

2 0 2 1（令和3）年度

高 知 県

体力・運動能力、生活実態等調査
調 査 結 果

高知県教育委員会

ま え が き

体力は、人間の全ての活動の源であり、児童・生徒の運動習慣の定着は、本県の将来を担う子供たちの健やかな成長に不可欠な課題の一つであります。県教育委員会では、昭和41年から児童生徒の体格・体力・運動能力・生活実態調査を実施して、県内の児童生徒の体力・運動能力等の現状を把握し、その結果を各学校で体育・スポーツ活動の基礎資料として活用していただきたく報告書を作成してまいりました。

本県の児童生徒の体力合計点は、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が初めて実施された平成20年度には、小学校（5年生）、中学校（2年生）男女ともに全国最低水準となり、高知県教育振興基本計画の重点プラン「体」について、「小・中学校の体力・運動能力を全国平均まで引き上げる」ことを目標に取り組んでまいりました。

その結果、平成27年度に小学男女、平成29年度には中学男子が初めて全国平均を上回りました。本年度は、全国の体力合計点が低下していることもあり、調査開始以降初めて、小・中学校の男女ともに体力合計点が全国平均を上回りました。一方、ABCDEの5段階で評価した体力の総合評価のうち、下位のDE群の割合は、全国的に増加傾向にある中、本県も中学校男子を除き若干増加しています。高知県の第2期教育大綱では、このDE群の割合の減少を目標として掲げていることから、引き続き取り組みが必要です。

今後は、各学校において、調査結果を分析し、そこで得られた課題について、学校全体で速やかに取り組むことが必要です。このため、県教育委員会では、各学校が行う調査結果の分析に基づく改善策について、必要に応じて適宜支援を行っていきます。

本報告書は2021（令和3）年度に実施した調査結果をまとめたものです。関係者の皆様におかれましては、児童・生徒のさらなる健全な発育・発達を目指し、それぞれの目的に応じてご活用いただければと思います。

終わりに、今回の調査にご協力いただきました各学校及び関係機関の方々に深く感謝の意を表します。

令和4年1月

高知県教育委員会事務局
保健体育課長 前田 義朗

目次

I	調査の概要及び集計・処理	1
1.	体力・運動能力、生活実態等調査実施要項（抄）	1
2.	標本の抽出方法	2
3.	記録の集計と処理	2
II	学年別・性別平均値と標準偏差及び偏差値（Tスコア）	3
1.	小学校	3
2.	中学校	7
3.	高等学校	9
4.	Tスコアの見方と計算の仕方	11
III	体格・体力・運動能力の学年間平均値推移（県・全国）	12
	（令和3年度高知県児童生徒体格・体力の年齢に伴う変化と全国平均（令和元年度）との比較）	
1.	体格	12
2.	体力・運動能力	13
IV	平均値の差の有意性	17
1.	県の令和3年度と令和2年度との平均値の差の有意性	17
2.	県（令和3年度）と全国（令和元年度）との平均値の差の有意性	19
3.	検定の方法	21
V	新体力テスト年度別推移	22
1.	小学校	22
2.	中学校	24
3.	高等学校	26
VI	生活実態調査	28
1.	調査項目と記入上の注意事項	28
2.	学年別・性別の比較	30

資料

1. 全国（令和元年度）の体格・体力・運動能力の平均値と標準偏差
2. 体力テストの得点表及び総合評価
- * 調査用紙（小学校）（中・高等学校）

I 調査の概要及び集計・処理

1. 体力・運動能力、生活実態等調査実施要項（抄）

（1）調査の目的

本県の公立小・中学校、義務教育学校、高等学校における児童生徒の体格・体力及び生活実態等調査を行うことにより現状を明らかにし、調査・分析の基礎資料とするとともに、その結果を各学校における体育活動等に広く活用する。

（2）調査実施の期間

令和3年4月～7月

（3）調査対象と人数

- ア 小学校 全学年
- イ 中学校 全学年
- ウ 義務教育学校 全学年
- エ 高等学校 1, 2, 3年（定時制含む）

（4）調査内容

- ア 体格の調査項目 ①身長 ②体重

体格については、令和3年6月までに実施した健康診断による測定値を利用する。

- イ 体力・運動能力調査の調査項目

小 学 校	中学校・高等学校
① 握力	① 握力
② 上体起こし	② 上体起こし
③ 長座体前屈	③ 長座体前屈
④ 反復横とび	④ 反復横とび
⑤ 20mシャトルランテスト	⑤ 持久走(男子1,500m・女子1,000m) または20mシャトルランテスト
⑥ 50m走	⑥ 50m走
⑦ 立ち幅とび	⑦ 立ち幅とび
⑧ ソフトボール投げ	⑧ ハンドボール投げ

ウ 生活実態等の調査項目

生活実態等調査については、小・中学校、義務教育学校、高等学校とともに、主として運動、休養、栄養の観点から下記項目について調査。

- ①スポーツクラブ・運動部等への加入状況 ②運動・スポーツの実施状況
- ③1日の運動・スポーツの実施時間 ④登校方法 ⑤朝食の有無
- ⑥1日の睡眠時間 ⑦1日のテレビの視聴時間 ⑧運動のすき・きらい
- ⑨体育の授業で「わかる・できる」きっかけや理由
- ⑩体育の授業について ⑪ぐっすり眠る
- ⑫小学校入学前の外での遊び（小学生）
 - ・何でも最後までやり遂げたい（中高生）

2. 標本の抽出方法

- (1) 小・中学校、義務教育学校においては、教育委員会から依頼を受け、各市町村教育委員会が該当校へ依頼する人数
(小・中学校、義務教育学校における調査対象校は、全市町村に最低抽出人数を指定して依頼し、全県下からデータを抽出)
- (2) 高等学校は依頼人数（全学年生徒対象）

3. 記録の集計と処理

個人別に記入された測定値をコンピュータで下記のように処理した。

- (1) 各項目については、学年別、性別に平均値及び標準偏差と全国平均値（令和元年度）に対する平均値（Tスコア）を算出した。
- (2) 体格・体力・運動能力については、小学1年から高校3年生までの各平均値の推移をグラフ化した。
- (3) 前回（令和2年度）と本年度の県平均値、及び県平均値（本年度）と全国平均値（令和元年度）の差の有意性についてそれぞれ検定し、一覧表を作成した。
※令和2年度全国調査は、新型コロナウイルス感染症の影響により、標本数が限定的であったため比較対象を令和元年度調査とした。
- (4) 平成23年度からの体力・運動能力の年度別推移を校種別、男女別にグラフで示した。
- (5) 生活実態については、パーセントで算出し、その結果を図で示した。

Ⅱ 学年別・性別平均値と標準偏差及び偏差値(T-スコア)

1. 小学校

小学校1年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	114.96	4.97	52.27	116.60	4.96
	体重(kg)	20.84	3.25	53.33	21.43	3.53
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	8.22	1.97	51.86	8.94	2.13
	上体起こし(回)	11.31	4.69	51.89	12.35	4.96
	長座体前屈(cm)	29.30	7.16	51.37	29.47	6.84
	反復横とび(回)	25.73	5.38	51.84	27.37	5.51
	シャトルラン(回)	16.86	7.84	55.22	19.42	8.69
	50m走(秒)	11.88	1.06	47.77	11.60	1.14
	立ち幅とび(cm)	106.67	17.88	51.91	110.02	17.47
	ボール投げ(m)	5.77	1.98	54.98	6.57	2.35
	合計得点(点)	30.59	6.44	54.31	33.49	7.06

小学校2年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	121.57	5.10	52.22	122.41	5.32
	体重(kg)	23.79	4.00	54.05	24.45	4.28
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	10.08	2.35	50.57	10.36	2.53
	上体起こし(回)	13.95	4.94	49.80	14.02	5.25
	長座体前屈(cm)	30.80	6.97	51.42	31.27	6.97
	反復横とび(回)	30.57	6.28	49.11	30.07	6.25
	シャトルラン(回)	24.27	10.76	52.62	24.71	11.00
	50m走(秒)	11.11	1.05	51.33	11.04	1.02
	立ち幅とび(cm)	117.78	18.35	51.04	119.41	18.10
	ボール投げ(m)	7.80	2.72	54.79	8.54	3.04
	合計得点(点)	38.33	7.23	51.61	39.31	7.67

小学校3年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	127.11	5.70	52.04	128.45	5.99
	体重(kg)	26.87	4.93	53.23	27.73	5.26
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	11.51	2.83	51.07	12.11	2.86
	上体起こし(回)	15.36	5.18	49.77	15.73	5.43
	長座体前屈(cm)	33.27	7.81	51.95	33.42	7.42
	反復横とび(回)	33.60	7.15	51.09	34.29	6.39
	シャトルラン(回)	28.93	13.26	50.79	30.15	12.45
	50m走(秒)	10.51	0.96	51.42	10.51	0.96
	立ち幅とび(cm)	126.88	18.71	50.21	128.42	19.03
	ボール投げ(m)	9.88	3.69	53.16	10.39	3.62
	合計得点(点)	43.98	7.90	50.63	44.95	8.27

小学校4年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	133.57	6.38	51.08	134.36	6.39
	体重(kg)	30.61	6.09	52.98	31.06	6.29
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新体力テスト	握力(kg)	13.26	3.17	51.13	14.21	3.48
	上体起こし(回)	16.72	5.37	48.65	16.95	5.21
	長座体前屈(cm)	35.17	7.95	50.52	35.20	7.94
	反復横とび(回)	35.61	8.12	49.15	37.36	7.16
	シャトルラン(回)	33.23	14.92	48.74	35.17	14.33
	50m走(秒)	10.16	0.92	52.24	10.08	0.95
	立ち幅とび(cm)	134.72	20.59	49.46	136.92	19.97
	ボール投げ(m)	11.66	4.21	52.98	12.72	4.64
	合計得点(点)	48.56	8.85	48.57	50.17	8.34

小学校5年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	140.41	6.85	52.12	141.11	6.91
	体重(kg)	34.97	7.13	54.13	35.69	7.66
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新体力テスト	握力(kg)	15.89	3.95	52.54	16.82	4.03
	上体起こし(回)	18.52	5.28	48.72	18.55	5.24
	長座体前屈(cm)	37.37	8.56	49.85	37.28	8.31
	反復横とび(回)	39.71	7.31	48.65	40.68	7.05
	シャトルラン(回)	40.81	15.66	48.65	41.83	16.00
	50m走(秒)	9.69	0.87	52.62	9.71	0.92
	立ち幅とび(cm)	145.33	21.73	48.84	145.19	21.37
	ボール投げ(m)	14.35	5.10	53.15	14.93	5.32
	合計得点(点)	55.10	8.68	48.81	55.74	9.00

小学校6年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	146.59	6.52	50.55	147.41	6.42
	体重(kg)	39.88	7.89	52.53	40.72	8.30
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新体力テスト	握力(kg)	18.55	4.42	50.67	19.50	4.45
	上体起こし(回)	19.37	5.33	48.10	19.91	5.13
	長座体前屈(cm)	39.52	8.92	48.13	39.48	8.68
	反復横とび(回)	42.02	7.08	46.63	42.28	6.97
	シャトルラン(回)	44.03	16.50	46.09	44.55	16.82
	50m走(秒)	9.41	0.85	54.14	9.43	0.87
	立ち幅とび(cm)	150.41	22.19	48.34	152.71	22.37
	ボール投げ(m)	16.09	5.73	51.48	17.18	6.41
	合計得点(点)	58.83	9.20	46.25	59.88	8.76

小学校1年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	116.21	4.85	51.29	117.22	4.97
	体重(kg)	21.54	3.38	52.68	21.90	3.59
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	8.82	2.24	51.40	9.42	2.28
	上体起こし(回)	11.63	5.24	51.80	12.60	5.40
	長座体前屈(cm)	27.94	7.36	51.93	27.85	6.99
	反復横とび(回)	26.19	5.71	50.94	27.73	5.44
	シャトルラン(回)	18.94	9.31	52.39	21.02	10.04
	50m走(秒)	11.66	1.15	49.52	11.40	1.15
	立ち幅とび(cm)	112.28	18.80	50.36	115.37	18.82
	ボール投げ(m)	8.83	2.99	54.36	9.66	3.28
	合計得点(点)	30.19	6.55	53.11	32.58	6.61

小学校2年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	122.01	5.22	50.71	122.91	5.31
	体重(kg)	24.46	4.60	52.92	24.71	4.76
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	10.63	2.52	49.64	10.92	2.59
	上体起こし(回)	14.41	5.41	49.94	14.51	5.67
	長座体前屈(cm)	29.02	7.05	52.28	29.31	6.71
	反復横とび(回)	30.68	6.76	49.19	31.10	6.70
	シャトルラン(回)	27.68	12.82	49.57	28.46	12.96
	50m走(秒)	10.88	1.04	52.31	10.79	1.05
	立ち幅とび(cm)	124.29	19.30	50.40	126.27	19.41
	ボール投げ(m)	11.36	4.29	52.37	12.60	4.61
	合計得点(点)	37.02	7.04	49.85	38.00	7.59

小学校3年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	127.26	5.25	50.52	128.55	5.50
	体重(kg)	27.19	5.33	53.14	28.05	5.70
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	12.01	2.97	50.14	12.73	3.06
	上体起こし(回)	16.22	6.07	49.51	16.44	5.66
	長座体前屈(cm)	30.75	7.92	51.58	30.83	7.37
	反復横とび(回)	34.38	7.66	49.89	35.30	6.99
	シャトルラン(回)	33.46	15.45	47.22	33.61	15.21
	50m走(秒)	10.30	1.05	52.85	10.25	1.04
	立ち幅とび(cm)	134.52	20.05	48.59	134.19	20.33
	ボール投げ(m)	14.77	5.85	50.12	15.73	6.16
	合計得点(点)	42.39	8.00	48.23	43.37	7.76

小学校4年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	132.97	5.76	50.81	133.81	5.96
	体重(kg)	30.96	6.73	52.75	31.49	7.03
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	13.68	3.25	50.31	14.54	3.50
	上体起こし(回)	17.19	5.64	48.47	17.79	5.99
	長座体前屈(cm)	32.55	8.11	51.46	32.13	7.99
	反復横とび(回)	37.07	8.21	48.66	38.23	7.82
	シャトルラン(回)	38.79	17.48	47.78	41.41	18.05
	50m走(秒)	9.90	0.99	53.57	9.89	0.99
	立ち幅とび(cm)	140.94	21.20	48.96	142.54	21.00
	ボール投げ(m)	17.42	6.91	49.67	18.69	7.12
	合計得点(点)	46.65	8.26	47.65	47.97	8.68

小学校5年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	138.51	6.43	50.94	139.29	6.45
	体重(kg)	34.63	7.82	53.49	35.67	8.56
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	16.25	3.77	51.45	17.00	4.06
	上体起こし(回)	19.71	5.83	47.77	19.55	5.54
	長座体前屈(cm)	33.43	8.56	50.05	33.53	7.86
	反復横とび(回)	40.94	8.36	46.82	41.47	7.76
	シャトルラン(回)	47.11	19.78	46.34	47.06	19.77
	50m走(秒)	9.53	0.99	53.98	9.51	0.98
	立ち幅とび(cm)	152.62	22.43	46.85	149.33	22.63
	ボール投げ(m)	21.17	7.97	48.56	21.75	8.42
	合計得点(点)	52.93	8.94	46.05	52.93	8.86

小学校6年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	145.08	7.24	51.94	146.20	7.44
	体重(kg)	39.35	9.05	53.94	40.29	9.49
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	19.06	4.87	52.29	20.40	5.36
	上体起こし(回)	20.94	5.82	48.29	21.72	5.85
	長座体前屈(cm)	35.86	8.68	50.46	36.10	8.52
	反復横とび(回)	43.00	8.48	46.65	44.08	8.34
	シャトルラン(回)	53.38	21.28	45.67	53.73	21.04
	50m走(秒)	9.14	0.95	53.50	9.13	1.04
	立ち幅とび(cm)	158.90	24.22	49.06	162.17	25.49
	ボール投げ(m)	24.09	9.40	48.62	25.36	9.71
	合計得点(点)	57.00	9.47	46.94	58.75	9.60

2. 中学校

中学校1年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	151.30	5.62	49.56	151.83	5.51
	体重(kg)	44.92	8.19	51.79	44.72	7.75
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	21.46	4.57	49.20	21.64	4.66
	上体起こし(回)	20.16	5.78	47.74	20.70	5.75
	長座体前屈(cm)	43.42	9.66	50.22	44.09	9.58
	反復横とび(回)	44.88	7.20	48.92	46.25	6.76
	持久走(秒)	321.65	56.54	57.46	313.69	54.03
	シャトルラン(回)	47.36	18.49	47.49	51.35	19.94
	50m走(秒)	9.19	0.89	55.08	9.26	0.90
	立ち幅とび(cm)	163.45	24.54	47.95	164.96	23.54
	ボール投げ(m)	12.23	4.17	49.64	12.20	4.04
	合計得点(点)	43.27	11.19	46.59	44.11	11.09

中学校2年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	154.27	5.11	48.36	154.31	5.56
	体重(kg)	47.79	7.66	51.69	47.96	7.84
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	23.45	4.87	48.57	23.62	4.86
	上体起こし(回)	22.48	6.20	45.99	22.25	5.91
	長座体前屈(cm)	46.45	10.16	48.50	45.38	9.74
	反復横とび(回)	47.25	7.07	47.14	47.28	6.59
	持久走(秒)	305.09	50.72	61.38	315.55	58.00
	シャトルラン(回)	54.00	21.19	46.05	54.45	19.48
	50m走(秒)	8.96	0.90	56.84	9.08	0.92
	立ち幅とび(cm)	169.23	23.77	47.01	168.82	23.08
	ボール投げ(m)	13.39	4.34	48.89	13.33	4.30
	合計得点(点)	48.31	11.99	44.23	47.68	11.21

中学校3年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	155.43	5.34	48.70	155.95	5.40
	体重(kg)	50.03	7.64	51.23	50.22	7.48
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	24.86	5.03	48.26	24.83	4.95
	上体起こし(回)	23.28	6.44	46.78	23.39	5.90
	長座体前屈(cm)	47.41	10.32	47.64	47.47	9.66
	反復横とび(回)	47.77	6.81	48.05	48.21	6.81
	持久走(秒)	315.66	53.45	58.97	315.03	53.77
	シャトルラン(回)	54.62	20.70	45.20	52.43	18.35
	50m走(秒)	8.89	0.92	57.50	9.08	0.98
	立ち幅とび(cm)	171.68	23.56	46.90	171.58	23.62
	ボール投げ(m)	14.29	4.49	48.59	13.95	4.35
	合計得点(点)	50.35	11.81	43.96	49.56	11.25

中学校1年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	152.86	7.96	50.11	153.33	8.14
	体重(kg)	45.41	9.75	52.38	45.43	9.64
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	24.04	6.55	51.26	24.69	6.47
	上体起こし(回)	23.47	6.12	49.28	24.03	5.75
	長座体前屈(cm)	41.97	10.74	51.16	41.36	9.56
	反復横とび(回)	48.52	8.62	48.69	49.28	7.87
	持久走(秒)	459.64	79.26	53.89	434.67	76.22
	シャトルラン(回)	61.85	22.63	47.91	66.82	22.85
	50m走(秒)	8.69	1.00	52.37	8.59	0.96
	立ち幅とび(cm)	182.78	28.14	50.06	182.89	26.99
	ボール投げ(m)	17.73	5.52	49.27	18.07	5.48
	合計得点(点)	33.27	9.58	48.31	34.08	9.37

中学校2年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	159.88	7.29	49.64	160.24	7.45
	体重(kg)	49.80	10.09	51.56	50.02	10.05
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	29.64	7.40	49.81	29.89	7.39
	上体起こし(回)	26.55	6.33	47.19	26.34	6.23
	長座体前屈(cm)	44.88	10.76	49.08	44.53	10.40
	反復横とび(回)	51.99	8.25	47.14	51.94	8.31
	持久走(秒)	414.60	75.51	56.95	410.43	70.08
	シャトルラン(回)	77.36	23.49	45.86	78.49	22.75
	50m走(秒)	8.06	0.90	54.56	8.10	0.92
	立ち幅とび(cm)	198.90	26.65	49.33	200.06	26.91
	ボール投げ(m)	20.90	5.82	48.79	20.70	5.95
	合計得点(点)	41.10	10.33	45.65	40.90	10.08

中学校3年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	164.42	6.53	49.14	165.06	6.33
	体重(kg)	54.06	10.32	51.94	54.88	10.85
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	34.10	7.69	50.09	34.52	7.78
	上体起こし(回)	28.24	6.42	47.20	28.34	6.68
	長座体前屈(cm)	46.51	10.77	47.36	46.32	11.04
	反復横とび(回)	54.19	8.45	46.11	54.12	8.54
	持久走(秒)	397.15	66.62	59.62	408.53	77.39
	シャトルラン(回)	86.43	25.31	44.64	82.00	23.78
	50m走(秒)	7.62	0.79	54.98	7.72	0.87
	立ち幅とび(cm)	212.22	25.92	48.66	211.59	26.77
	ボール投げ(m)	23.28	6.13	49.14	23.21	6.49
	合計得点(点)	46.85	10.77	44.80	46.47	11.22

3. 高等学校

高校1年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	156.48	5.62	48.57	156.12	5.28
	体重(kg)	51.41	8.05	50.19	51.20	8.03
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	24.83	4.84	49.14	25.12	4.60
	上体起こし(回)	21.64	5.84	47.33	21.79	5.84
	長座体前屈(cm)	44.27	9.79	47.70	45.14	9.59
	反復横とび(回)	47.45	6.03	49.54	47.95	5.75
	持久走(秒)	320.95	49.86	53.28	313.70	47.15
	シャトルラン(回)	47.20	17.40	47.93	46.22	16.27
	50m走(秒)	9.22	0.94	53.92	9.14	0.89
	立ち幅とび(cm)	164.77	22.08	48.07	168.06	21.28
	ボール投げ(m)	12.93	3.91	49.97	13.56	4.06
	合計得点(点)	46.28	10.52	46.12	47.03	10.44

高校2年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	156.66	5.37	47.60	156.40	5.30
	体重(kg)	52.11	7.94	50.17	52.11	8.30
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	25.77	4.67	47.45	25.68	4.79
	上体起こし(回)	22.60	6.06	46.35	22.07	5.98
	長座体前屈(cm)	46.08	9.85	47.04	45.70	9.93
	反復横とび(回)	48.00	5.97	48.94	48.12	6.19
	持久走(秒)	311.87	51.21	55.50	314.66	52.04
	シャトルラン(回)	48.78	18.84	47.18	46.46	18.49
	50m走(秒)	9.22	0.97	56.19	9.29	1.09
	立ち幅とび(cm)	166.56	21.78	47.52	166.74	22.88
	ボール投げ(m)	13.64	4.17	48.34	13.79	4.31
	合計得点(点)	48.21	11.10	44.62	47.15	11.41

