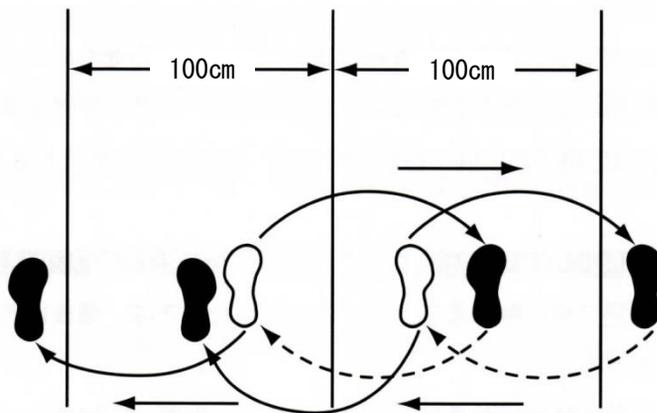
## 1 準備

床の上に、図のように中央ラインをひき、その両側100cm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とき。
  - イ 中央ラインをまたがなかったとき。

# 持久走（男子1500m・女子1000m）

## 1 準備

歩走路（トラック）、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胸（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）実施は1回とする。

## 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、無理なペースで走らないように注意し、各自の能力なども考えて走るよう指導する。
- （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。

# 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本を平行線の両端に立てる。

## 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。

# 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

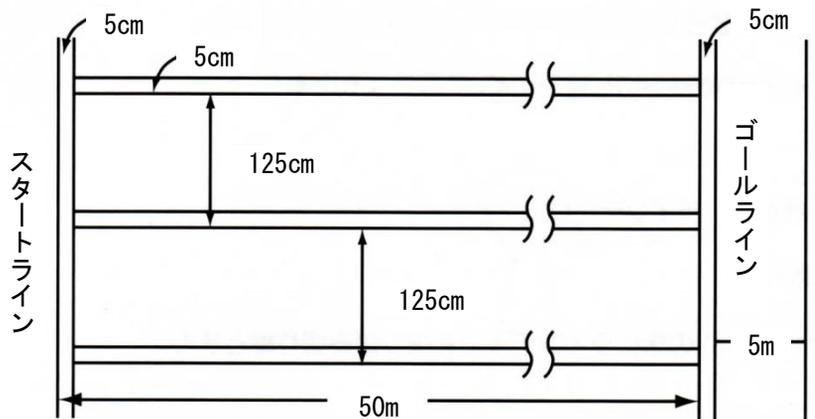
- (1) スタートは、小学生ではスタンディングスタート、中学生・高校生ではクラウチングスタートの要領で行う。
- (2) スタートの合図は、「位置について」、「用意」の後、音または声を発すると同時に旗を下から上へ振り上げることによって行う。

## 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（30cm～1m）に踏み切り線を引く。

### 屋内で行う場合

マット（6m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（30cm～1m）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

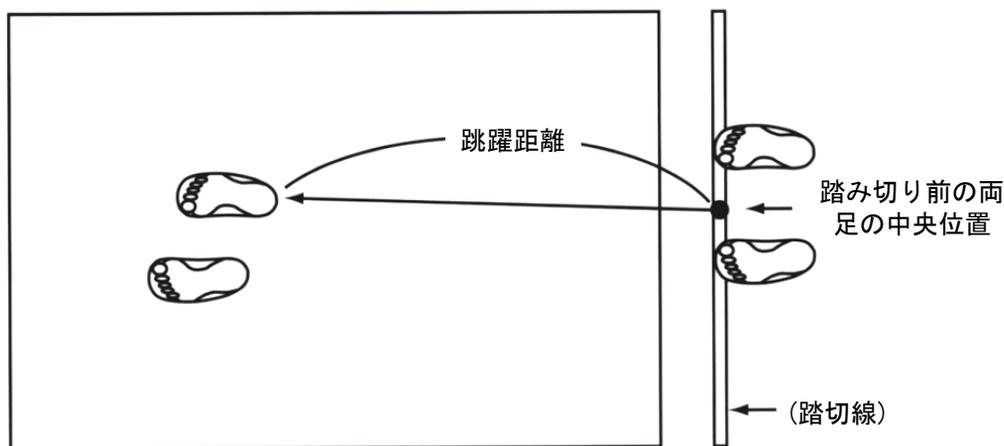
（1）踏み切り線から砂場（マット）までの距離は、被測定者の実態によって加減する。

（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（小学生） ハンドボール投げ（中学生・高校生）

## 1 準備

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

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

平坦な地面上に直径2m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1m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1m間隔に描かれた円弧によって計測する。

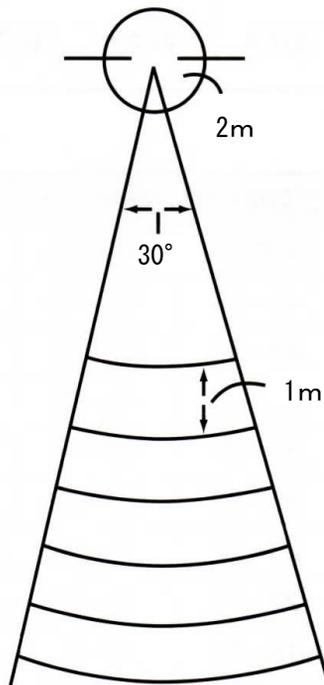
（2）記録はメートル単位とし、メートル未満は切り捨てる。

（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5m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。