高校3年女子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	156.74	5.34	47.71	156.65	5.43
	体重(kg)	52.63	8.53	50.51	52.35	8.93
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	25.99	5.05	48.34	25.97	4.87
	上体起こし(回)	22.42	6.37	45.72	22.01	6.09
	長座体前屈(cm)	46.49	9.95	46.36	46.16	9.97
	反復横とび(回)	47.70	6.62	47.92	47.41	6.35
	持久走(秒)	314.08	53.87	56.33	323.43	57.43
	シャトルラン(回)	46.49	19.55	46.12	43.98	16.98
	50m走(秒)	9.34	1.10	56.03	9.32	1.01
	立ち幅とび(cm)	165.17	23.68	47.52	167.34	22.47
	ボール投げ(m)	13.78	4.39	48.06	13.93	4.39
	合計得点(点)	47.93	12.04	44.40	47.29	11.47

高校1年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	166.82	6.21	48.43	167.32	6.17
	体重(kg)	58.73	11.62	51.07	58.73	11.60
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	36.58	7.46	49.94	36.94	7.37
	上体起こし(回)	27.61	6.31	48.33	28.05	6.31
	長座体前屈(cm)	43.45	10.64	46.84	43.93	10.41
	反復横とび(回)	55.14	7.77	49.55	55.55	7.80
	持久走(秒)	394.43	59.61	52.37	387.23	66.71
	シャトルラン(回)	78.50	26.08	47.63	77.38	24.22
	50m走(秒)	7.70	0.85	53.65	7.65	0.81
	立ち幅とび(cm)	212.05	26.38	48.47	214.69	25.54
	ボール投げ(m)	22.99	5.76	49.91	23.82	5.83
	合計得点(点)	45.51	10.77	45.60	46.41	10.54

高校2年男子

区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	168.78	5.95	48.39	168.87	6.00
	体重(kg)	60.74	10.99	51.15	60.28	10.78
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	38.88	7.76	48.66	38.88	7.35
	上体起こし(回)	29.16	6.61	47.13	29.24	6.32
	長座体前屈(cm)	46.20	10.92	46.02	45.43	10.52
	反復横とび(回)	57.46	8.06	49.17	57.04	7.54
	持久走(秒)	382.08	65.67	55.44	385.99	69.23
	シャトルラン(回)	86.42	26.67	46.40	81.23	25.52
	50m走(秒)	7.52	0.81	54.44	7.48	0.72
	立ち幅とび(cm)	217.36	26.89	48.39	221.34	23.80
	ボール投げ(m)	24.27	6.16	49.12	24.86	6.21
	合計得点(点)	50.17	11.19	44.17	49.37	10.58

高校3年男子

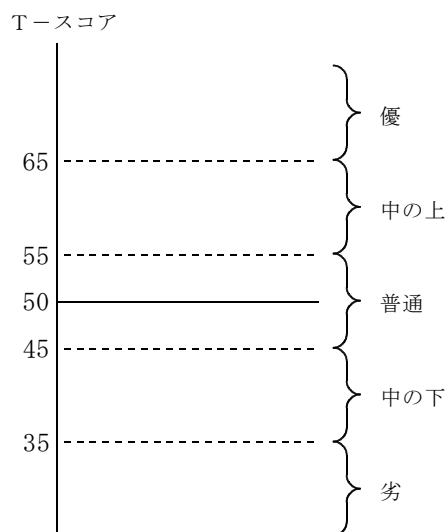
区分 項目		令和3年度			令和2年度	
		平均値	標準偏差	偏差値	平均値	標準偏差
体格	身長(cm)	168.38	6.81	47.93	169.43	5.96
	体重(kg)	60.77	10.72	50.65	62.32	11.63
	座高(cm)	—	—	—	—	—
新 体 力 テ ス ト	握力(kg)	38.68	8.13	48.05	40.05	7.34
	上体起こし(回)	29.58	6.70	47.10	30.00	6.95
	長座体前屈(cm)	47.00	10.87	45.76	45.89	10.58
	反復横とび(回)	56.70	8.17	48.21	57.02	7.73
	持久走(秒)	368.99	70.27	59.44	404.68	67.73
	シャトルラン(回)	85.83	27.72	45.90	79.07	26.48
	50m走(秒)	7.60	0.89	56.11	7.48	0.77
	立ち幅とび(cm)	214.26	29.53	46.61	220.84	26.33
	ボール投げ(m)	24.00	6.69	48.45	25.32	6.31
	合計得点(点)	50.18	12.04	42.60	49.83	10.71

4. Tスコアの見方と計算の仕方

(1) Tスコアの見方

種々のテストによって測定された記録の単位は、秒、cm、kg、回、点などさまざまであり、そのままでは測定単位の異なる記録の優劣を比較したり、統合的に整理して評価することはできない。それには同一尺度を用いて各データを標準化する必要がある、その一つの方法が正規分布と標準偏差の理論にもとづいたTスコアへの換算である。すなわち、Tスコアとは、いろいろな測定の結果が正規分布になると仮定して、個々の測定値が平均を基点として、そこから上または下にどのくらい偏っているか、その度合を標準偏差を単位としてとらえようとするものである。通常「偏差値」と呼ばれているのは、Tスコアのことである。

一般にTスコア（偏差値）を用いて5段階評価をする場合には、優（65以上）、中の上（55～64）、普通（45～54）、中の下（35～44）、劣（34以下）のような基準になる。（右図）



(2) 計算の仕方

Tスコアは、平均値と標準偏差を使って、次の公式で求めることができる。

$$T\text{スコア} = \frac{10(X - M)}{SD} + 50$$

X：個々の測定値 M：平均値 SD：標準偏差

なお、50m走のように、測定値の小さい方が優れている種目の場合には、当然のことながら小さい方に高得点が与えられなければならない。その場合は、

$$100 - \left[\frac{10(X - M)}{SD} + 50 \right]$$

で計算する。

平均値と標準偏差は、全国の値、県の値、学校の値などいろいろ使い分けることができる。

また、学校の平均値を全国または県の平均値と比較してTスコアを算出する場合には、基準とする方（県または全国）の標準偏差を用いて計算する。

（例）中学校1年男子A君

項 目	全国平均値 (M)	全国標準偏差 (SD)	A君測定値 (X)	Tスコア
50m走 (秒)	8.46	0.79	8.6	48.23
立ち幅とび (cm)	185.03	23.68	191	52.52

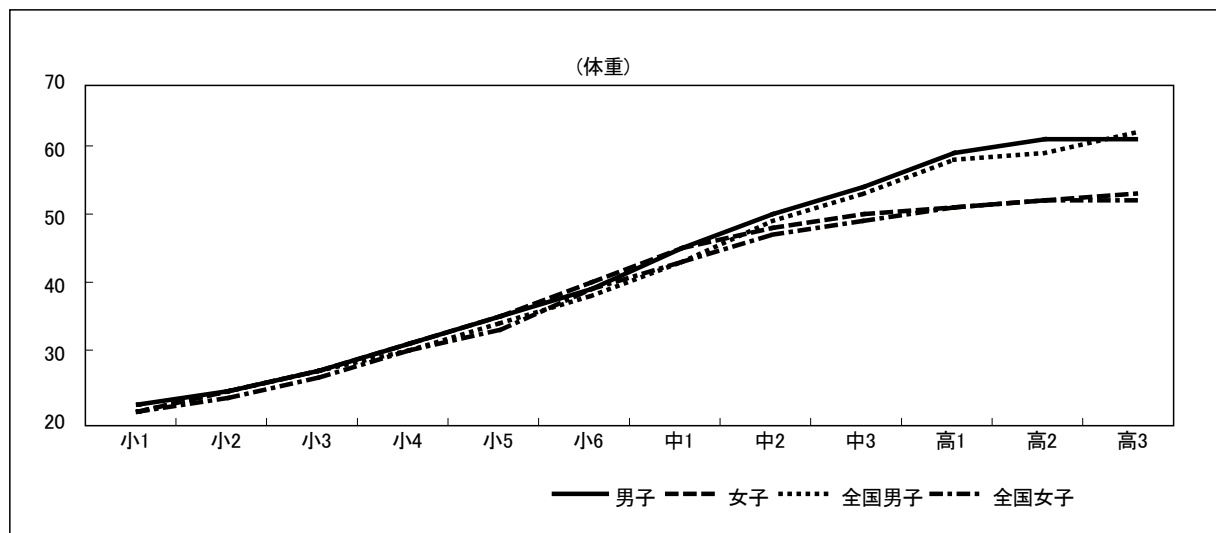
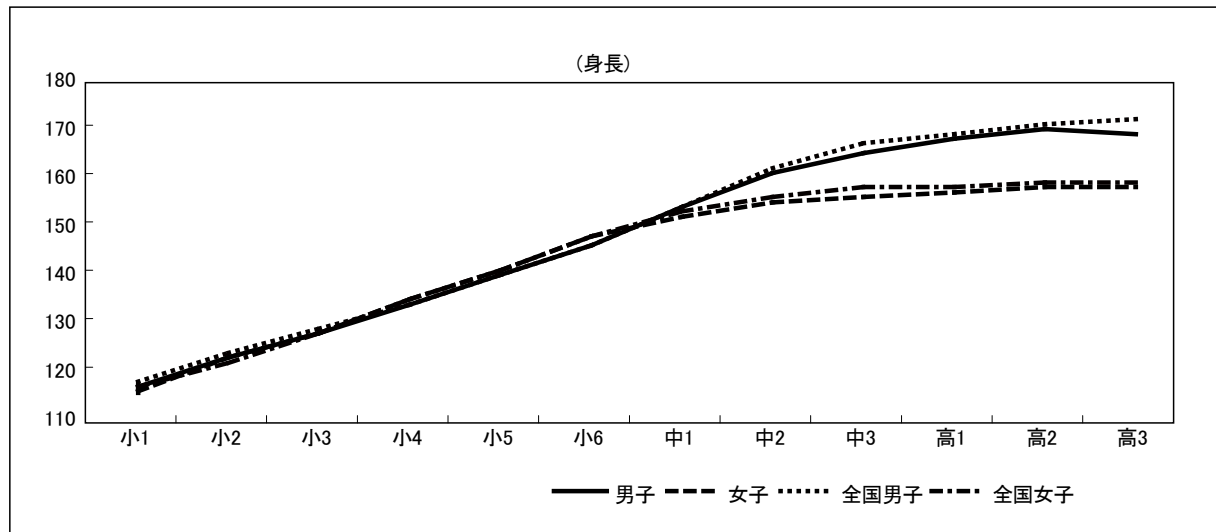
※ 50m 走 $T = 100 - \left[\frac{10(8.6 - 8.46)}{0.79} + 50 \right] = 48.23$

※ 立ち幅とび $T = \frac{10(191 - 185.03)}{23.68} + 50 = 52.52$

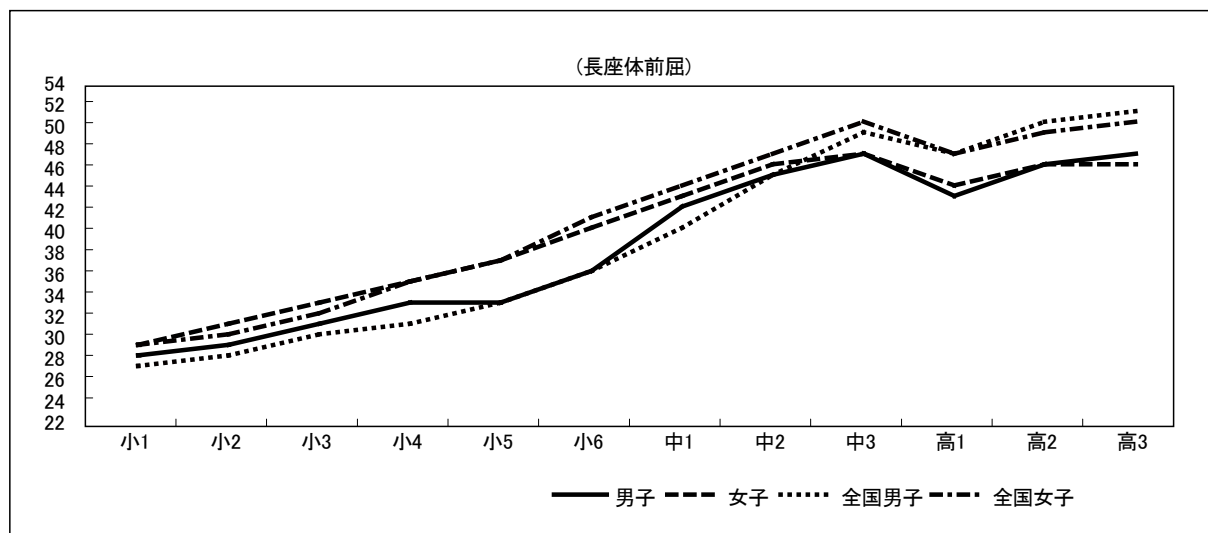
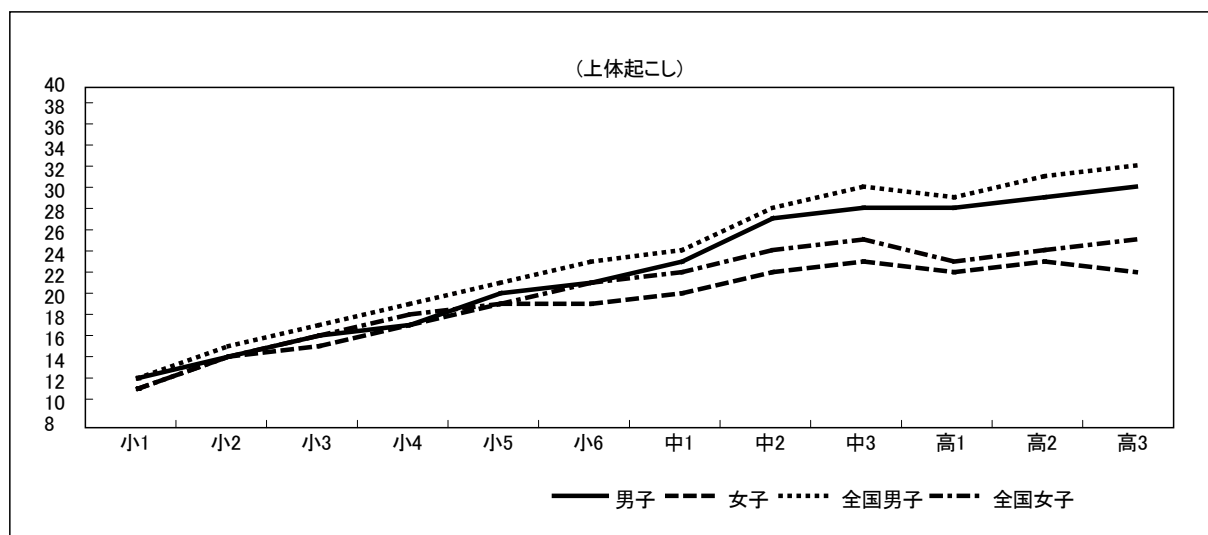
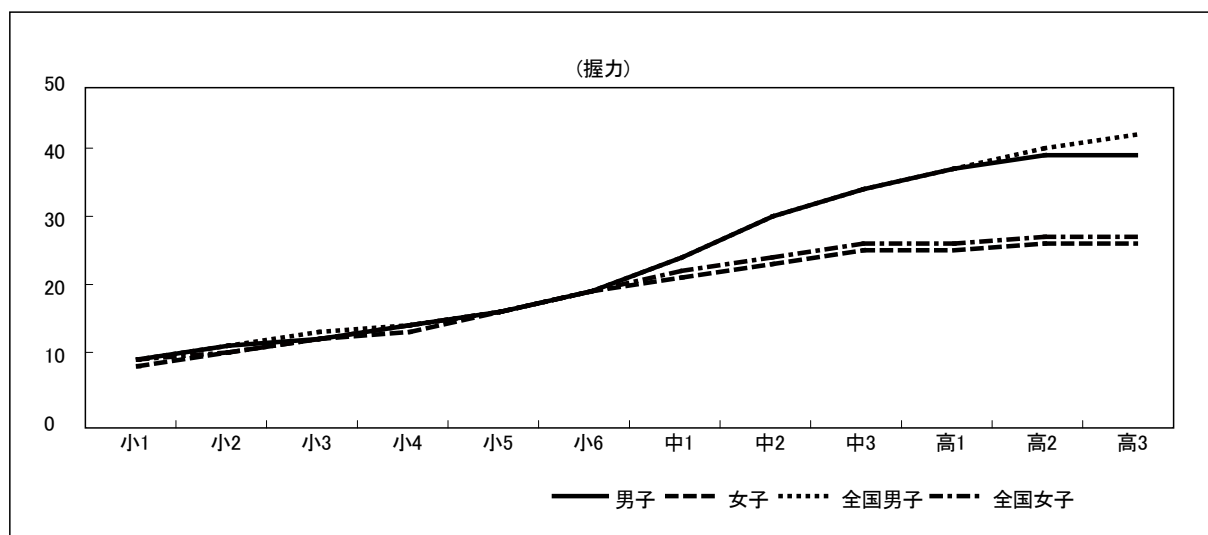
Ⅲ 体格・体力・運動能力の学年間平均値推移(県・全国)

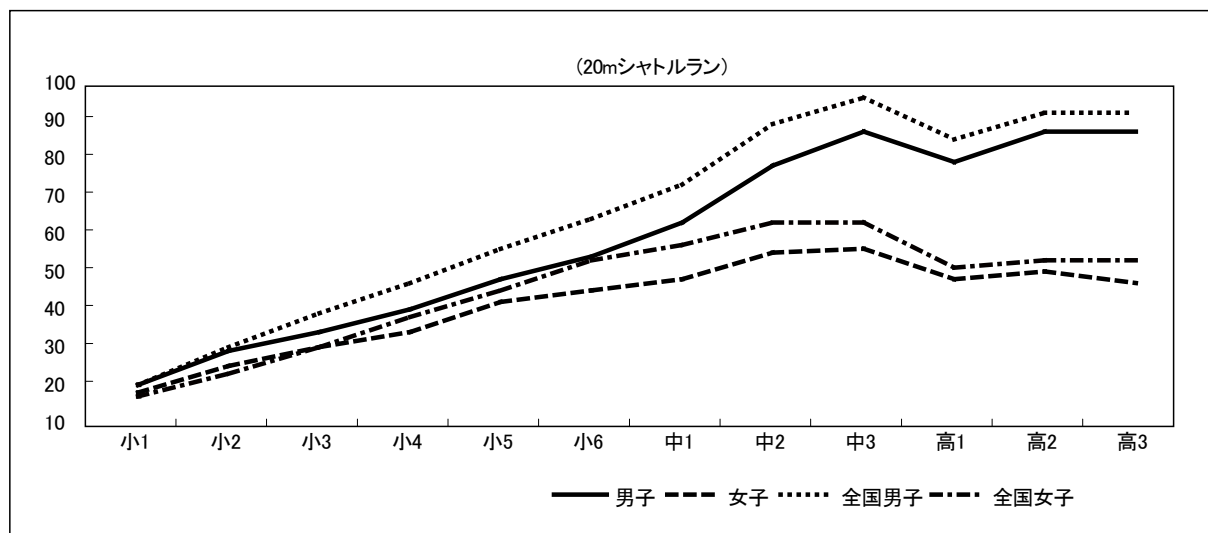
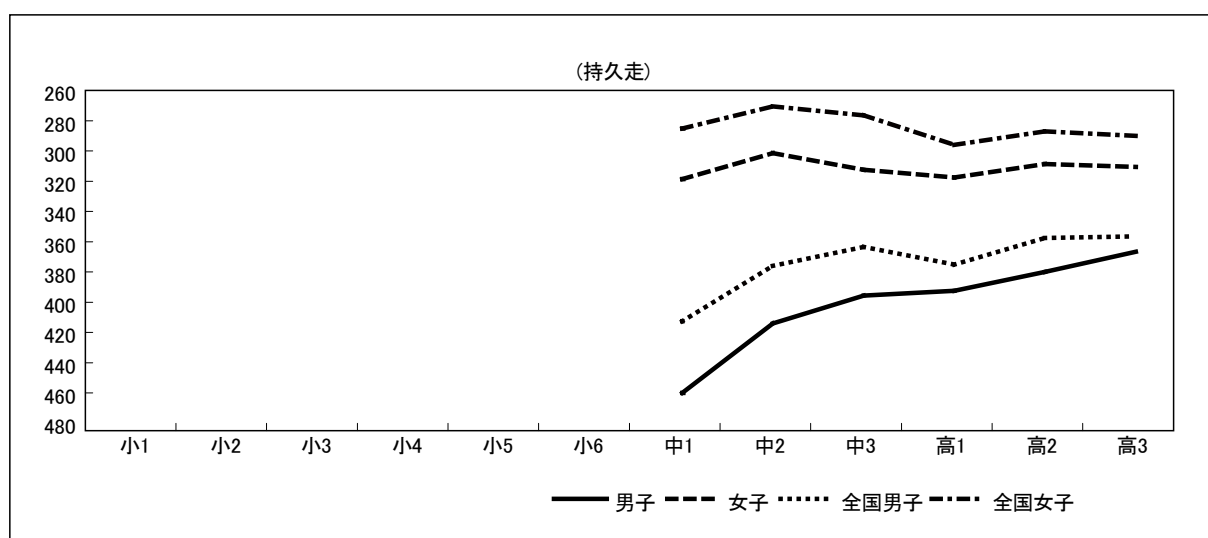
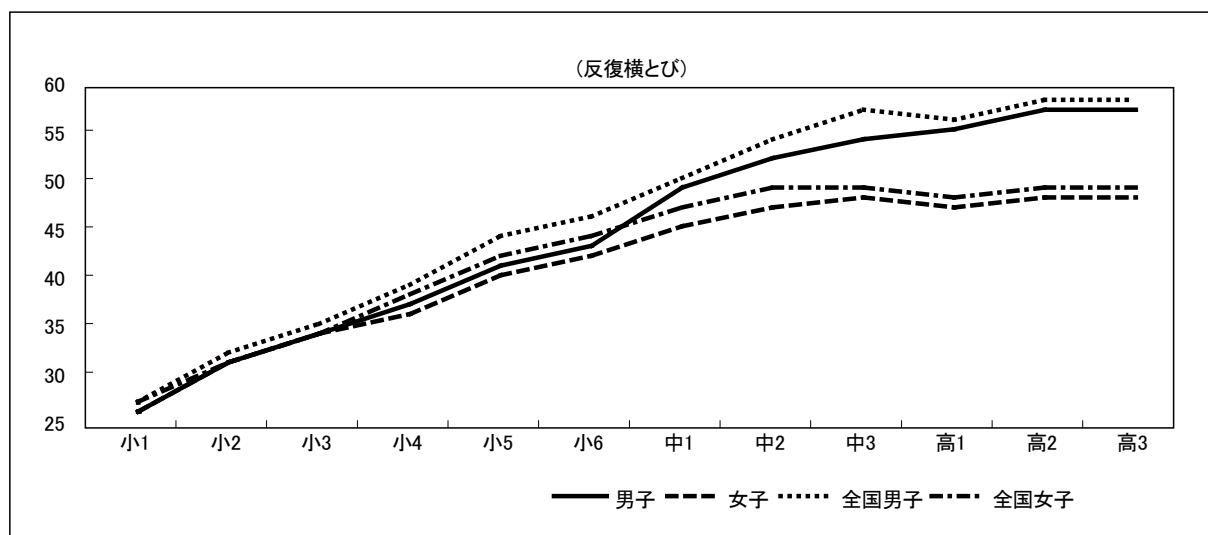
令和3年度高知県児童生徒体格・体力の年齢に伴う変化と全国平均(令和元年度)との比較

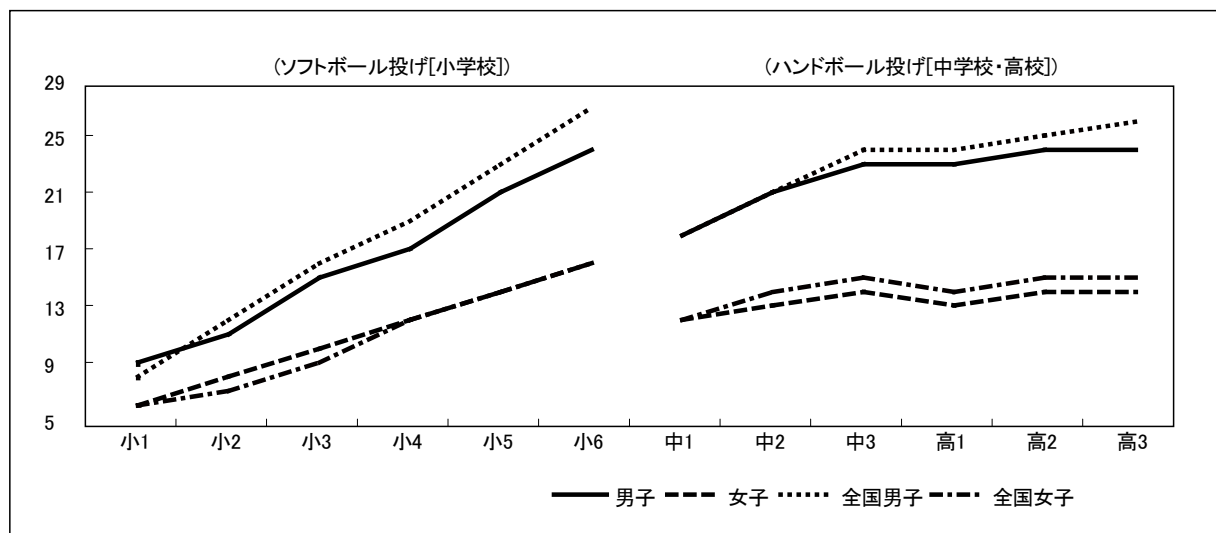
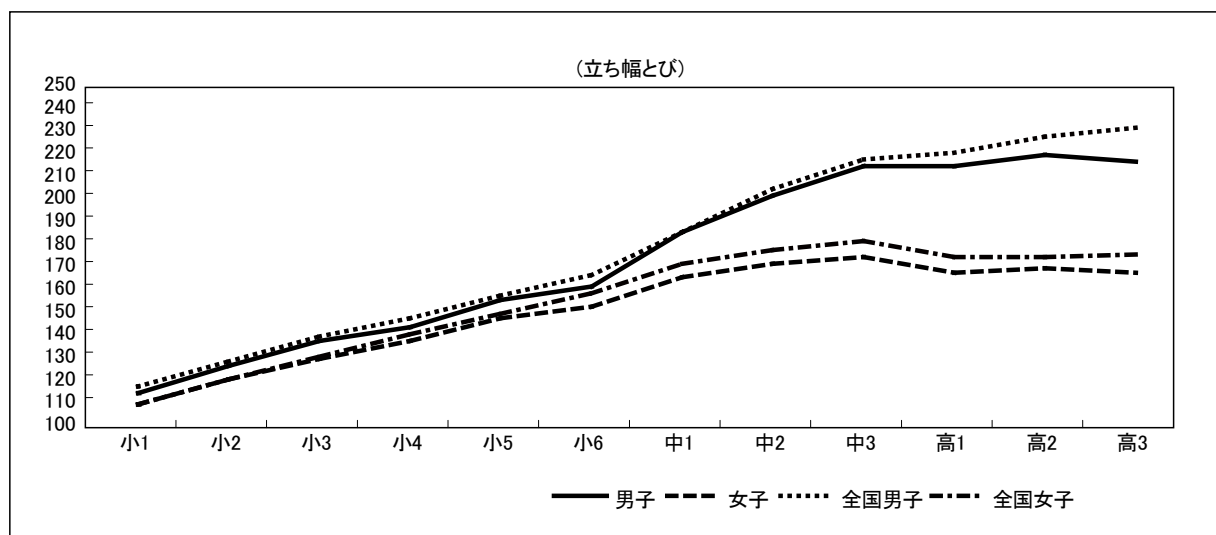
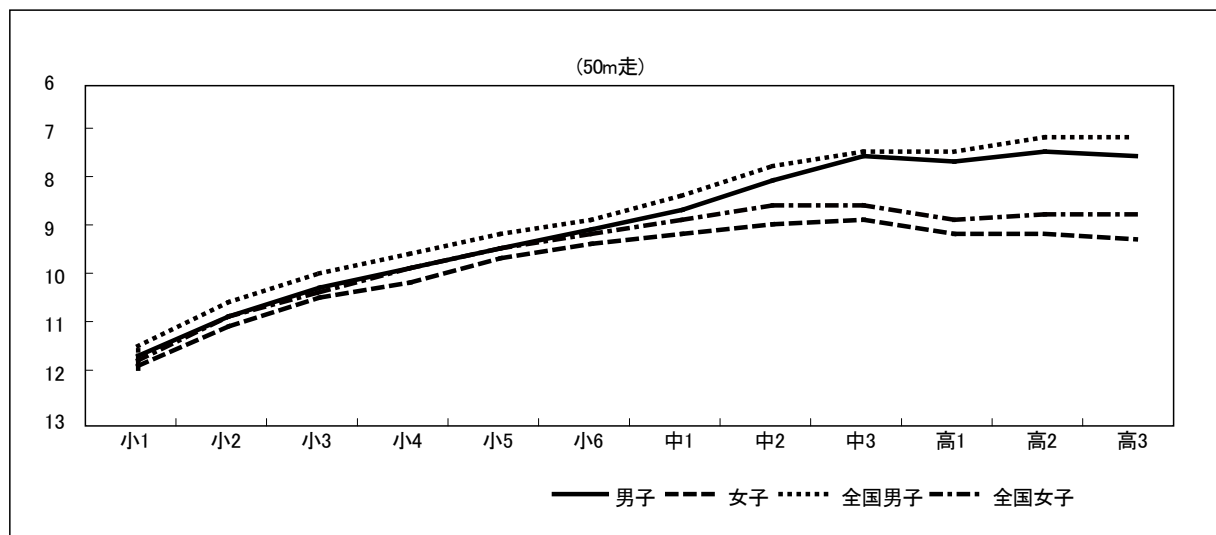
1. 体格



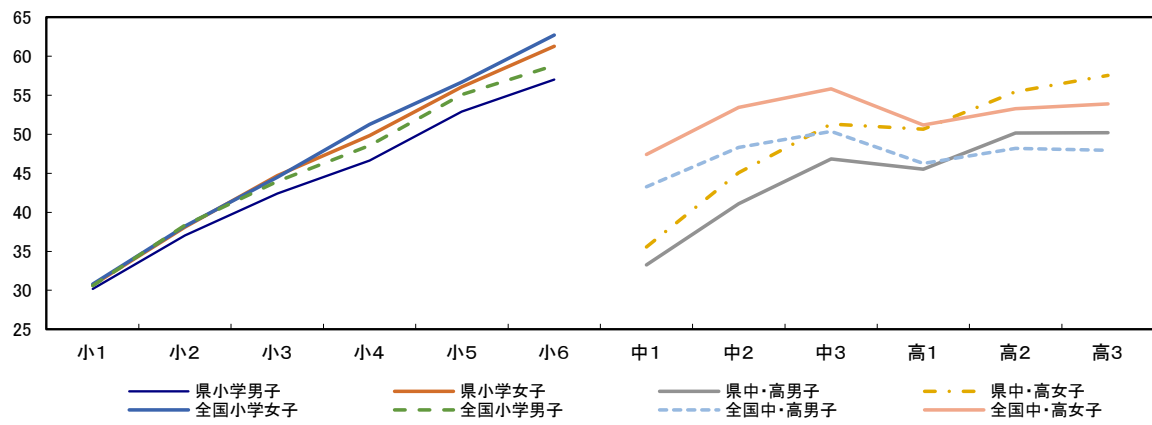
2. 体力







(合計点)



IV 平均値の差の有意性

1. 県の令和3年度と令和2年度との平均値の差の有意性

(男 子)

校種 学年 項目		小 学 校											
		1年		2年		3年		4年		5年		6年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)	0.38	☆	0.18		0.09		0.20		0.29		0.65	☆☆
	体 重 (kg)	0.45	☆☆	0.65	☆☆	0.32		0.47	☆	0.64	☆☆	1.15	☆☆
新体力テスト	握 力 (kg)	-0.20	★	-0.16		-0.26	★	-0.47	★★	-0.24	★	-0.09	
	上体起こし(回)	0.08		-0.38		-0.40		-1.21	★★	-0.52	★★	-0.46	★★
	長座体前屈(cm)	0.17		0.24		0.61	☆	0.56	☆	-1.24	★★	-0.33	
	反復横とび(回)	-1.42	★★	-1.63	★★	-1.04	★★	-0.89	★★	-0.88	★★	-1.88	★★
	20シャトルラン(回)	0.54		-1.24	★	-2.04	★★	-3.19	★★	-2.60	★★	-3.99	★★
	50m走(秒)	0.07		-0.02		0.02		-0.06	★	-0.04		-0.08	★★
	立ち幅跳び(cm)	-0.83		-0.64		1.95	☆☆	-1.36	★	1.20		-3.55	★★
	ボール投げ(m)	-0.10		-0.68	★★	-0.21		-0.97	★★	-1.05	★★	-1.59	★★
	合計得点(点)	-0.40		-0.99	★★	-0.41		-1.19	★★	-0.90	★★	-1.61	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR2高知県平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。 ☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

校種 学年 項目		中学校						高等学校					
		1年		2年		3年		1年		2年		3年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)	0.63	☆☆	0.64	☆☆	-0.20		-0.66	★★	0.08		-1.13	★★
	体 重 (kg)	0.70	☆	0.57		0.12		-0.37		0.83	☆	-1.09	★★
新体力テスト	握 力 (kg)	0.04		0.32		-0.26		-0.35		-0.08		-1.91	★★
	上体起こし(回)	-0.58	★★	-1.00	★★	-1.24	★★	-0.62	★★	-0.92	★★	-0.74	★★
	長座体前屈(cm)	2.00	☆☆	1.22	☆☆	-0.01		-0.16		0.44		0.91	☆
	反復横とび(回)	-0.63	★	-0.77	★★	-0.92	★★	0.48		0.86	☆☆	0.30	
	持久走(秒)	-19.33	★★	-23.77	★★	-12.48	★★	-5.93		-1.17		8.89	☆
	20シャトルラン(回)	-2.89	★★	-3.63	★★	-2.78	★★	-1.44		-1.61		2.79	☆
	50m走(秒)	-0.02		-0.04		-0.04		0.00		-0.03		-0.15	★★
	立ち幅跳び(cm)	3.14	☆☆	1.47		1.62	☆	3.04	☆☆	-0.09		-4.90	★★
	ボール投げ(m)	-0.34	★	-0.52	★★	-0.27		-0.14		0.02		-0.81	★★
	合計得点(点)	-0.13		-0.78	★	-1.29	★★	-0.85	★	0.41		-0.43	

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR2高知県平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。 ☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

(女子)

校種 学年 項目		小 学 校											
		1年		2年		3年		4年		5年		6年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)	-0.14		0.62	☆☆	0.39		0.65	☆☆	0.31		0.23	
	体 重 (kg)	0.01		0.46	☆☆	0.39	☆	0.47	☆☆	0.52	☆	0.55	☆
新体 力テ スト	握 力 (kg)	-0.18	★	-0.06		-0.15		-0.20	★	0.10		-0.08	
	上体起こし(回)	0.08		0.09		-0.33		-0.70	★★	-0.20		-0.15	
	長座体前屈(cm)	-1.01	★★	-0.30		0.32		0.57	☆	-0.68	★★	-0.48	
	反復横とび(回)	-1.03	★★	-0.48	★	-1.13	★★	-0.75	★★	-0.39		-0.80	★★
	20シャトルラン(回)	-0.04		0.15		-1.52	★★	-2.27	★★	-0.68		-3.21	★★
	50m走(秒)	0.12	☆☆	-0.03		0.05		-0.08	★★	0.05	☆	-0.05	★
	立ち幅跳び(cm)	1.73	☆	0.96		0.80		-0.46		-0.28		-2.35	★★
	ボール投げ(m)	-0.10		-0.09		0.16		-0.27	★	-0.13		-0.48	★★
	合計得点(点)	-0.32		-0.08		-0.53		-0.85	★★	-0.31		-1.20	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR2高知県平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。 ☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

校種 学年 項目		中学校						高等学校					
		1年		2年		3年		1年		2年		3年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)	0.06		0.19		-0.20		0.50	☆	0.41	☆	-0.14	
	体 重 (kg)	0.70	☆☆	0.31		-0.22		0.24		-0.23		-0.40	
新体 力テ スト	握 力 (kg)	0.19		-0.19		-0.25		-0.05		0.17		-0.53	★★
	上体起こし(回)	-0.59	★★	-1.22	★★	-0.67	★★	-0.45	★	-0.05		-0.86	★★
	長座体前屈(cm)	0.91	☆☆	0.58		0.47		0.87	☆☆	1.50	☆☆	0.47	
	反復横とび(回)	-1.00	★★	-0.91	★★	-0.89	★★	0.58	☆☆	1.15	☆☆	0.27	
	持久走(秒)	-5.12		-5.45		-13.46	★★	-6.99	★★	-0.98		-5.82	★
	20シャトルラン(回)	-2.84	★★	-4.75	★★	-3.43	★★	-1.26		-0.94		-3.38	★★
	50m走(秒)	0.01		-0.07	★	-0.02		0.00		0.07	☆	-0.11	★★
	立ち幅跳び(cm)	-0.27		-0.50		0.56		0.89		4.66	☆☆	-0.46	
	ボール投げ(m)	0.27	☆	-0.01		0.02		-0.25		0.34	☆	-0.31	★
	合計得点(点)	-0.41		-1.07	★★	-0.86	★	-0.08		1.60	☆☆	-0.85	★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR2高知県平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。 ☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

2. 県(令和3年度)と全国(令和元年度)との平均値の差の有意性

(男 子)

項目		校種	小 学 校											
			1年		2年		3年		4年		5年		6年	
		学年	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)		-0.39	★	-0.55	★★	-1.01	★★	-0.38		-0.23		0.20	
	体 重 (kg)		0.39	☆☆	0.70	☆☆	0.44	☆	0.89	☆☆	1.08	☆☆	1.79	☆☆
新体力テスト	握 力 (kg)		-0.30	★★	-0.37	★★	-0.68	★★	-0.77	★★	-0.24		-0.37	★
	上体起こし(回)		-0.01		-0.13		-0.50	★	-1.44	★★	-1.08	★★	-1.72	★★
	長座体前屈(cm)		1.40	☆☆	1.28	☆☆	1.02	☆☆	1.49	☆☆	-0.06		0.14	
	反復横とび(回)		-1.07	★★	-0.90	★★	-1.00	★★	-2.14	★★	-2.67	★★	-3.27	★★
	20シャトルラン(回)		0.21		-1.39	★	-4.95	★★	-6.81	★★	-7.72	★★	-10.04	★★
	50m走(秒)		-0.21	★★	-0.29	★★	-0.28	★★	-0.29	★★	-0.31	★★	-0.27	★★
	立ち幅跳び(cm)		-2.46	★★	-1.28		-2.29	★★	-3.58	★★	-2.76	★★	-5.17	★★
	ボール投げ(m)		0.55	☆☆	-0.16		-0.89	★★	-1.50	★★	-1.75	★★	-2.56	★★
	合計得点(点)		-0.46		-1.08	★★	-2.32	★★	-3.18	★★	-3.16	★★	-4.29	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR1全国平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。

☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

項目		校種	中学校						高等学校					
			1年		2年		3年		1年		2年		3年	
		学年	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身 長 (cm)		-0.38		-0.63	★	-1.20	★★	-1.41	★★	-0.97	★★	-2.22	★★
	体 重 (kg)		1.96	☆☆	1.04	☆☆	0.70	☆	0.93	☆	1.41	☆☆	-0.97	★★
新体力テスト	握 力 (kg)		0.10		-0.39		-0.36		-0.40		-0.97	★★	-2.85	★★
	上体起こし(回)		-0.97	★★	-1.29	★★	-1.69	★★	-1.41	★★	-1.83	★★	-2.28	★★
	長座体前屈(cm)		1.70	☆☆	-0.60		-2.65	★★	-3.86	★★	-3.56	★★	-3.72	★★
	反復横とび(回)		-1.61	★★	-1.87	★★	-2.47	★★	-0.72	★★	-0.16		-1.63	★★
	持久走(秒)		-45.75	★★	-36.82	★★	-31.58	★★	-17.93	★★	-21.63	★★	-10.09	★★
	20シャトルラン(回)		-9.72	★★	-10.92	★★	-8.38	★★	-5.25	★★	-4.97	★★	-5.05	★★
	50m走(秒)		-0.27	★★	-0.26	★★	-0.17	★★	-0.25	★★	-0.28	★★	-0.44	★★
	立ち幅跳び(cm)		0.03		-2.77	★★	-2.52	★★	-6.16	★★	-7.87	★★	-14.71	★★
	ボール投げ(m)		-0.71	★★	-0.48	★	-0.41	★	-0.88	★★	-1.13	★★	-2.32	★★
	合計得点(点)		-2.27	★★	-3.97	★★	-4.47	★★	-5.15	★★	-5.29	★★	-7.37	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR1全国平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。

☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

(女子)

校種 学年 項目		小 学 校											
		1年		2年		3年		4年		5年		6年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身長 (cm)	1.07	☆☆	1.11	☆☆	1.12	☆☆	0.66	☆☆	1.40	☆☆	0.36	
	体重 (kg)	0.90	☆☆	1.32	☆☆	1.32	☆☆	1.47	☆☆	2.41	☆☆	1.80	☆☆
新体力テスト	握力 (kg)	0.37	☆☆	0.13		0.27	☆	0.34	☆☆	0.91	☆☆	0.27	
	上体起こし(回)	0.96	☆☆	-0.11		-0.12		-0.69	★★	-0.64	★★	-0.93	★★
	長座体前屈 (cm)	0.90	☆☆	0.97	☆☆	1.34	☆☆	0.38		-0.12		-1.54	★★
	反復横とび(回)	0.85	☆☆	-0.49	★	0.71	☆☆	-0.55	★	-0.83	★★	-1.91	★★
	20シャトルラン(回)	3.46	☆☆	2.44	☆☆	0.99		-1.92	★★	-2.31	★★	-7.01	★★
	50m走(秒)	0.22	☆☆	-0.11	★★	-0.11	★★	-0.17	★★	-0.19	★★	-0.28	★★
	立ち幅跳び(cm)	3.09	☆☆	1.72	☆	0.37		-0.97		-2.21	★★	-3.30	★★
	ボール投げ(m)	0.95	☆☆	1.16	☆☆	0.99	☆☆	1.09	☆☆	1.33	☆☆	0.80	☆☆
	合計得点(点)	2.71	☆☆	1.09	☆☆	0.45		-1.11	★★	-0.95	★★	-2.84	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR1全国平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。

☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

校種 学年 項目		中学校						高等学校					
		1年		2年		3年		1年		2年		3年	
		差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性	差	有意性
体格	身長 (cm)	-0.25		-0.86	★★	-0.68	★★	-0.75	★★	-1.26	★★	-1.19	★★
	体重 (kg)	1.26	☆☆	1.08	☆☆	0.77	☆☆	0.13		0.11		0.32	
新体力テスト	握力 (kg)	-0.34	★	-0.62	★★	-0.78	★★	-0.40	★	-1.24	★★	-0.79	★★
	上体起こし(回)	-1.20	★★	-2.18	★★	-1.81	★★	-1.57	★★	-2.24	★★	-2.83	★★
	長座体前屈 (cm)	0.21		-1.40	★★	-2.34	★★	-2.34	★★	-2.98	★★	-3.80	★★
	反復横とび(回)	-0.60	★	-1.68	★★	-1.17	★★	-0.27		-0.68	★★	-1.38	★★
	持久走(秒)	-24.88	★★	-40.34	★★	-34.18	★★	-13.31	★★	-23.26	★★	-29.44	★★
	20シャトルラン(回)	-4.98	★★	-7.87	★★	-9.69	★★	-3.92	★★	-5.89	★★	-8.47	★★
	50m走(秒)	-0.36	★★	-0.46	★★	-0.52	★★	-0.29	★★	-0.50	★★	-0.49	★★
	立ち幅跳び(cm)	-4.30	★★	-6.37	★★	-7.04	★★	-4.29	★★	-5.67	★★	-6.08	★★
	ボール投げ(m)	-0.13		-0.46	★★	-0.62	★★	-0.01		-0.72	★★	-0.87	★★
	合計得点(点)	-3.31	★★	-5.77	★★	-6.27	★★	-4.15	★★	-6.12	★★	-6.61	★★

平均値の差の検定は、2つのグループの分散が異なる場合のt検定による。(仮説: R3高知県平均とR1全国平均は同じである)

☆☆または★★は両側1%の確率で仮説は棄却される。

☆または★は両側5%の確率で仮説は棄却される。

3. 検定の方法

全国や県の平均値との差の検定によって、全国や県とのレベルの違いを確かめる。その差が明らかにレベルが違うものなのか、たまたま差が生じているだけでレベルは同じなのかを調べるのが平均値の差の検定である。例えば次の式によって求めることができる。