# 新体力テスト 記録用紙 (小学校)

No.	しめい 氏名	とどうふけん 都道府県	
1. 平成	ねん がつ にち げんざい ねんれい 年4月1日 現在の年齢	さい 歳	2. 性別 だん 男 ・ じょ 女
3. 都市階級 区分	とし かいきゆう くぶん	だい ちゆう とし 1. 大・中都市	しょうとし 2. 小都市 ちようそん 3. 町村
4. 運動部や スポーツクラブに 入っていますか	うんどうぶ うんどう スポーツに 入っていますか	はい 1. 入っている	はい 2. 入っていない
5. 運動や スポーツを どのくらい していますか (学校の 体育の 授業を のぞきます)	うんどう うんどう スポーツを	1. ほとんど 毎日 (週に3日以上)	2. ときどき (週に 1～2日くらい)
6. 運動や スポーツを するとき 1日に どのくらいの時間 しますか (学校の 体育の 授業を のぞきます)	うんどう うんどう スポーツを するとき	1. 30分未満	2. 30分以上1時間未満
7. 朝食は 食べますか	ちようしょく た 朝食は 食べますか	1. 毎日 食べる	2. 時々 食べない 3. 毎日 食べない
8. 1日の 睡眠 時間	いち すいみん じかん 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
9. 1日に どのくらい テレビを 見ますか (テレビゲームも 含みます)	いち みる 1日に どのくらい テレビを 見ますか (テレビゲームも 含みます)	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
10. 体格	たいかく 1. 身長	たいじゆう 2. 体重	ざごう 3. 座高

こうもく 項目		きろく 記録		とくてん 得点		
1 あくりよく 握力	みぎ 右 Kg未満 切り捨て	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目 kg		
	ひだり 左 Kg未満 切り捨て	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目 kg		
	へいきん 平均 Kg未満 四捨五入		kg			
2 じょうたいお 上体 起こし				かい 回		
3 ちようざ たいげんくつ 長座 体前屈		かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目 cm		
4 はんぶく よこ 反復 横とび		かいめ 1回目	てん 点	かいめ 2回目 てん 点		
5 20mシャトルラン		お かえ すう 折り返し数		かい 回		
6 50m走	そう 1/10秒単位 1/10秒未満切り上げ			びよう 秒		
7 たち幅とび		かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目 cm		
8 ソフトボール投げ		かいめ 1回目	m	かいめ 2回目 m		
				とくてん ぐうけい 得点 合計		
そうごう ひょうか 総合 評価		A	B	C	D	E

新体力テスト記録用紙 記入上の注意〔児童の実態に応じて測定者が質問事項等の説明をしてください。〕

- 1) 「住所」は、居住地の都道府県名を記入してください。
- 2) 「年齢」は、調査実施年度の4月1日現在の満年齢を記入してください。
- 3) 「都市階級区分」については、居住地が次のいずれにあてはまるかを判断し、その番号を○で囲んでください。
  - (1) 大・中都市…人口15万人以上の市、政令指定都市。（栃木県では、宇都宮市・小山市・足利市）
  - (2) 小都市………人口15万人未満の市。（栃木県では、宇都宮市・小山市・足利市以外の市）
  - (3) 町村
- 4) 「運動・スポーツの実施状況」及び「1日の運動・スポーツ実施時間」については、学校の体育の授業を除いた運動・スポーツの実施状況及び実施時間についてあてはまる番号を○で囲んでください。
- 5) その他については、あてはまる番号を○で囲んでください。
- 6) 2回テストをする項目については、そのよい方の記録の左側に○印をつけてください。
- 7) 総合評価については、あてはまる記号を○で囲んでください。

## 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
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
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29
6	14～16	15～16	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6
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

### 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
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
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4
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

## 総合評価基準表

段階	6歳・小1	7歳・小2	8歳・小3	9歳・小4	10歳・小5	11歳・小6
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下

栃木県教育委員会では、7月までに実施した新体力テストにおいて、すべての項目（種目）の得点が8点以上の児童に対し、S認定証を交付する。

# 新体力テスト 記録用紙 (中学校・高等学校)

No.	氏名		都道府県	
1. 平成	年4月1日	現在の年齢	歳	2. 性別
		男 ・ 女		
3. 都市階級	区分	1. 大・中都市	2. 小都市	3. 町村
4. 運動部やスポーツクラブに入っていますか		1. 入っている	2. 入っていない	
5. 運動やスポーツをどのくらいしていますか(学校の体育の授業をのぞきます)		1. ほとんど毎日(週に3日以上)	2. ときどき(週に1～2日くらい)	
		3. ときたま(月に1～3日くらい)	4. しない	
6. 運動やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業をのぞきます)		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	
7. 朝食は食べますか		1. 毎日食べる	2. 時々食べない	3. 毎日食べない
8. 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
9. 1日にどのくらいテレビを見ますか(テレビゲームも含みます)		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	
10. 体格	1. 身長	cm	2. 体重	kg
			3. 座高	cm