全国と県の場合、標本数の差が大きいため母分散が等しいと仮定しないウエルチの t 検定を用いた。（これは自由度の値は整数をとらない。）

$$t = \frac{|\bar{x} - \bar{y}|}{\sqrt{\frac{s_x^2}{m} + \frac{s_y^2}{n}}}$$

母集団 x の（大きさ、平均値、分散）を $(m, \bar{x}, s_x^2)$ とする。

母集団 y の（大きさ、平均値、分散）を $(n, \bar{y}, s_y^2)$ とする。

判定 t の値が算出できたら危険率（ α ）5 %と 1 %の値を見る。

t < 1.960 の値であれば、有意な差はみられない。

t $\geq$ 1.960 の値であれば、5 %水準で有意な差がある。

t $\geq$ 2.576 の値であれば、1 %水準で有意な差がある。

例

A 県小学校 1 年生男子 768 人の体重の平均は 21.38kg、標準偏差は 3.74（分散 3.74²）であった。

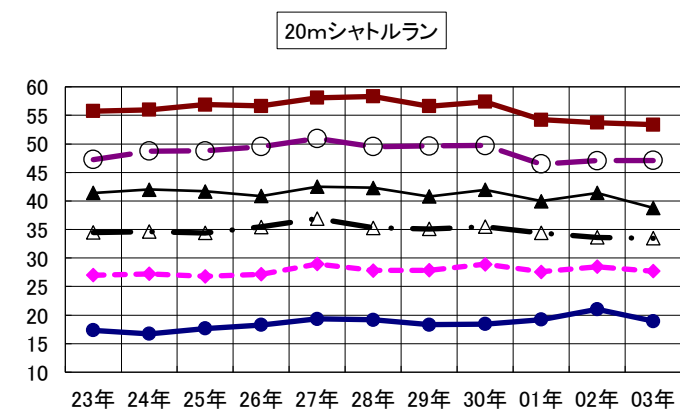
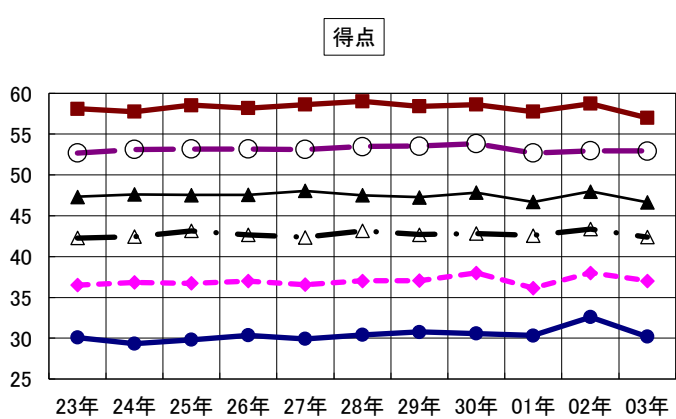
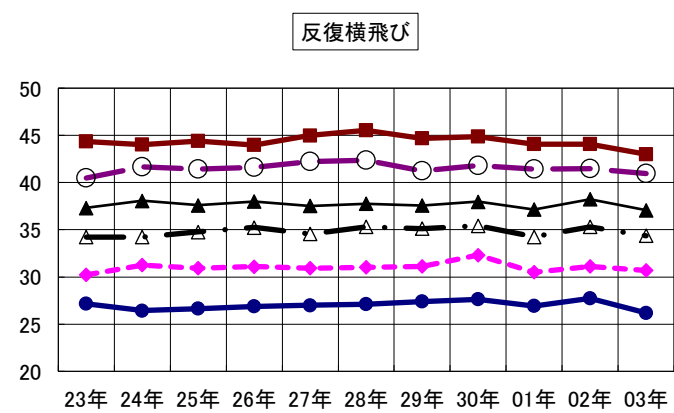
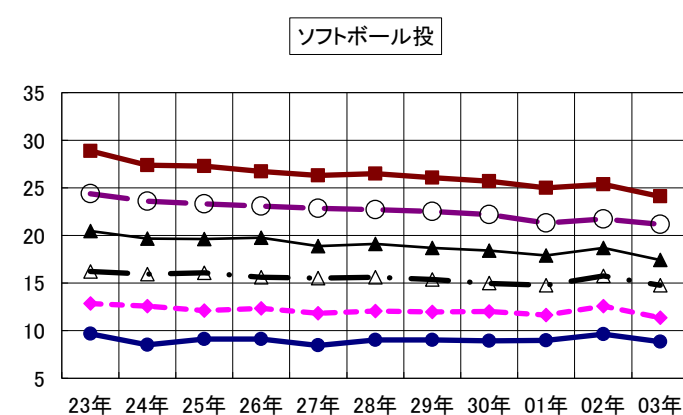
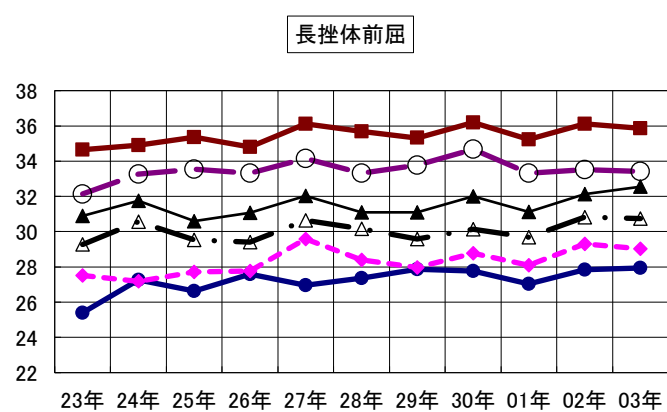
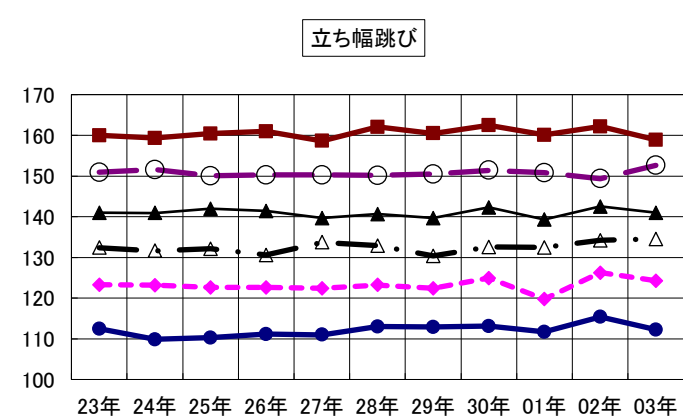
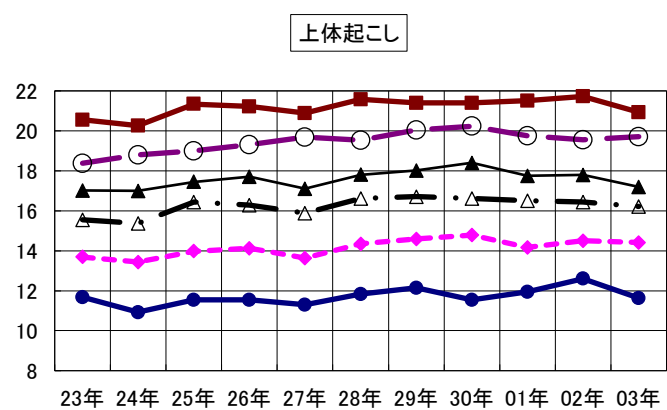
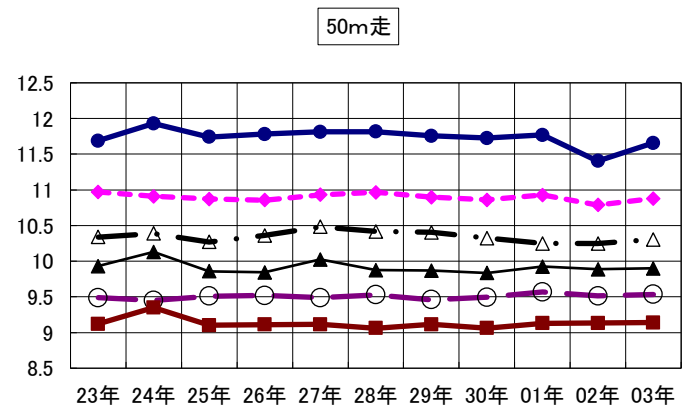
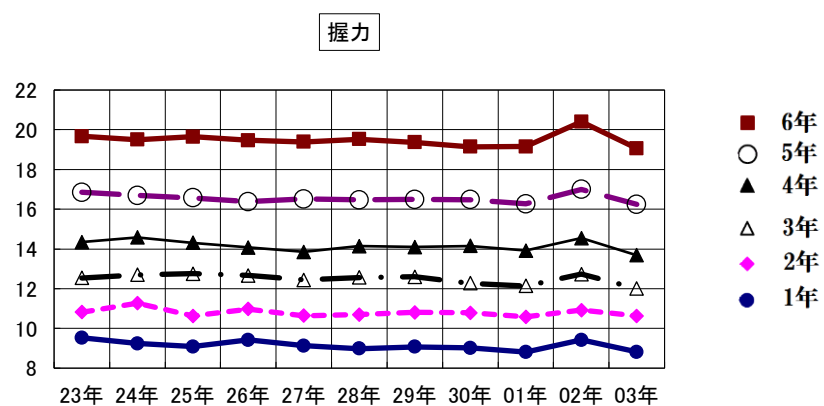
また、小学校 1 年生の全国平均（y = 1101、平均値 = 21.5kg、標準偏差 = 3.1（分散 3.1²））と比較して有意な差があるか。

$$t = \frac{|\bar{x} - \bar{y}|}{\sqrt{\frac{s_x^2}{m} + \frac{s_y^2}{n}}} = \frac{|21.38 - 21.50|}{\sqrt{\frac{3.74^2}{768} + \frac{3.1^2}{1101}}} = 0.7319$$

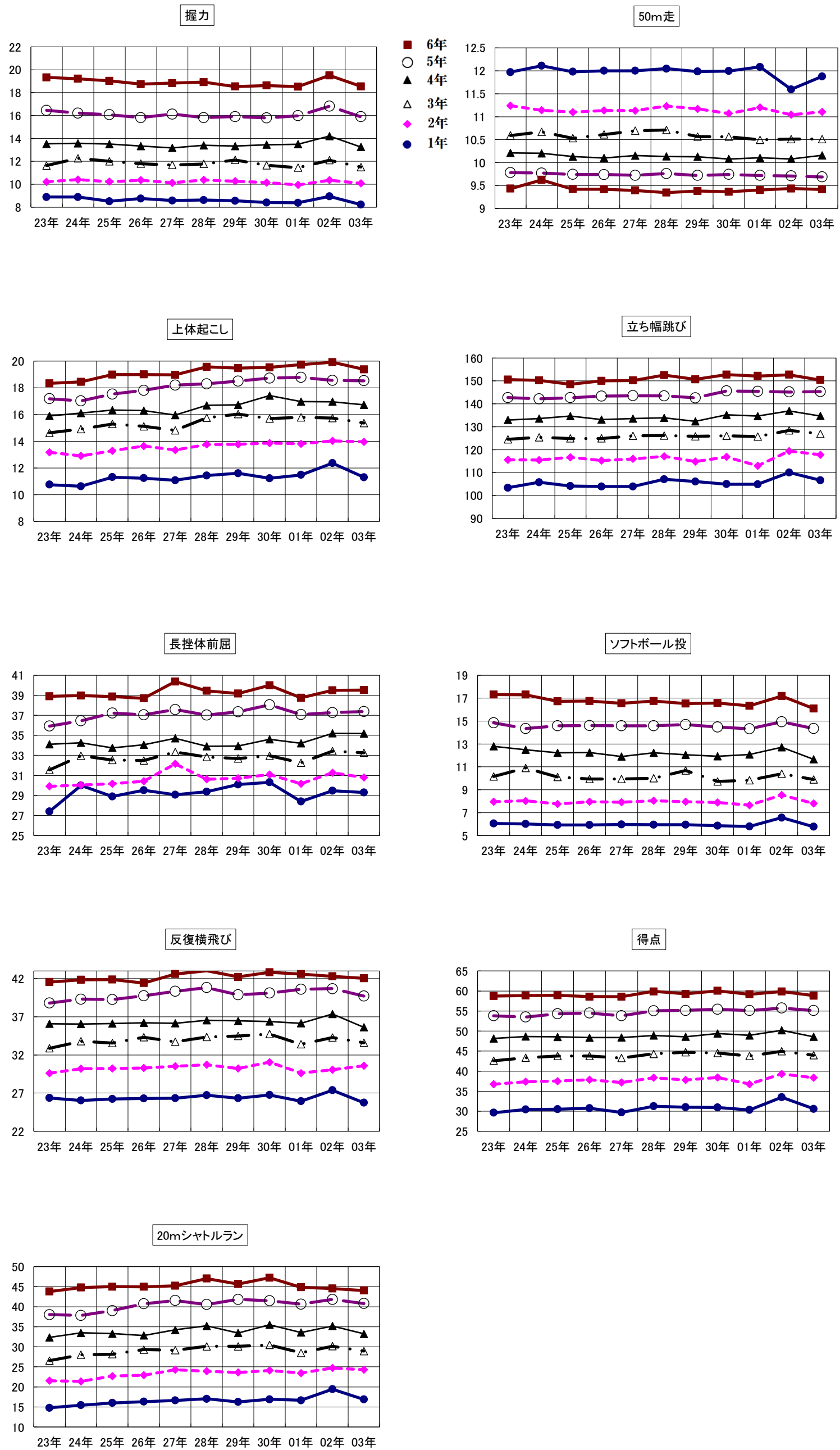
t < 1.960 なので、有意な差は見られないと判定する。

V 新体力テスト年度別推移

1. 小学校(男子)

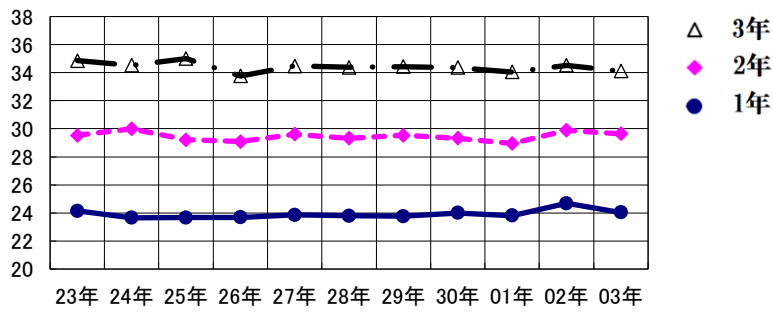


小学校(女子)

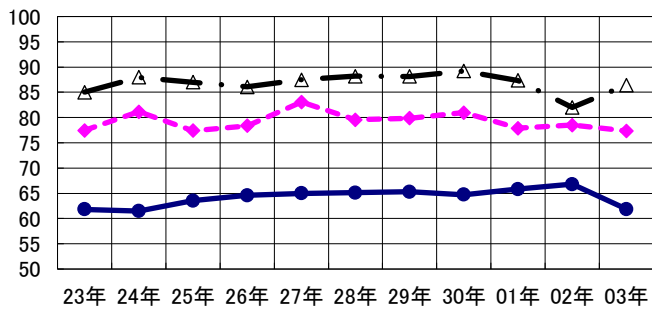


2. 中学校(男子)

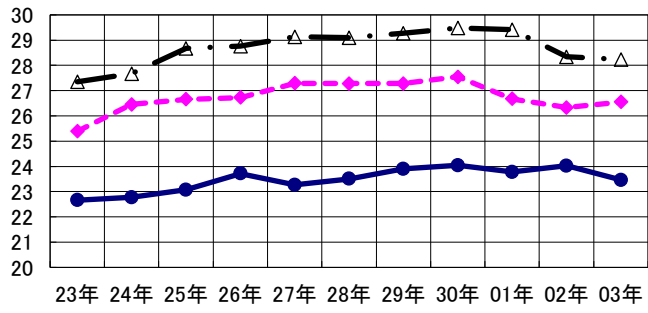
握力



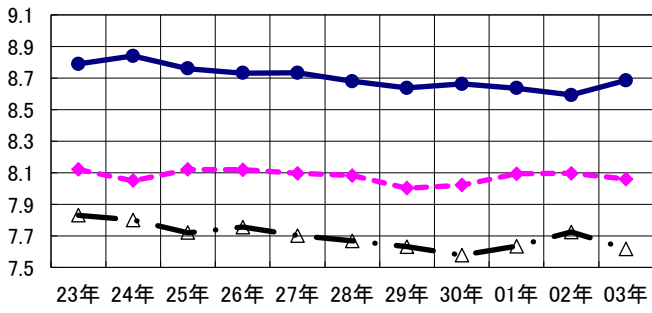
20mシャトルラン



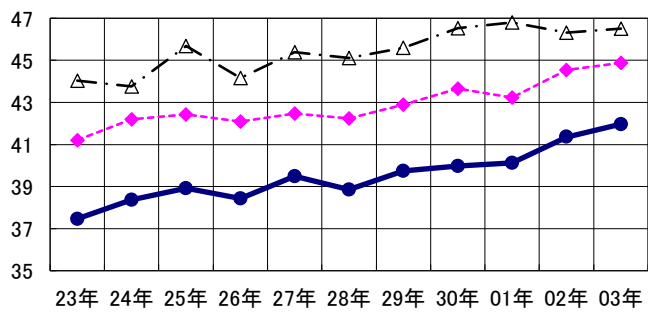
上体起こし



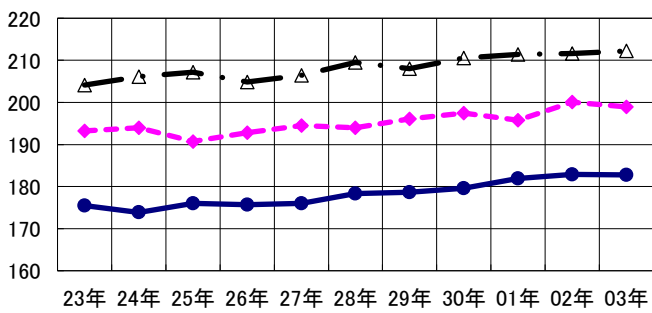
50m走



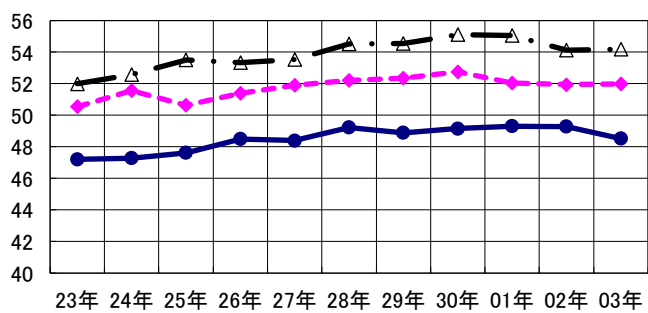
長挫体前屈



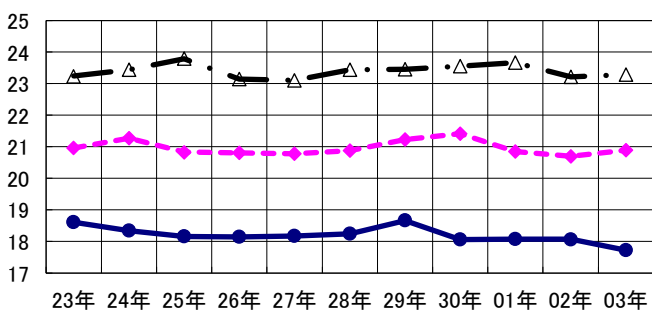
立ち幅跳び



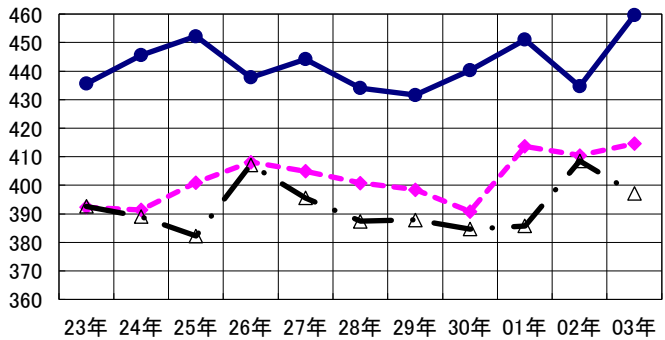
反復横飛び



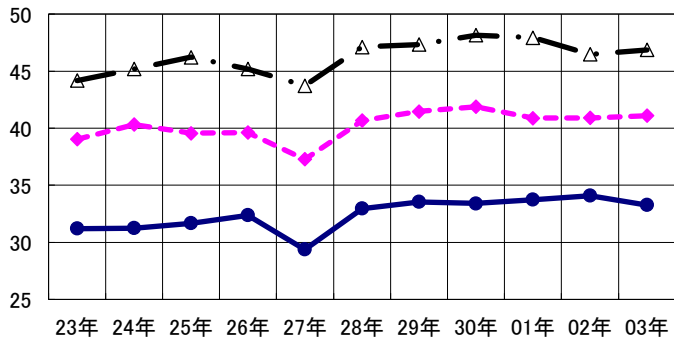
ハンドボール投



持久走

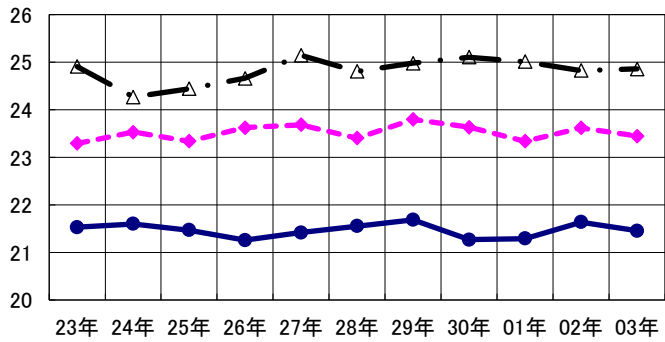


得点

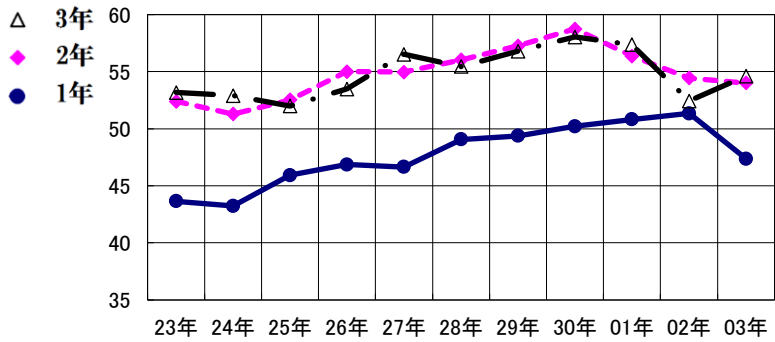


中学校(女子)

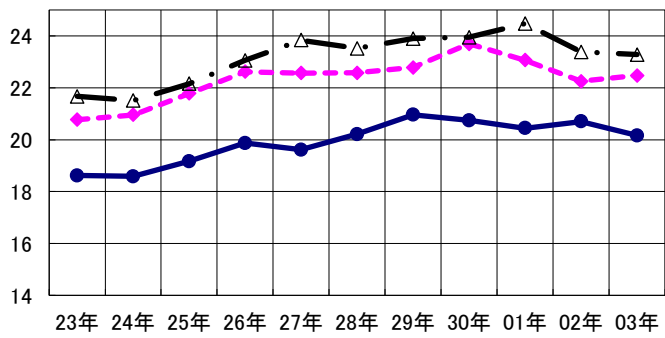
握力



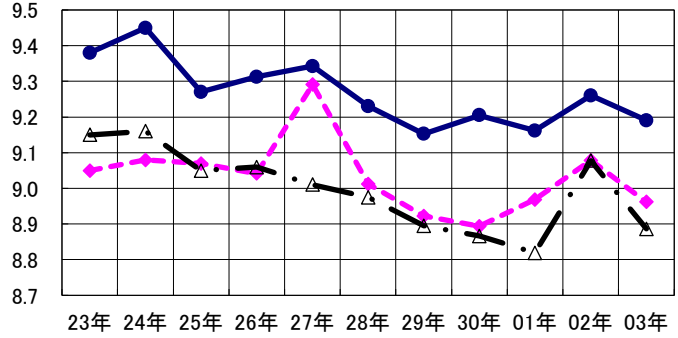
20mシャトルラン



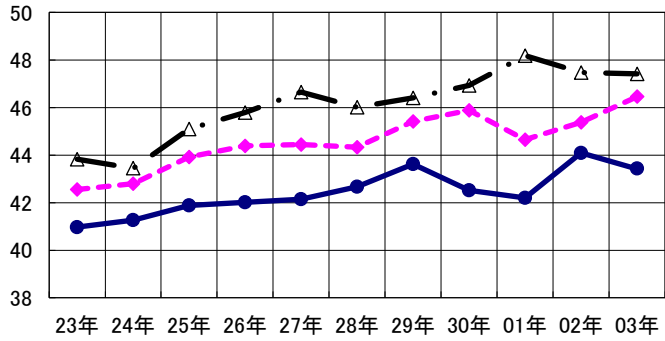
上体起こし



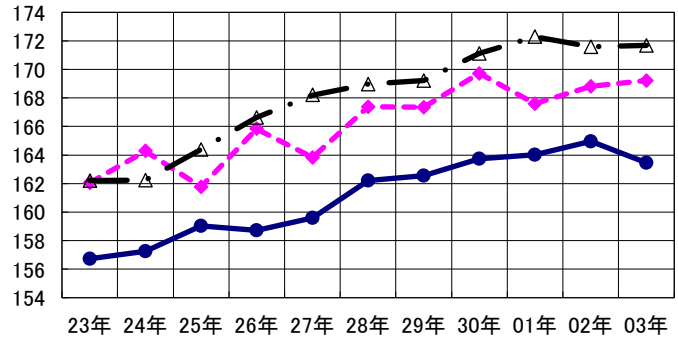
50m走



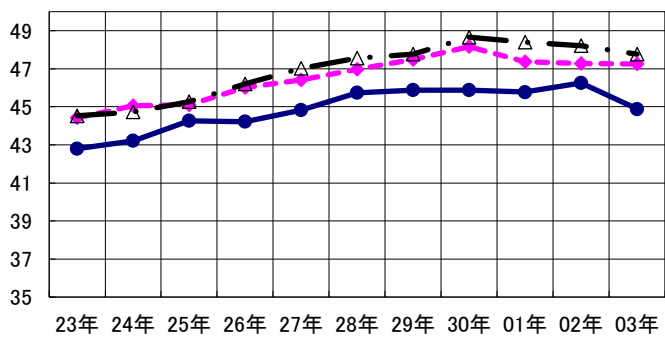
長挫体前屈



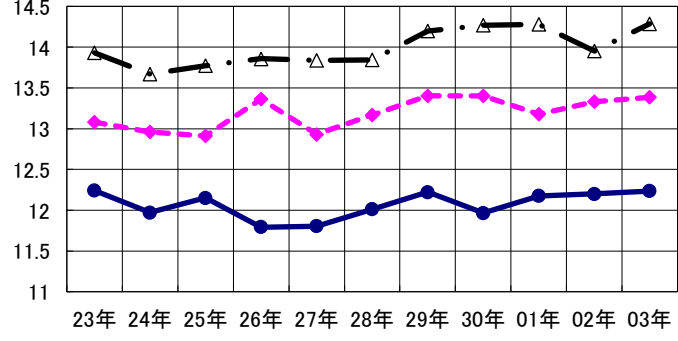
立ち幅跳び



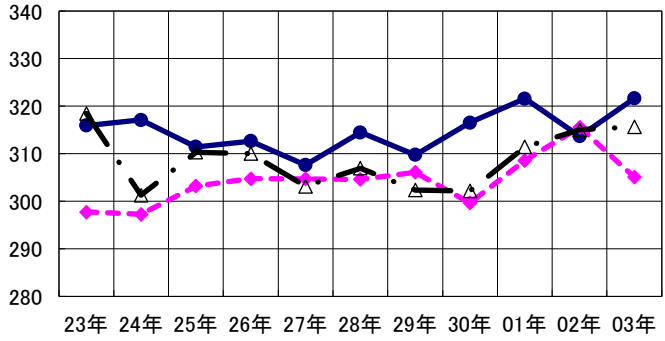
反復横飛び



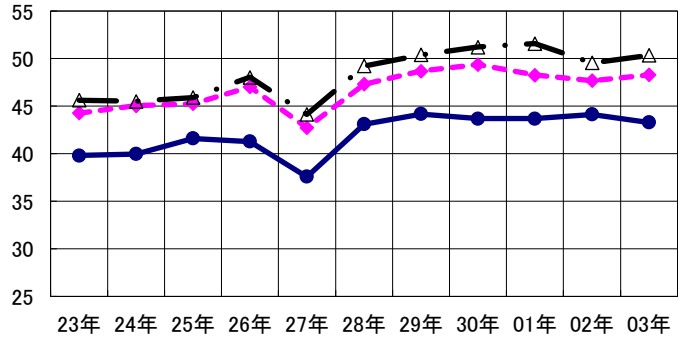
ハンドボール投



持久走

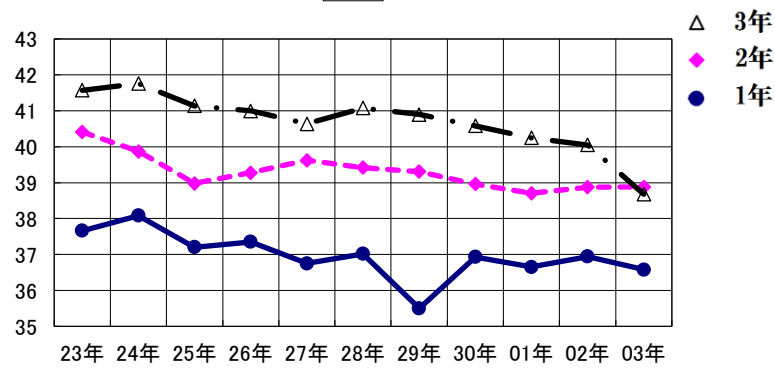


得点

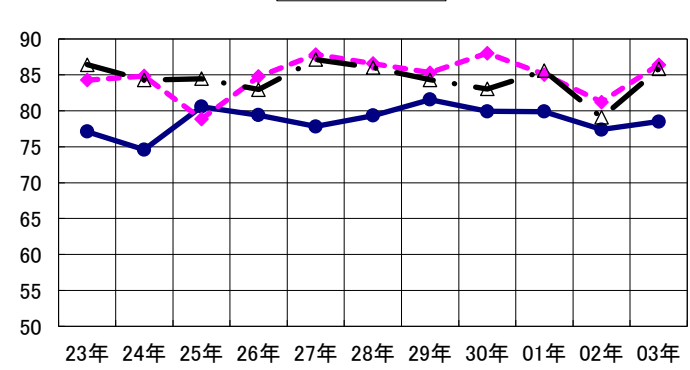


3. 高等学校(男子)

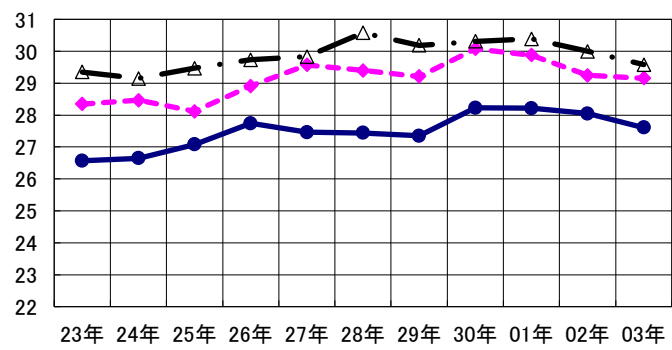
握力



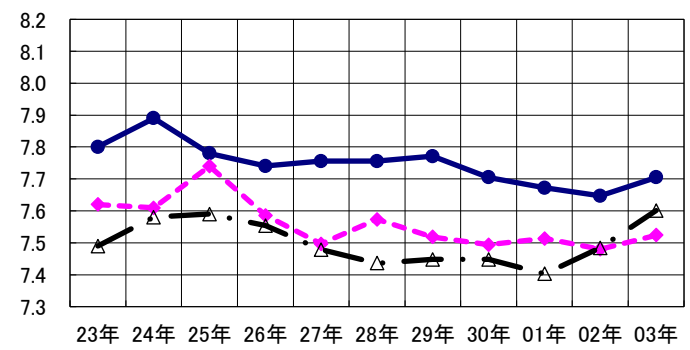
20mシャトルラン



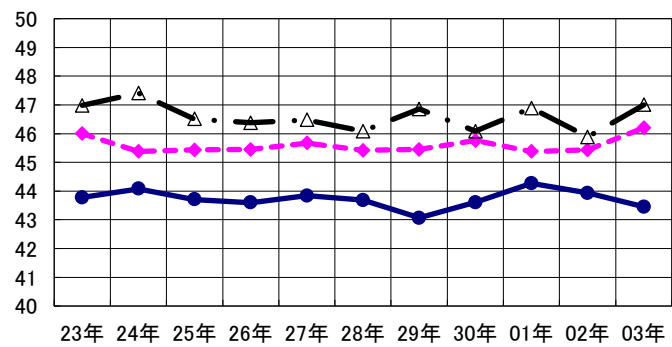
上体起こし



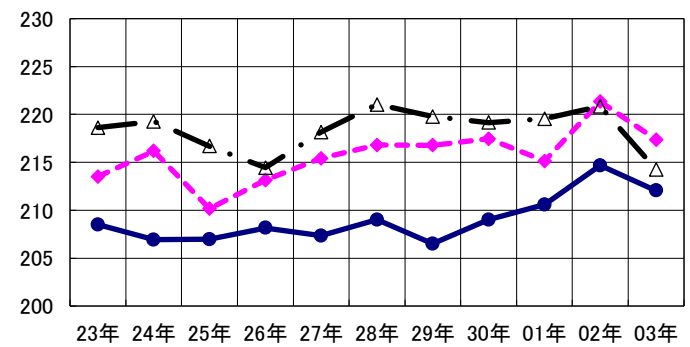
50m走



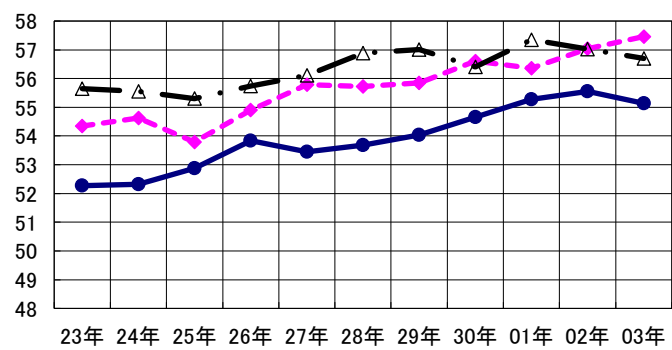
長挫体前屈



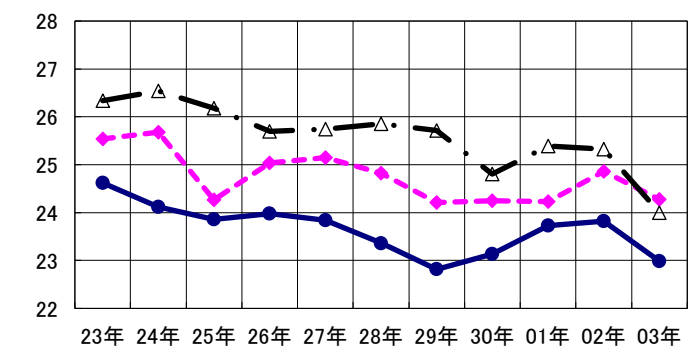
立ち幅飛び



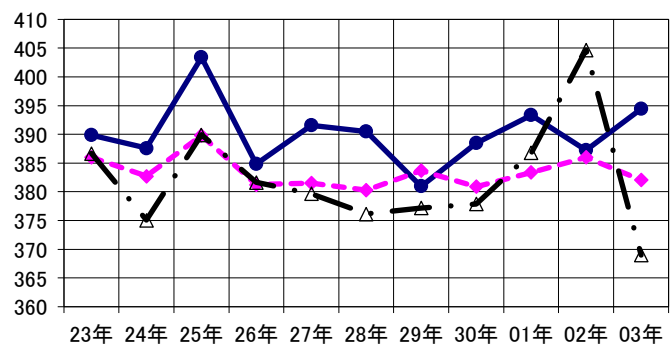
反復横飛び



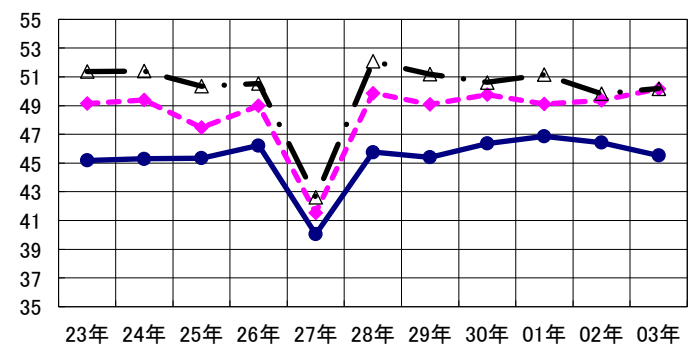
ハンドボール投



持久走

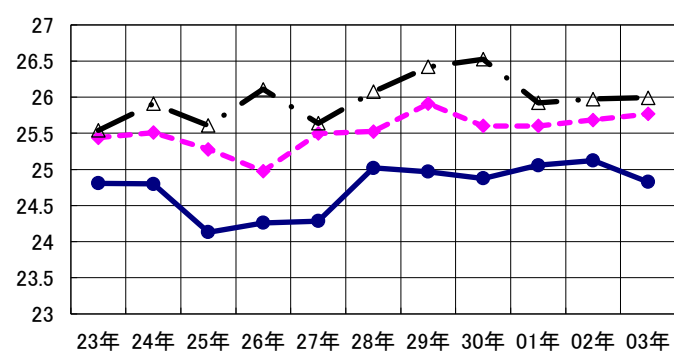


得点

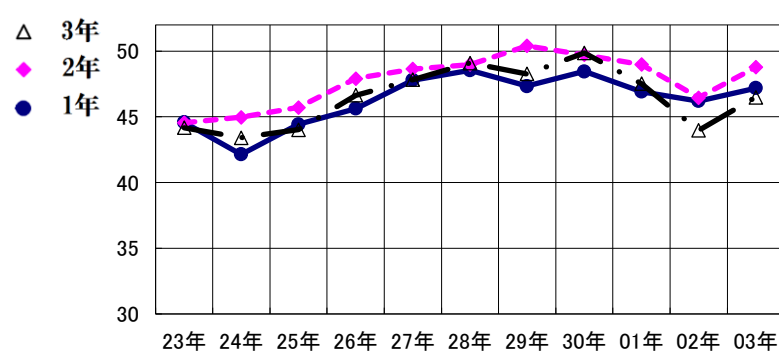


高等学校(女子)

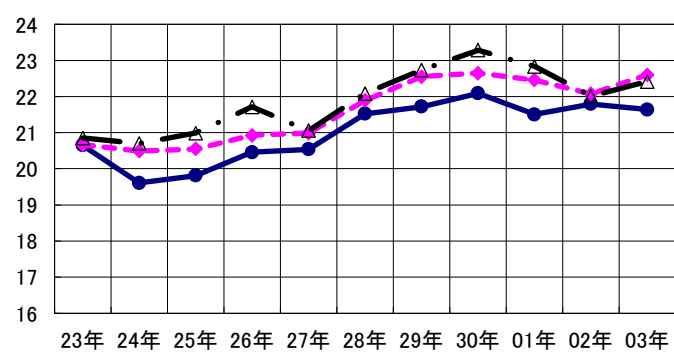
握力



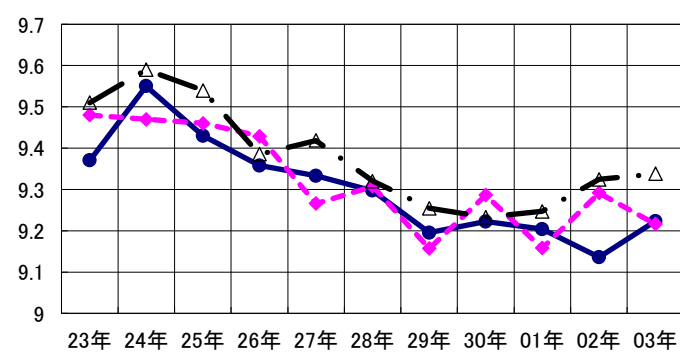
20mシャトルラン



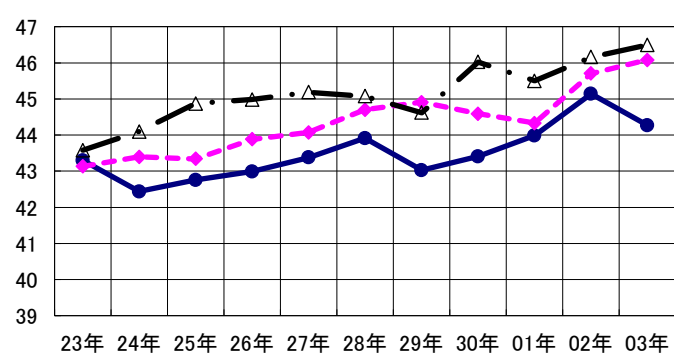
上体起こし



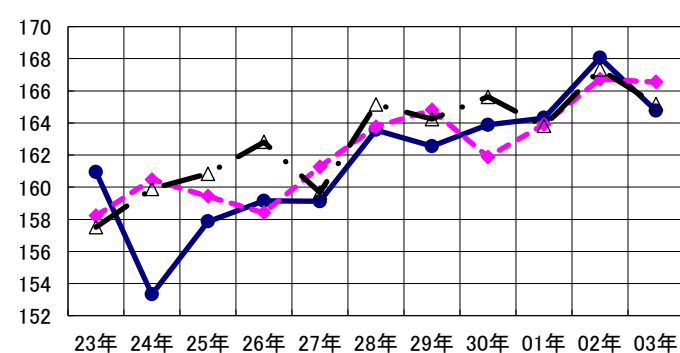
50m走



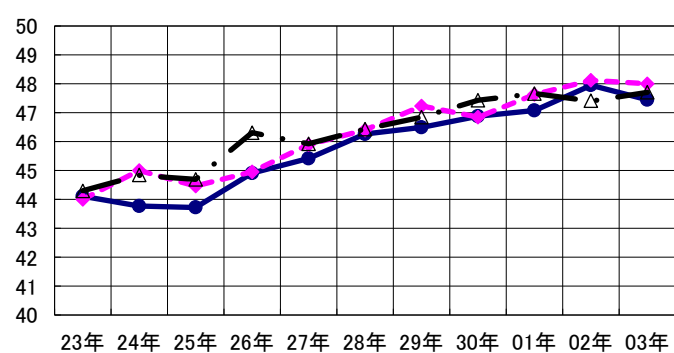
長挫体前屈



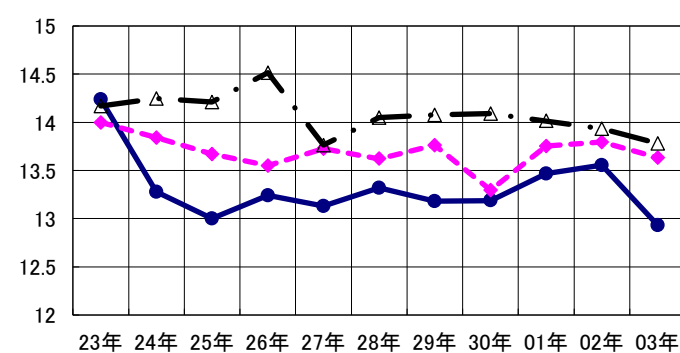
立ち幅飛び



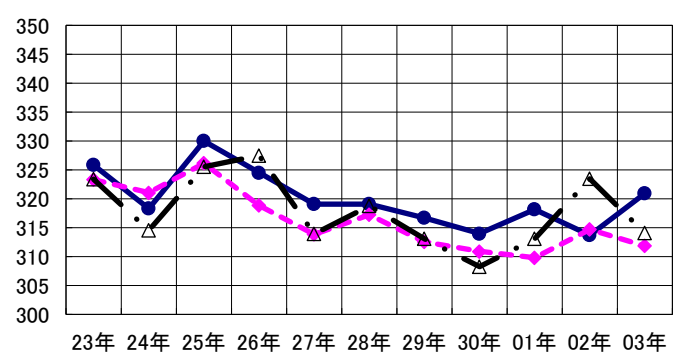
反復横飛び



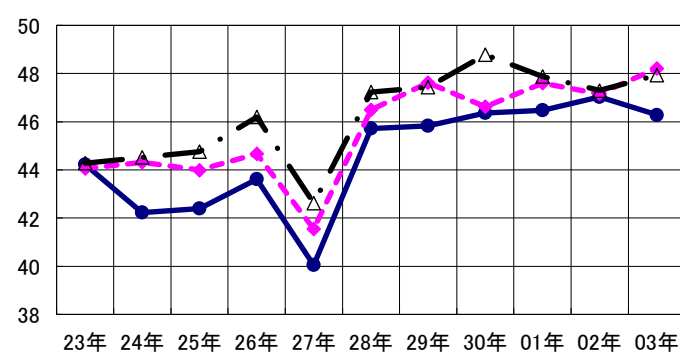
ハンドボール投



持久走



得点



VI 生活実態調査

1. 調査項目と記入上の注意事項

調査用紙の記入に際しては、各問の選択肢の中から最も当てはまるものを一つ選ぶ。

①の質問は回答が、⑫は質問と回答が、小学校と中・高等学校で異なる。

※小学校

①運動部やスポーツクラブにはいっていますか。（スポーツ少年団を含みます）

1, はいっている 2, はいっていない

※中・高等学校

①運動部やスポーツクラブへの所属状況（スポーツ少年団を含む）

1, 所属している 2, 所属していない

②運動・スポーツの実施状況（学校の体育の授業は除く）

1, ほとんど毎日 2, ときどき 3, ときたま 4, しない
(週3日以上) (週に1～2日程度) (月に1～3日程度)