項目		記録			得点			
1	握力	右	Kg未満 切り捨て	1回目	kg	2回目	kg	
		左	Kg未満 切り捨て	1回目	kg	2回目	kg	
		平均	Kg未満 四捨五入				kg	
2	上体起こし					回		
3	長座体前屈			1回目	cm	2回目	cm	
4	反復横とび			1回目	点	2回目	点	
5	持久走						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秒単位 1/10秒未満切り上げ				秒	
7	立ち幅とび			1回目	cm	2回目	cm	
8	ソフトボール投げ			1回目	m	2回目	m	
得点合計								
総合評価		A	B	C	D	E		

## 新体力テスト記録用紙 記入上の注意

- 1) 「住所」は、居住地の都道府県名を記入してください。
- 2) 「年齢」は、調査実施年度の4月1日現在の満年齢を記入してください。
- 3) 「都市階級区分」については、居住地が次のいずれにあてはまるかを判断し、その番号を○で囲んでください。  
 (1) 大・中都市...人口15万人以上の市、政令指定都市。(栃木県では、宇都宮市・小山市・足利市)  
 (2) 小都市.....人口15万人未満の市。(栃木県では、宇都宮市・小山市・足利市以外の市)  
 (3) 町村
- 4) 「運動・スポーツの実施状況」及び「1日の運動・スポーツ実施時間」については、学校の体育の授業を除いた運動・スポーツの実施状況及び実施時間についてあてはまる番号を○で囲んでください。
- 5) その他については、あてはまる番号を○で囲んでください。
- 6) 2回テストをする項目については、そのよい方の記録の左側に○印をつけてください。
- 7) 総合評価については、あてはまる記号を○で囲んでください。

## テストの得点表および総合評価（中学校・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
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
9	51~55	33~34	58~63	60~62	5' 00'' ~5' 16''	113~124	6.7~6.8	254~264	34~36
8	47~50	30~32	53~57	56~59	5' 17'' ~5' 33''	102~112	6.9~7.0	242~253	31~33
7	43~46	27~29	49~52	53~55	5' 34'' ~5' 55''	90~101	7.1~7.2	230~241	28~30
6	38~42	25~26	44~48	49~52	5' 56'' ~6' 22''	76~89	7.3~7.5	218~229	25~27
5	33~37	22~24	39~43	45~48	6' 23'' ~6' 50''	63~75	7.6~7.9	203~217	22~24
4	28~32	19~21	33~38	41~44	6' 51'' ~7' 30''	51~62	8.0~8.4	188~202	19~21
3	23~27	16~18	28~32	37~40	7' 31'' ~8' 19''	37~50	8.5~9.0	170~187	16~18
2	18~22	13~15	21~27	30~36	8' 20'' ~9' 20''	26~36	9.1~9.7	150~169	13~15
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

### 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
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
9	33~35	26~28	58~62	50~52	3' 50'' ~4' 02''	76~87	7.8~8.0	200~209	20~22
8	30~32	23~25	54~57	48~49	4' 03'' ~4' 19''	64~75	8.1~8.3	190~199	18~19
7	28~29	20~22	50~53	45~47	4' 20'' ~4' 37''	54~63	8.4~8.6	179~189	16~17
6	25~27	18~19	45~49	42~44	4' 38'' ~4' 56''	44~53	8.7~8.9	168~178	14~15
5	23~24	15~17	40~44	39~41	4' 57'' ~5' 18''	35~43	9.0~9.3	157~167	12~13
4	20~22	13~14	35~39	36~38	5' 19'' ~5' 42''	27~34	9.4~9.8	145~156	11
3	17~19	11~12	30~34	32~35	5' 43'' ~6' 14''	21~26	9.9~10.3	132~144	10
2	14~16	8~10	23~29	27~31	6' 15'' ~6' 57''	15~20	10.4~11.2	118~131	8~9
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

### 総合評価基準表

段階	12歳・中1	13歳・中2	14歳・中3	15歳・高1	16歳・高2	17歳・高3	18歳・高4
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上
B	41~50	47~56	51~59	52~60	53~62	54~64	54~64
C	32~40	37~46	41~50	41~51	42~52	43~53	43~53
D	22~31	27~36	31~40	31~40	31~41	31~42	31~42
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下

栃木県教育委員会では、7月までに実施した新体力テストにおいて、すべての項目（種目）の得点が8点以上の生徒に対し、S認定証を交付する。

# [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		

# 本県児童生徒の体力

平成 25年 3月

編集発行 栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課

宇都宮市塙田 1 - 1 - 20

TEL 028 - 623 - 3416

FAX 028 - 623 - 3411

URL <http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/index.html>

印刷所 会社

TEL