③1日の運動・スポーツの実施時間（学校の体育の授業を除く）

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

④登校方法

1, 徒歩 2, 自転車 3, スクールバス・路線バス 4, 自家用車

⑤朝食の有無

1, 毎日食べる 2, 時々欠かす 3, まったく食べない

⑥1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

⑦1日のテレビ（テレビゲームを含む）の視聴時間

- 1, 1時間未満 2, 1時間以上2時間未満 3, 2時間以上3時間未満 4, 3時間以上

⑧運動することは好きですか

- 1, 好き 2, やや好き 3, ややきらい 4, きらい

⑨体育の授業で「わかる・できる」きっかけや理由

- 1, 先生にコツやポイントを教えてもらった 2, 友だちに教えてもらった
3, 自分で本を読んだり動画を見て工夫した 4, 運動の仕方が分かるようになったりできるようになったことがない

⑩体育は楽しいですか

- 1, 楽しい 2, やや楽しい 3, あまり楽しくない 4, 楽しくない

⑪ぐっすり眠る（よく眠る）ことができますか

- 1, 週に6日以上 2, 週に4～5日 3, 週に2～3日 4, 週に1日以下

※小学校

⑫小学校入学前はどのくらい外で体を動かす遊びをしていましたか

- 1, 週に6日以上 2, 週に4～5日 3, 週に2～3日 4, 週に1日以下

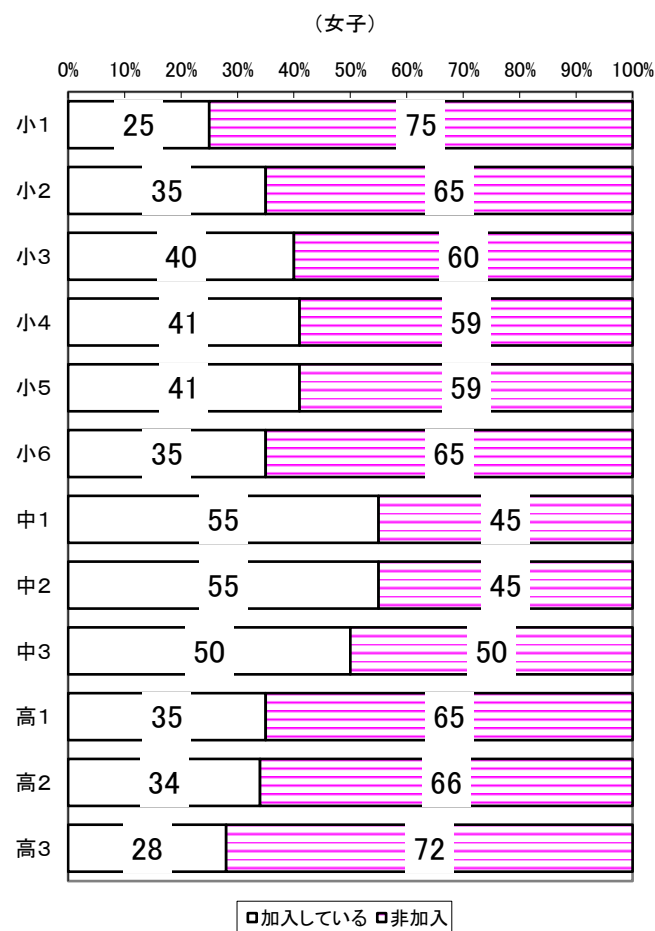
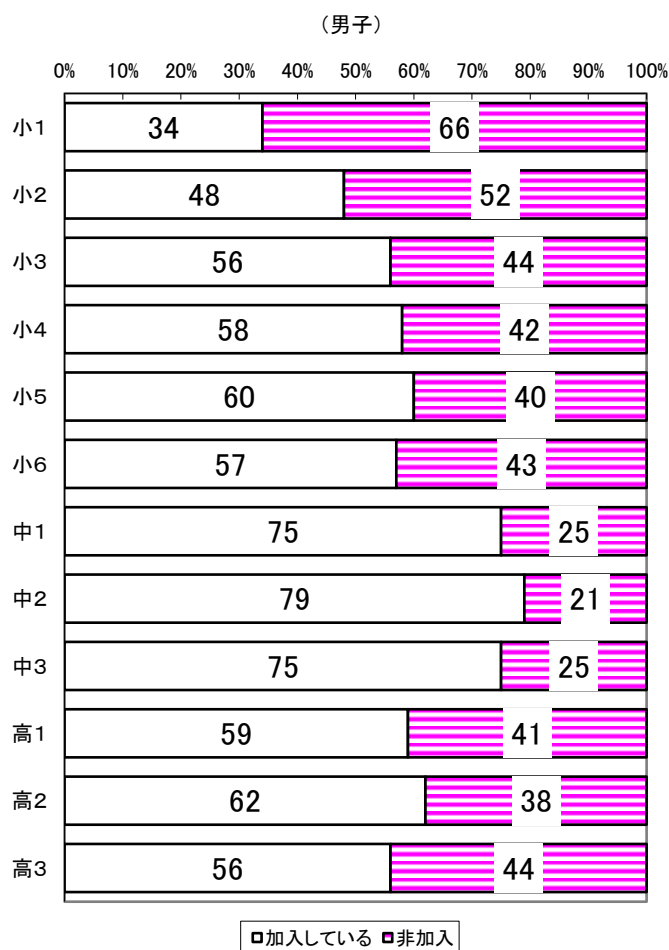
※中・高等学校

⑬なんでも最後までやりとげたいと思う

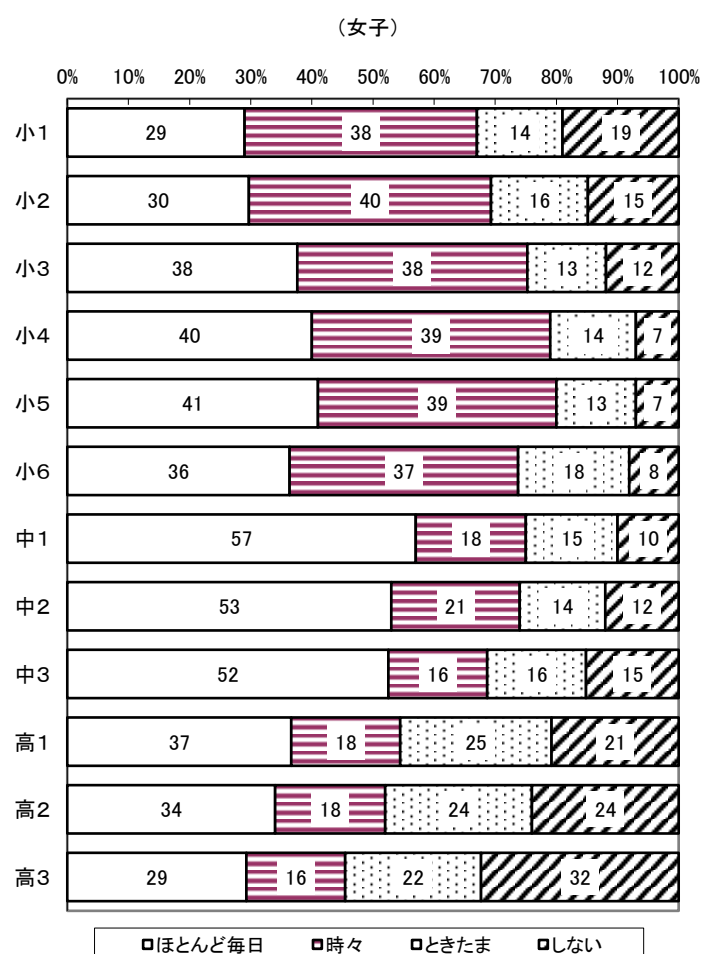
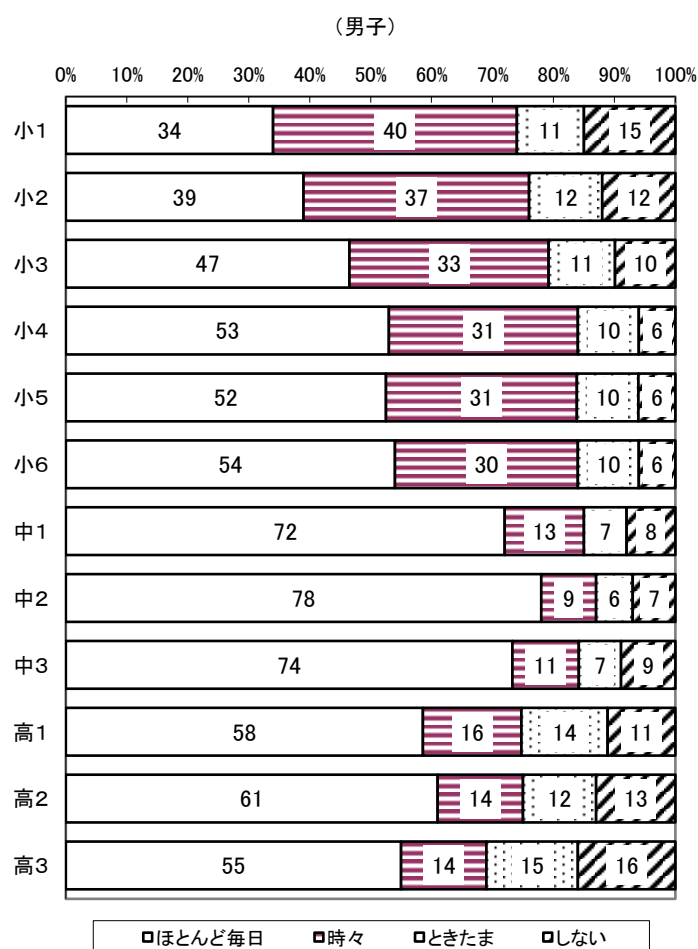
- 1, とてもそう思う 2, まあそう思う 3, あまりそう思わない 4, まったくそう思わない

2. 学年別・性別の比較

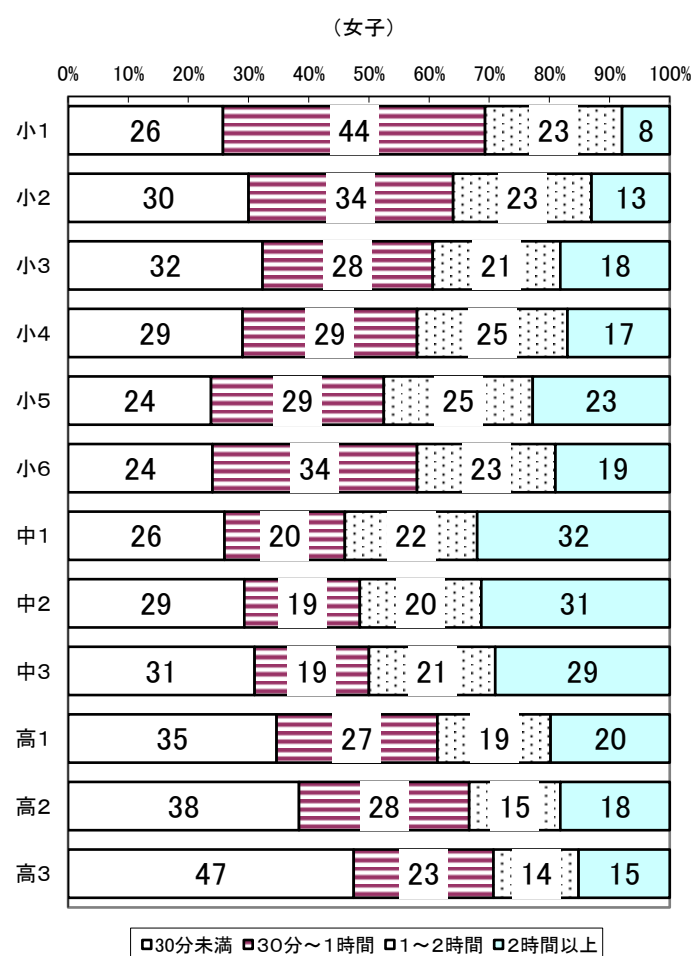
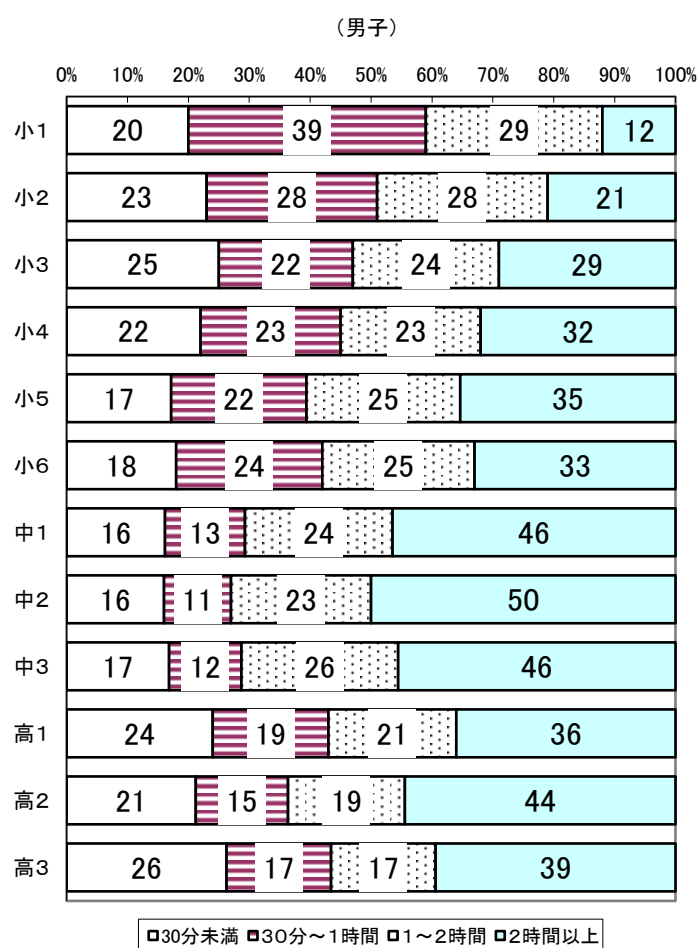
(1) スポーツクラブ・運動部の加入状況



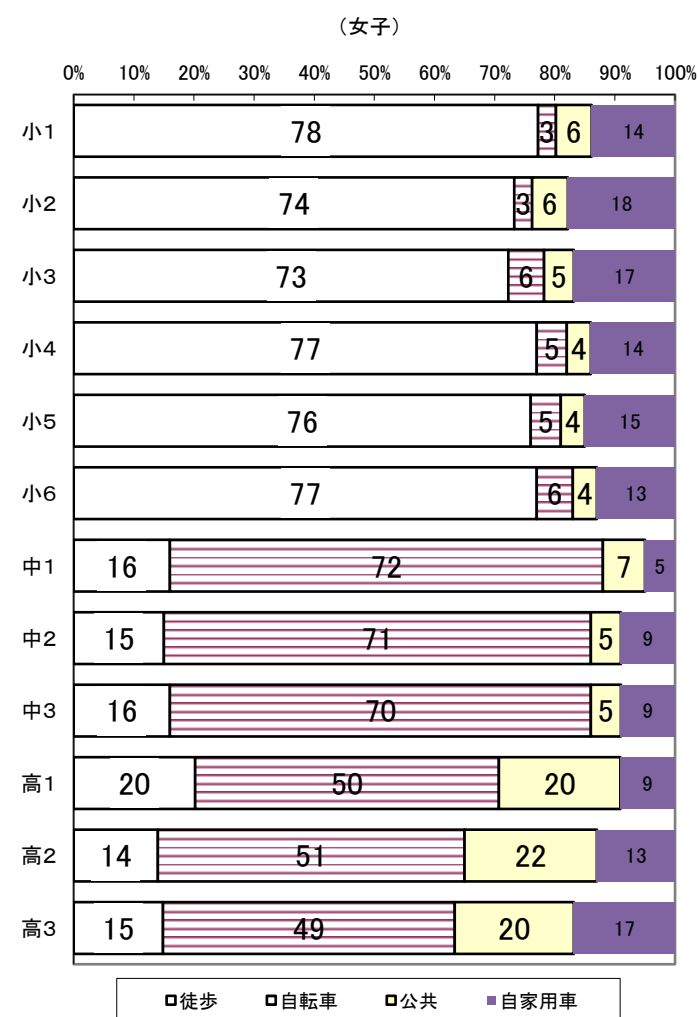
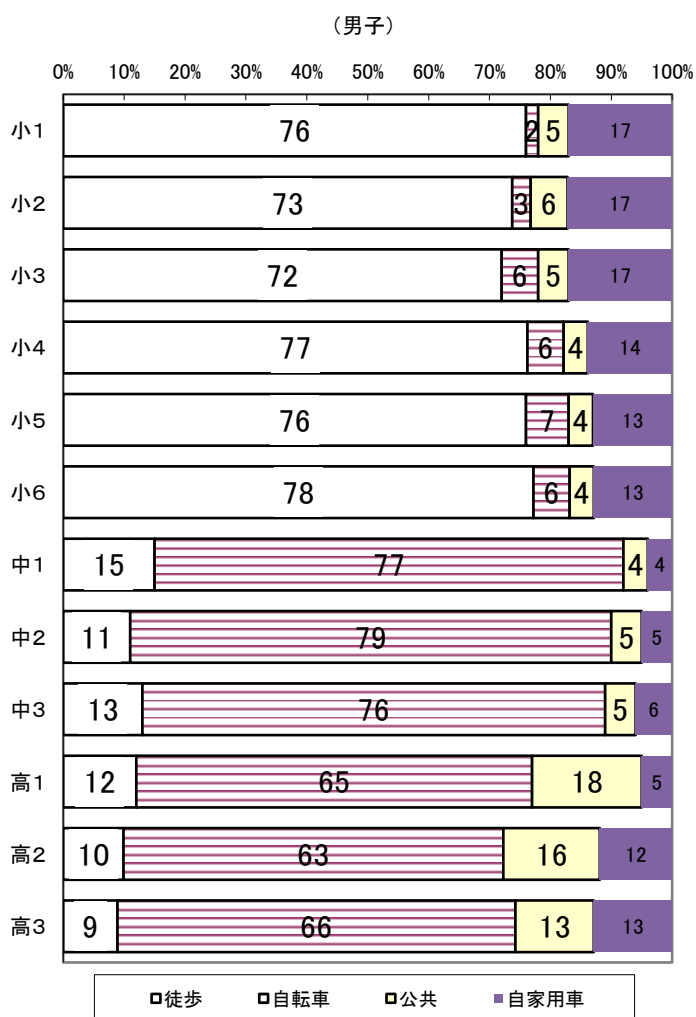
(2) 運動やスポーツの頻度



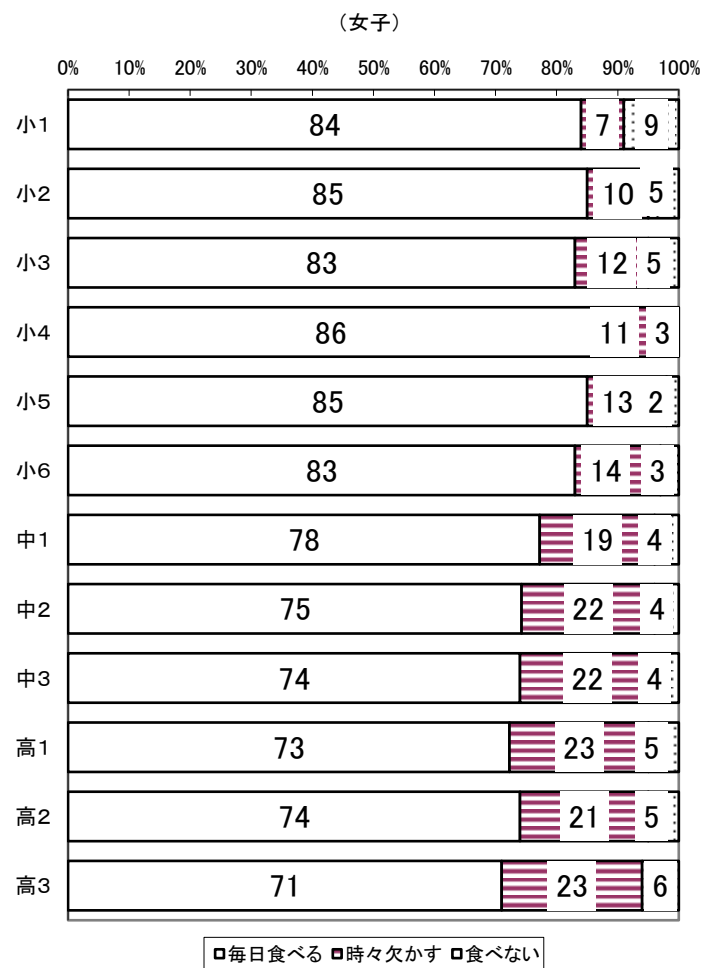
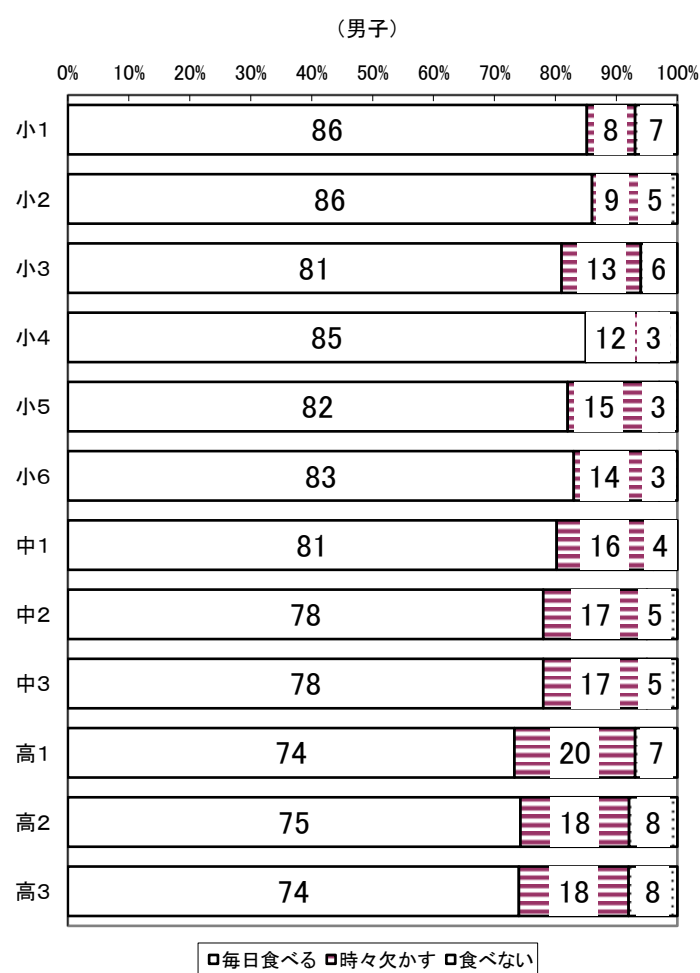
(3)運動やスポーツの1日の時間



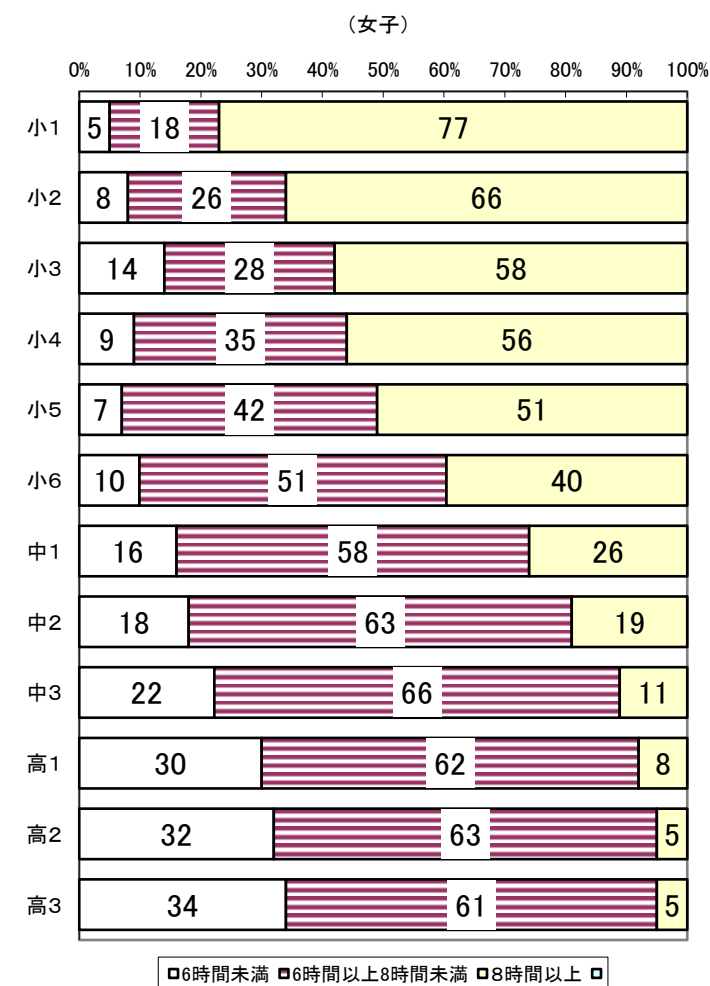
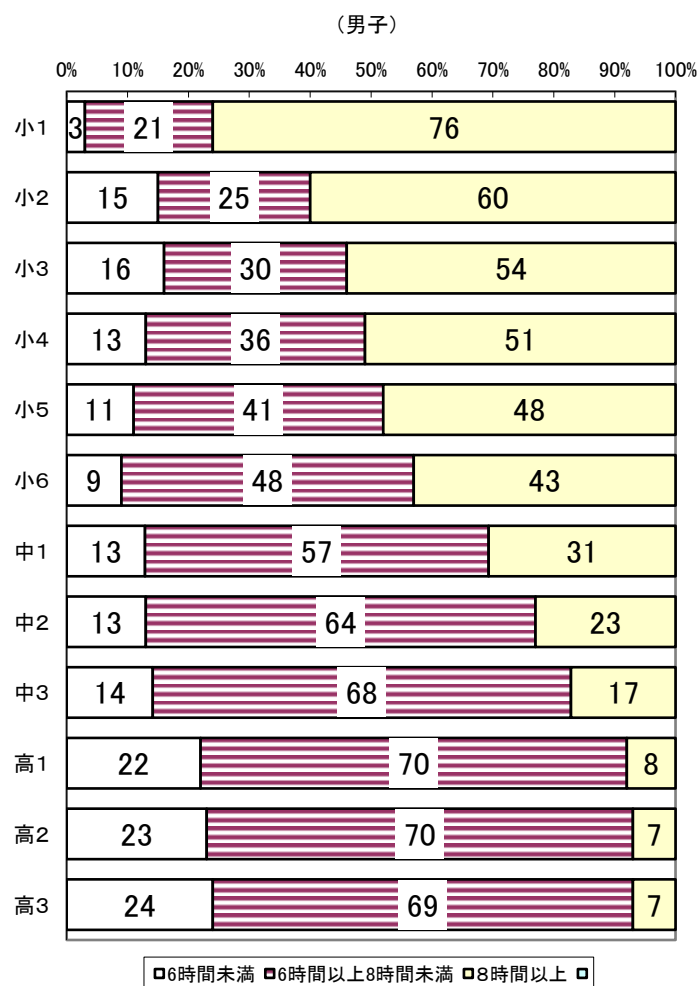
(4)登校方法



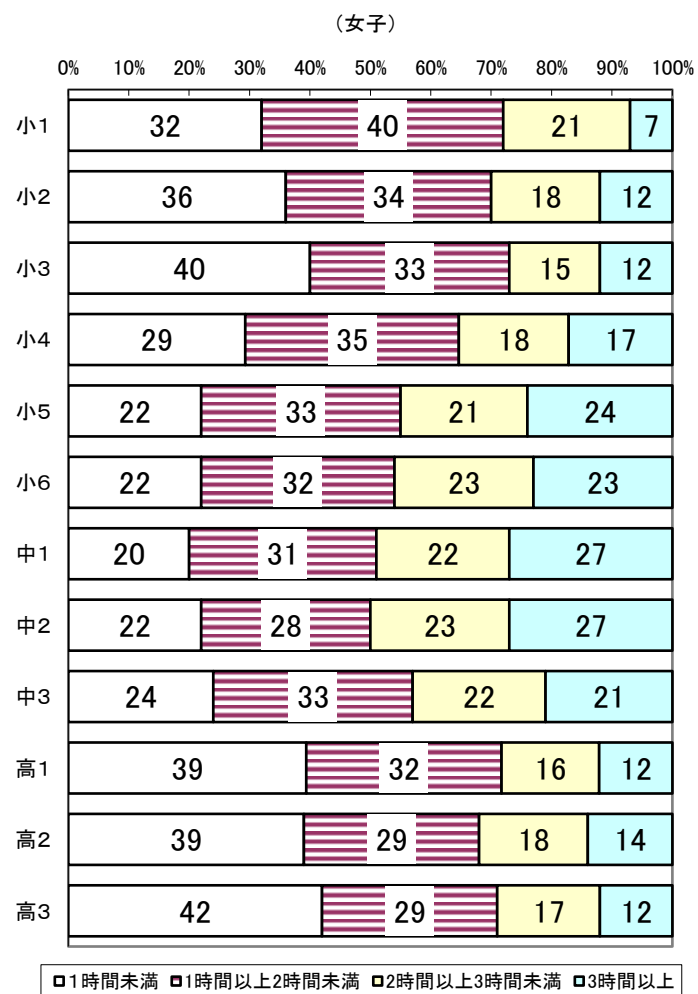
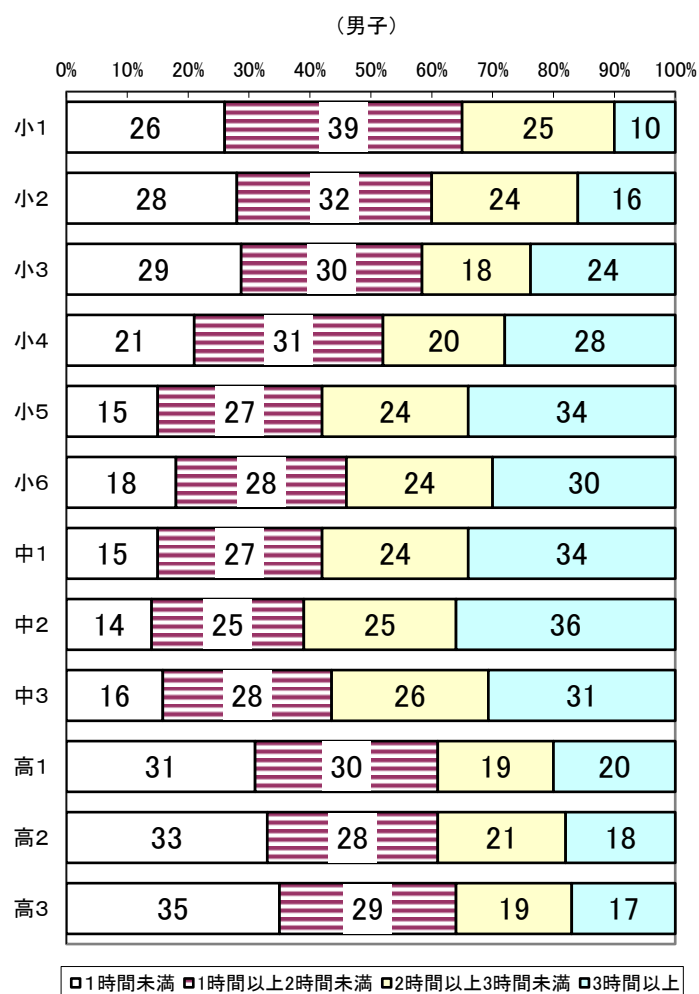
(5)朝食



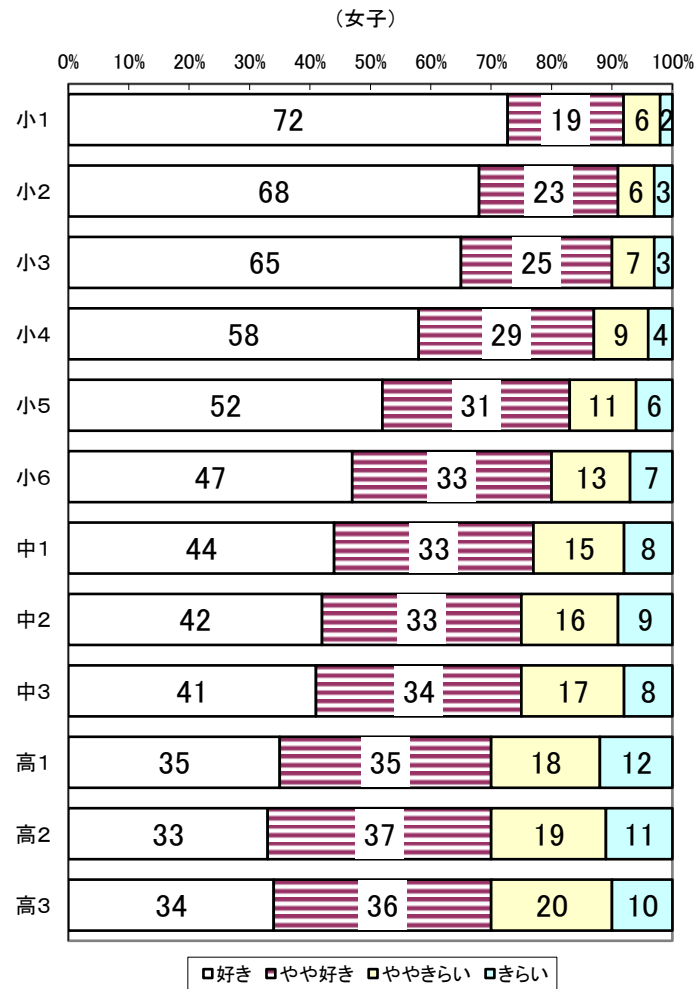
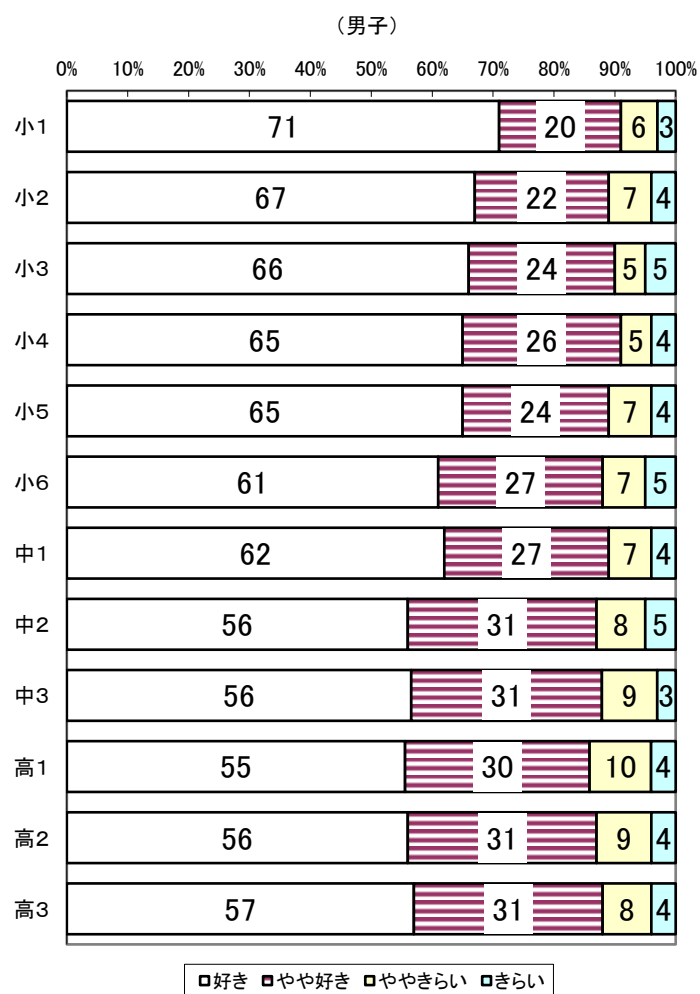
(6)1日の睡眠時間



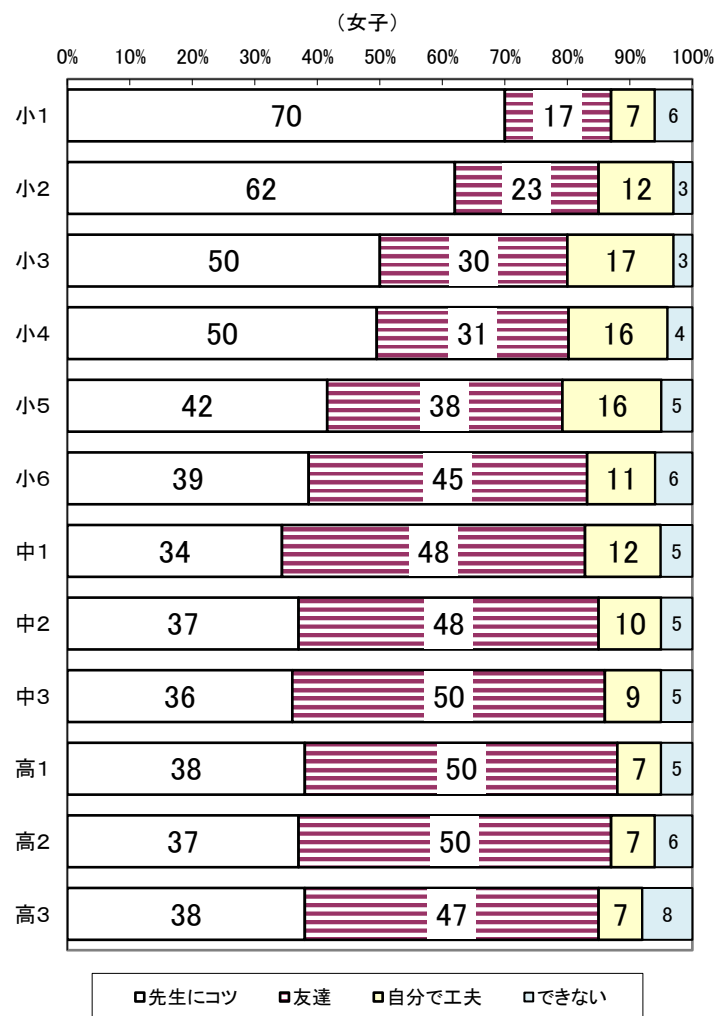
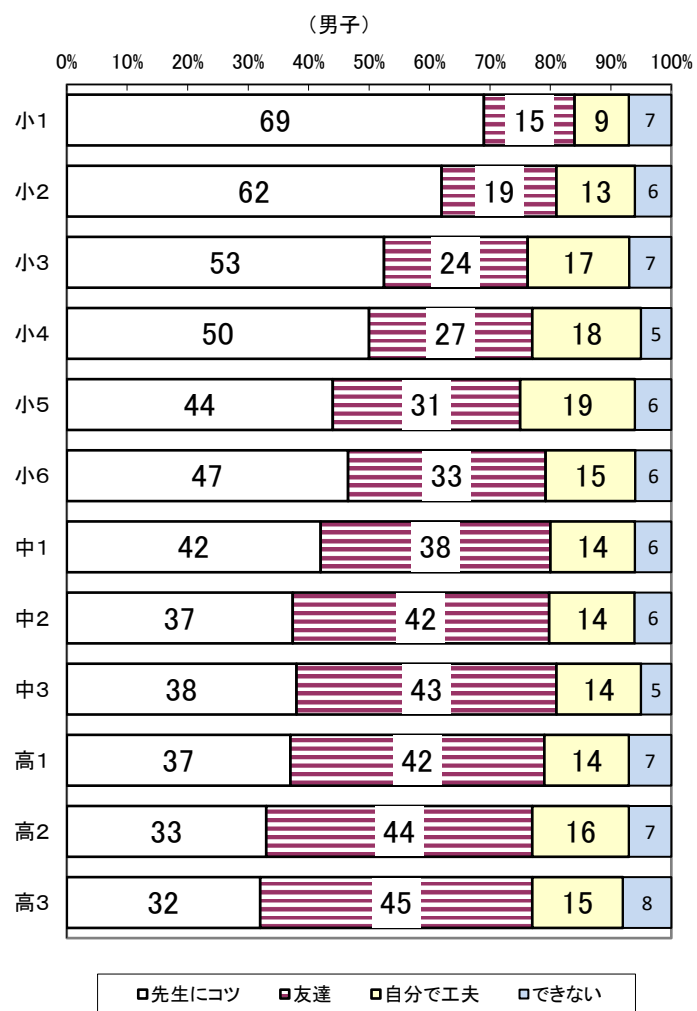
(7) テレビを見る時間



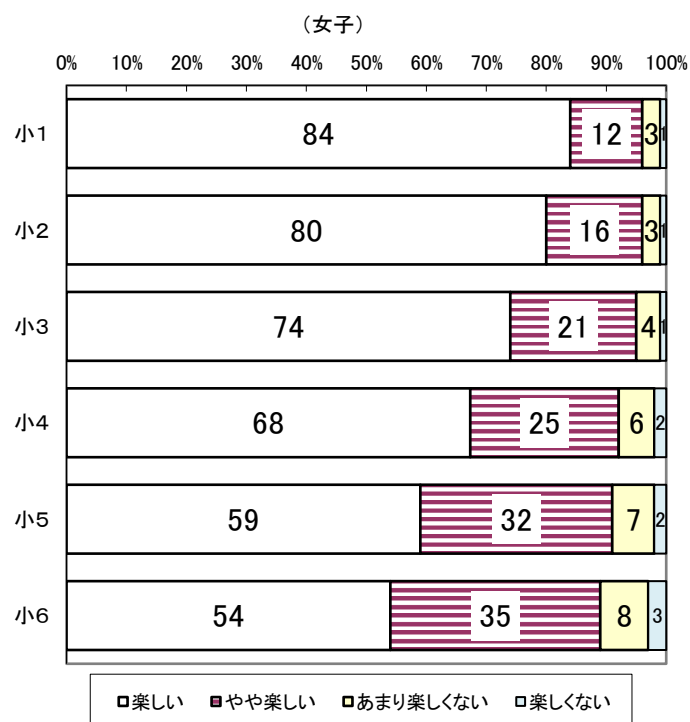
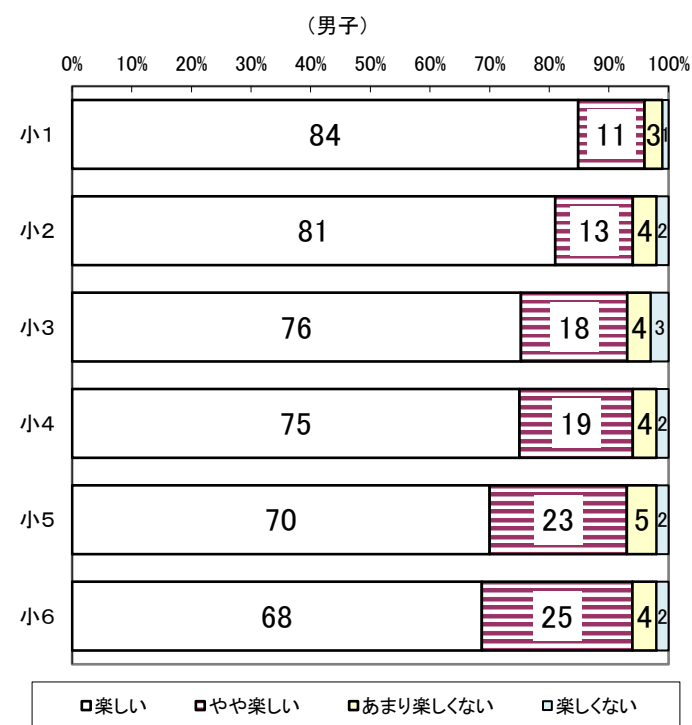
(8) 運動・スポーツの好き嫌い



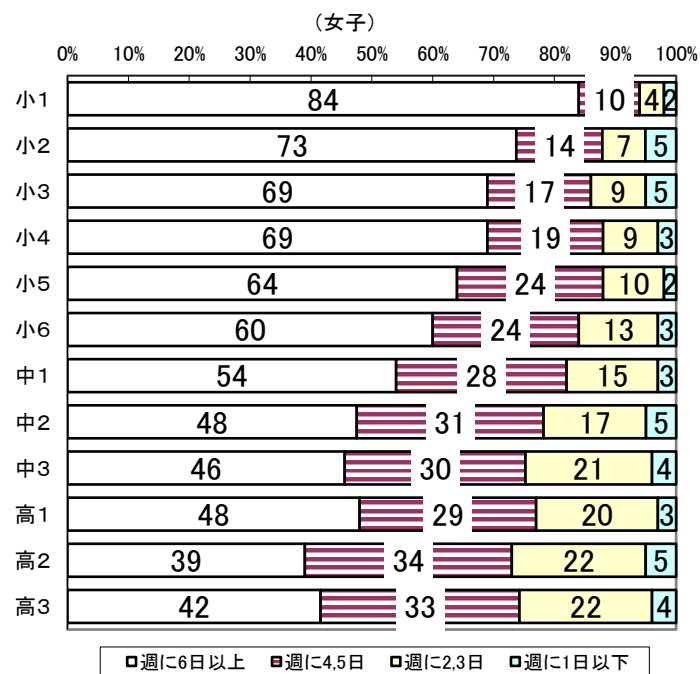
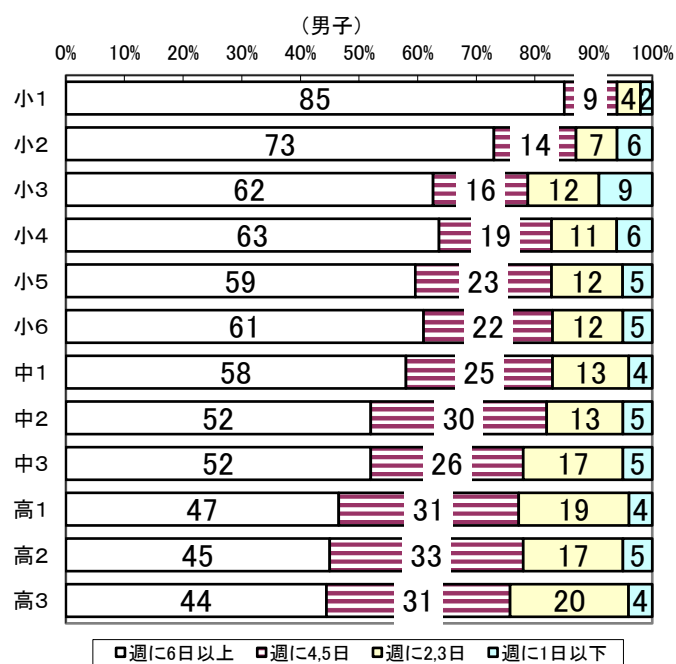
(9) 体育の授業で「わかる・できる」きっかけや理由



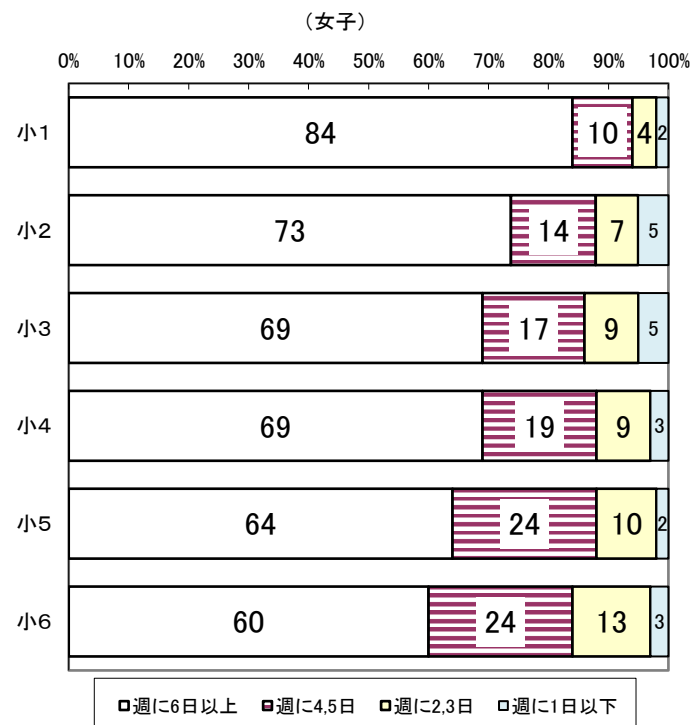
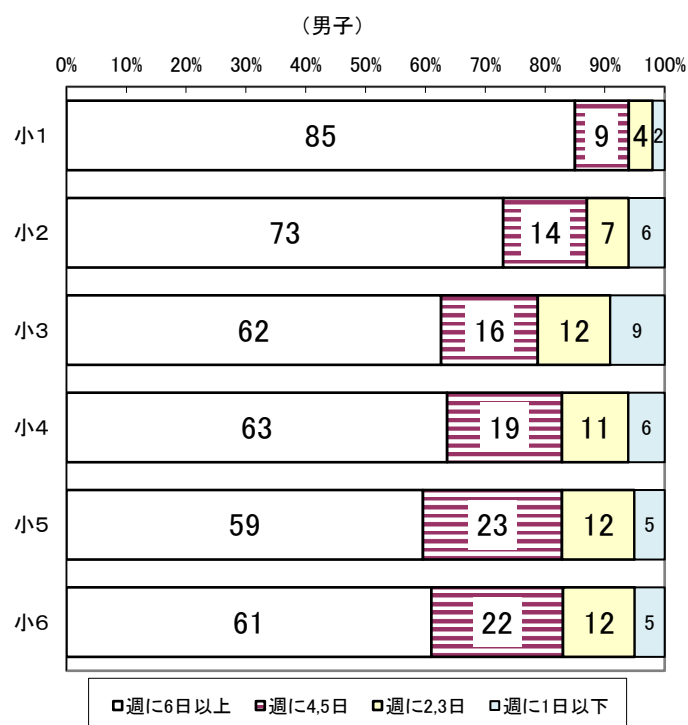
(10) 体育の授業は楽しいか



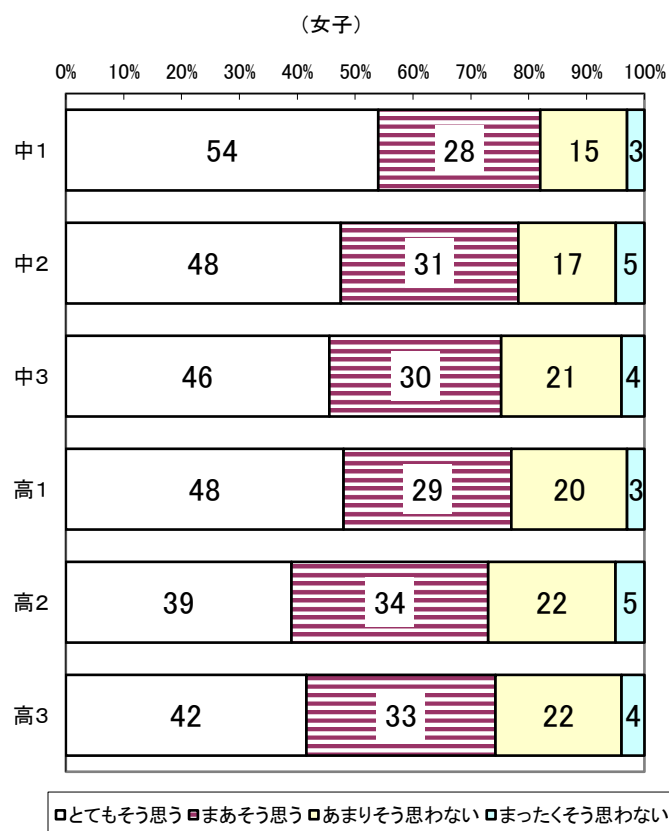
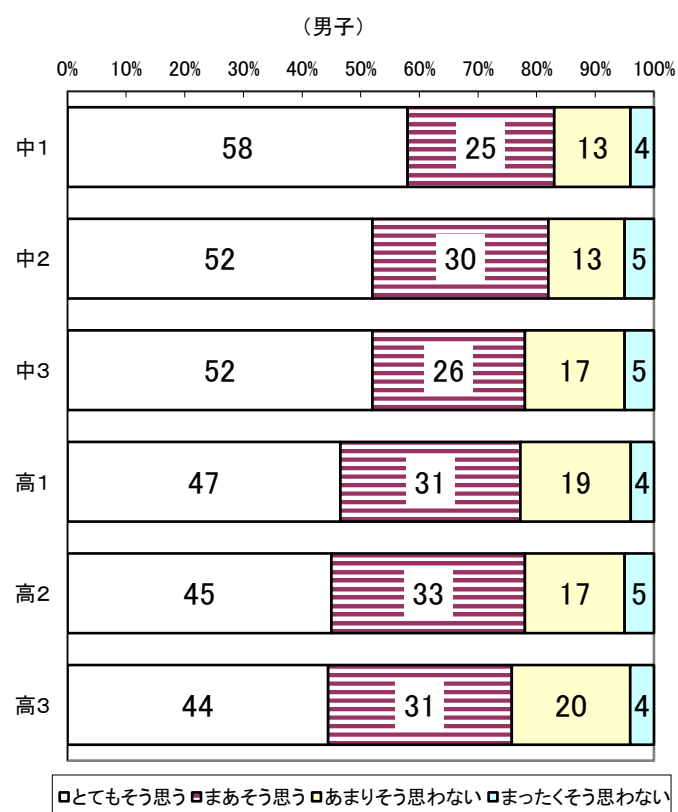
(11) ぐっすり眠る・よく眠る



(12) 小学校入学前の外遊び(小学生への質問)



(12) なんでも最後までやり遂げたい(中高生への質問)



資料

1. 全国(令和元年度)の体格・体力・運動能力の平均値と標準偏差

男子 小学校

	1年			2年			3年			4年			5年			6年		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
身長	1111	116.62	4.88	1109	122.44	5.04	1125	128.33	5.18	1112	133.50	5.46	1116	138.80	5.88	1113	145.53	7.03
体重	1089	21.26	2.85	1087	23.81	3.35	1088	26.80	4.02	1083	29.98	4.94	1087	33.43	5.89	1093	38.01	7.17
握力	1120	9.12	2.18	1121	11.00	2.38	1119	12.80	2.74	1117	14.45	2.93	1118	16.49	3.50	1116	19.43	4.24
上体起こし	1124	11.64	5.34	1125	14.54	5.34	1115	16.72	5.77	1107	18.63	5.48	1110	20.79	5.54	1113	22.66	5.48
長座体前屈	1117	26.54	6.81	1121	27.74	6.91	1115	29.73	6.93	1117	31.06	7.33	1116	33.49	7.80	1122	35.72	8.26
反復横とび	1099	27.26	5.02	1109	31.58	5.90	1114	35.38	7.16	1114	39.21	7.34	1107	43.61	6.15	1104	46.27	6.55
20mシャトルラン	1104	18.73	9.58	1110	29.07	14.00	1118	38.41	17.27	1125	45.60	18.91	1124	54.83	21.20	1126	63.42	22.38
50m走	1098	11.45	0.96	1103	10.59	0.85	1087	10.02	0.80	1096	9.61	0.78	1098	9.22	0.74	1104	8.87	0.75
立ち幅とび	1111	114.74	17.42	1124	125.57	17.46	1111	136.81	18.54	1122	144.52	19.00	1115	155.38	19.20	1118	164.07	20.35
ボール投げ	1110	8.28	3.16	1118	117.69	16.53	1121	15.66	6.11	1124	18.92	7.01	1126	22.92	8.13	1122	26.65	9.37
合計得点	1037	30.05	6.20	1068	38.10	6.74	1049	44.71	7.58	1049	49.83	7.92	1048	56.09	7.99	1051	61.29	8.30

男子 中学校

高等学校

	1年			2年			3年			1年			2年			3年		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
身長	1377	152.81	8.07	1370	160.75	7.44	1377	165.96	6.28	1411	168.37	5.75	1428	169.59	5.70	1427	170.46	5.82
体重	1357	43.44	8.27	1342	48.78	8.37	1359	54.04	8.02	1377	57.40	8.83	1387	59.45	8.45	1388	61.58	8.84
握力	1389	23.94	5.96	1403	30.03	7.02	1397	34.46	7.09	1432	36.98	7.03	1437	39.85	7.28	1433	41.53	7.59
上体起こし	1400	24.44	5.74	1396	27.84	5.35	1395	29.93	5.69	1429	29.02	5.80	1434	30.99	6.08	1423	31.86	6.42
長座体前屈	1403	40.27	9.44	1406	45.48	10.35	1401	49.16	10.73	1438	47.31	10.68	1432	49.76	10.86	1438	50.72	11.39
反復横とび	1384	50.13	6.49	1390	53.86	6.70	1390	56.66	6.54	1415	55.86	6.85	1419	57.62	7.01	1417	58.33	7.29
持久走	550	413.89	53.42	545	377.78	46.97	567	365.57	44.68	498	376.50	45.31	506	360.45	46.92	504	358.90	48.49
20mシャトルラン	1025	71.57	22.73	1056	88.28	23.66	1042	94.81	23.89	978	83.75	26.93	975	91.39	28.26	963	90.88	28.80
50m走	1372	8.42	0.73	1374	7.80	0.65	1369	7.45	0.55	1399	7.45	0.54	1400	7.24	0.54	1380	7.16	0.53
立ち幅とび	1400	182.75	24.25	1391	201.67	24.21	1393	214.74	23.47	1416	218.21	23.03	1426	225.23	24.15	1417	228.97	23.98
ボール投げ	1404	18.44	5.07	1406	21.38	5.61	1407	23.69	5.55	1440	23.87	5.89	1439	25.40	6.17	1437	26.32	6.41
合計得点	1284	35.54	8.61	1302	45.07	9.59	1299	51.32	9.31	1311	50.66	9.66	1326	55.46	10.44	1308	57.55	10.43

女子 小学校

	1年			2年			3年			4年			5年			6年		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
身長	1107	115.64	4.66	1111	121.63	5.10	1115	127.38	5.20	1108	133.59	6.20	1117	140.25	6.92	1118	147.13	6.48
体重	1084	20.79	2.82	1081	23.21	3.14	1093	26.32	4.17	1091	29.81	5.01	1096	33.92	6.33	1106	38.87	6.86
握力	1116	8.57	2.00	1122	10.23	2.24	1108	11.84	2.48	1113	13.87	3.02	1112	15.91	3.56	1118	19.23	4.12
上体起こし	1125	11.39	5.11	1123	14.13	5.31	1120	15.85	5.17	1107	17.64	5.10	1109	19.19	4.99	1117	20.84	4.88
長座体前屈	1117	28.57	6.61	1119	30.30	6.81	1121	32.08	6.89	1118	34.82	7.30	1125	37.40	8.32	1110	41.02	8.24
反復横とび	1099	26.52	4.62	1102	30.56	5.52	1114	33.58	6.50	1104	37.91	6.46	1108	41.51	6.15	1105	44.19	5.66
20mシャトルラン	1088	15.96	8.63	1097	22.27	9.31	1115	29.16	12.55	1118	37.09	15.16	1120	44.14	17.08	1123	51.56	17.93
50m走	1105	11.82	1.00	1109	10.93	0.84	1100	10.40	0.78	1107	9.91	0.75	1101	9.52	0.72	1109	9.15	0.68
立ち幅とび	1118	106.93	16.22	1120	117.69	16.53	1119	128.05	17.49	1116	137.89	17.94	1121	147.40	19.13	1111	156.01	19.87
ボール投げ	1111	5.62	1.90	1107	7.38	2.43	1117	9.40	3.14	1110	11.63	3.64	1114	13.60	4.24	1094	16.38	5.38
合計得点	1015	30.78	6.28	1040	38.22	6.77	1053	44.50	7.23	1031	51.28	7.72	1044	56.69	7.97	1042	62.72	7.57

女子 中学校 高等学校

	1年			2年			3年			1年			2年			3年		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
身長	1379	151.98	5.94	1378	155.06	5.41	1386	156.36	5.24	1413	156.76	5.36	1419	157.16	5.17	1431	157.13	5.34
体重	1360	43.35	7.12	1345	46.38	6.52	1366	48.81	6.48	1381	50.82	6.53	1387	51.81	6.66	1402	51.53	6.53
握力	1401	21.98	4.28	1392	24.24	4.33	1391	25.61	4.51	1418	25.52	4.63	1433	26.92	4.85	1412	26.76	4.75
上体起こし	1403	21.90	5.30	1400	24.43	5.44	1399	25.20	5.62	1416	23.36	5.88	1430	24.31	6.13	1419	24.84	6.61
長座体前屈	1401	43.88	9.33	1405	46.78	9.38	1404	49.81	9.95	1428	47.48	10.18	1429	46.68	10.04	1423	49.96	10.43
反復横とび	1382	46.85	5.55	1393	48.96	5.87	1387	49.38	5.99	1406	48.22	5.89	1414	48.80	6.42	1408	48.79	6.63
持久走	535	288.81	33.34	543	275.21	35.44	553	280.85	38.13	494	300.39	40.54	503	291.40	42.28	498	293.99	46.51
20mシャトルラン	1051	56.33	19.80	1065	62.32	19.95	1059	62.12	20.17	989	50.14	19.00	978	52.35	20.88	967	52.45	21.82
50m走	1381	8.90	0.71	1385	8.62	0.67	1382	8.56	0.69	1389	8.85	0.73	1400	8.79	0.81	1395	8.83	0.82
立ち幅とび	1397	169.26	20.93	1396	175.19	21.30	1398	178.62	22.74	1424	172.35	22.25	1429	172.41	22.89	1419	173.42	24.48
ボール投げ	1403	12.33	3.65	1409	13.79	4.16	1405	14.57	4.38	1429	13.57	4.10	1430	14.51	4.32	1425	14.80	4.47
合計得点	1307	47.42	9.70	1319	53.45	9.99	1318	55.83	10.38	1310	51.18	10.70	1336	53.27	11.38	1318	53.90	11.80

2. 体力テストの得点表及び総合評価

〈小学校〉

項目別得点表

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	40cm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	15～17	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回以上	13.3秒以上	84cm以下	3m以下

総合評価基準表

男女共通

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳
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

※総合評価は8種目すべて実施した場合に合計得点で判定する。

〈中・高等学校〉

項目別得点表

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回以上	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

男女共通

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

※総合評価は8種目すべて実施した場合に合計得点で判定する。

[小学校] 令和3年度高知県体力・運動能力、生活実態等調査用紙

学校名

学年

NO

性別

男

女

氏名

	新体力テスト				きろく 記録	とくてん 得点					
	項目	記録									
1	あくりよく 握力	みぎ 右	かいめ 1 回目	k g	かいめ 2 回目	k g					
		ひだり 左	かいめ 1 回目	k g	かいめ 2 回目	k g					
		へいぎん 平均			k g		k g				
2	じょうたいお 上体起こし				かい 回		かい 回				
3	ちょうぎたいぜんくつ 長座体前屈	かいめ 1 回目	c m	かいめ 2 回目	c m		c m				
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		てん 点				
5	2 0 mシャトルラン			お かえ すう 折り返し数	かい 回		かい 回				
6	そう 5 0 m走			びょう 秒		びょう 秒					
7	た はば 立ち幅とび	かいめ 1 回目	c m	かいめ 2 回目	c m		c m				
8	な ソフトボール投げ	かいめ 1 回目	m	かいめ 2 回目	m		m				
合計得点											
総合評価							A	B	C	D	E

せいかつじったいちようさ 生活実態調査				きにゅうらん 記入欄
①	うんどうぶ 運動部やスポーツクラブにはいていますか。（スポー しょうねんだんふく ツ少年団を含みます）	1. はいっている	2. はいっていない	
②	うんどう 運動やスポーツをどれくらいやっていますか。（学校の たいいく じゅぎょう 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. 時々（週に1～2日くらい）	
		3. ときたま（月に1～3日）	4. しない	
③	うんどう 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。（散歩や徒歩通学等を含みます。学校の体育の じゅぎょうのぞ 授業を除きます）	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	
④	ふだんの 主な登校方法について聞きます。当てはまるも のを選んでください。	1. 徒歩	2. 自転車	
		3. スクールバス・路線バス・電車	4. 自家用車	
⑤	ちょうしよくた 朝食は食べますか。	1. 毎日食べる 2. 時々欠かす 3. 全く食べない		
⑥	にち 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		
⑦	にち 1日にどのくらいテレビを見ますか。（テレビゲームも ふく 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	
⑧	うんどう 運動やスポーツをすることは好きですか。	1. 好き 2. やや好き 3. ややきらい 4. きらい		
⑨	これまでの体育の授業で「運動の仕方がわかるように なったりできなかったことができるようになった」きっ かけ、理由はどのようなものがありましたか。もっとも 当てはまるものを選んで下さい。	1. 先生にコツやポイントを教えても らった	2. 友だちに教えてもらった	
		3. 自分で本を読んだり動画を見た りして工夫した	4. 運動の仕方がわかるようになったり できるようになったことがない	
⑩	たいいく じゅぎょうたの 体育の授業は楽しいですか。	1. 楽しい	2. やや楽しい	
		3. あまり楽しくない	4. 楽しくない	
⑪	ぐっすり眠る（よく眠る）ことができますか。	1. 週に6日以上	2. 週に4～5日	
		3. 週に2～3日	4. 週に1日以下	
⑫	しょうがっこうにゆうがくまえ 小学校入学前はどのくらい外で体を動かす遊びを していましたか。	1. 週に6日以上	2. 週に4～5日	
		3. 週に2～3日	4. 週に1日以下	
⑬	たいかく しょうすうてん い 体格（小数点第1位まで）	1. 身長 2. 体重		

[中・高等学校] 令和3年度高知県体力・運動能力、生活実態等調査用紙

学校名

学年

NO

性別

男

女

氏名

	新体力テスト				記録	得点	
	項目	記録					
1	握力	右 1 回目	k g	2 回目	k g		
		左 1 回目	k g	2 回目	k g		
		平均			k g	k g	
2	上体起こし				回	回	
3	長座体前屈	1 回目	c m	2 回目	c m	c m	
4	反復横とび	1 回目	点	2 回目	点	点	
5	持久走				分 秒		
	2 0 mシャトルラン				折り返し数 回	回	
6	5 0 m走				秒	秒	
7	立ち幅とび	1 回目	c m	2 回目	c m	c m	
8	ハンドボール投げ	1 回目	m	2 回目	m	m	
合計得点							
総合評価							
		A	B	C	D	E	

生活実態等調査					記入欄
①	運動部や地域のスポーツクラブへの所属状況（スポーツ少年団を含む）	1. 所属している		2. 所属していない	
②	運動やスポーツの実施状況（学校の体育の授業を除く）	1. ほとんど毎日（週に3日以上）		2. 時々（週に1～2日くらい）	
		3. ときたま（月に1～3日）		4. しない	
③	1日の運動・スポーツ実施時間（散歩や徒歩通学等を含む。学校の体育の授業を除く）	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	
④	ふだんの主な登校方法について聞きます。当てはまるものを選んでください。	1. 徒歩		2. 自転車	
		3. スクールバス・ ろせん 路線バス・ でんしゃ 電車		4. じかようしゃ 自家用車	
⑤	朝食の有無	1. 毎日食べる 2. 時々欠かす 3. 全く食べない			
⑥	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			
⑦	1日のテレビ視聴時間（テレビゲームを含む）	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	
⑧	運動やスポーツをすることは好きですか。	1. 好き 2. やや好き 3. ややきらい 4. きらい			
⑨	これまでの保健体育の授業で「運動の仕方がわかるようになったりできなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。もっとも当てはまるものを選んで下さい。	1. 先生にコツやポイントを教えてもらった		2. 友だちに教えてもらった	
		3. 自分で本を読んだり動画を見たりして工夫した		4. 運動の仕方がわかるようになったりできるようになったことがない	
⑩	保健体育の授業は楽しいですか	1. 楽しい		2. やや楽しい	
		3. あまり楽しくない		4. 楽しくない	
⑪	ぐっすり眠ることができますか。	1. 週に6日以上		2. 週に4～5日	
		3. 週に2～3日		4. 週に1日以下	
⑫	なんでも最後までやりとげたいと思う。	1. とてもそう思う		2. まあそう思う	
		3. あまりそう思わない		4. まったくそう思わない	
⑬	体格（小数点第1位まで） 1. 身長 . c m 2. 体重 . k g				