

図表 8

身体 発 育 指 数 及 び 筋 力 ス タ ン ダ ー ド

	身 体 発 育 指 数					第 3 学 年			第 2 学 年			第 1 学 年		
	$\frac{\sqrt[3]{W}}{Ch}$	$\frac{\sqrt[3]{W}}{\lambda}$	$\frac{\sqrt[3]{W^2}}{V.C.}$	$\frac{Ch^2}{V.C.}$	$\frac{\lambda^2}{V.C.}$	脊 筋 力	握 力 右	握 力 左	脊 筋 力	握 力 右	握 力 左	脊 筋 力	握 力 右	握 力 左
10	41.9以内	46.5以上	2.7以内	1.2以内	1.2以内	197〜以上	61.9〜以上	55.9〜以上	190以上	58.3〜以上	54.2〜以上	181以上	53.0以上	51.0以上
9	42.0〜42.9	45.5〜46.4	2.8〜2.9	1.3〜1.4	1.3	187〜196	58.6〜61.8	52.9〜55.8	180〜189	55.0〜58.2	51.6〜54.1	171〜180	49.5〜52.9	47.8〜50.9
8	43.0〜43.9	44.5〜45.4	3.0〜3.1	1.5〜1.6	1.4	177〜186	55.1〜58.5	49.9〜52.8	170〜179	51.7〜54.9	48.3〜51.5	161〜170	46.0〜49.4	44.6〜47.7
7	44.0〜44.9	43.5〜44.4	3.2〜3.3	1.7〜1.8	1.5	167〜176	51.7〜55.0	46.9〜49.8	160〜169	48.4〜51.6	45.0〜48.2	151〜160	42.5〜45.9	41.4〜44.5
6	45.0〜45.9	42.5〜43.4	3.4〜3.5	1.9〜2.0	1.6	157〜166	48.3〜51.6	43.9〜46.8	150〜159	45.1〜48.3	41.7〜44.9	141〜150	39.0〜42.4	38.2〜41.3
5	46.0〜46.9	41.5〜42.4	3.6〜3.7	2.1〜2.2	1.7	147〜156	46.5〜48.2	40.9〜43.8	140〜149	41.8〜45.0	38.4〜41.6	131〜140	39.0〜42.4	35.0〜38.1
4	47.0〜47.9	40.5〜41.4	3.8〜3.9	2.3〜2.4	1.8	137〜146	43.1〜46.4	37.9〜40.8	130〜139	38.5〜41.7	35.1〜38.3	121〜130	35.5〜38.9	31.8〜34.9
3	48.0〜48.9	39.5〜40.4	4.0〜4.1	2.5〜2.6	1.9	127〜136	39.7〜43.0	34.9〜37.8	120〜129	35.2〜38.4	31.8〜35.0	111〜120	32.0〜35.4	28.6〜31.7
2	49.0〜49.9	38.5〜39.4	4.2〜4.3	2.7〜2.8	2.0	117〜126	36.3〜39.6	31.9〜34.8	110〜119	31.9〜35.1	28.5〜31.7	101〜110	28.5〜31.9	25.4〜28.5
1	50.0〜50.9	37.5〜38.4	4.4〜4.5	2.9〜3.0	2.1	107〜116	39.9〜36.2	28.9〜31.8	100〜109	28.6〜31.8	25.2〜28.4	91〜100	25.0〜28.4	22.2〜25.3
0	51.0以下	37.4以下	4.6以下	3.1以下	2.2	106以下	32.8以下	28.8以下	99以下	28.5以下	25.1以下	90以下	21.4〜以下	22.1〜以下

図表 9

一 般 運 動 能 力 ス タ ン ダ ー ド

学 年 種 目 段 階	第 3 学 年					第 2 学 年					第 1 学 年				
	100m	走 巾 跳	投 て き	懸 垂	1,500m	100m	走 巾 跳	投 て き	懸 垂	1,500m	100m	走 巾 跳	投 て き	懸 垂	1,500m
N	149	149	149	149	149	150	150	150	150	150	197	197	194	197	197
M	14.3	4.38	54.20	9	5.50.0	14.5	4.36	55.14	7.8	5.55.0	15.4	4.12	52.43	5	5.56.0
S.D	0.67	0.30	8.48	3.21	30.0	0.77	0.38	8.13	3.1	24.4	0.87	0.39	7.93	3.2	27.0
Wax	13.0	5.08	76.50	19		12.6	5.25	75.50	18		13.2	5.28	74.30	17	
Win	16.4	3.40	20.00	1		16.9	3.20	32.50	1		17.6	2.90	30.00	0	
10	12.9以内	5.06以上	72以上	19以上	4.42.0以内	12.7以内	5.27以上	74以上	17以上	5.01.0以内	13.6以内	5.30以上	71以上	15以上	4.57.0以内
9	13.0〜13.2	4.91〜5.05	68〜71	17〜18	4.43.0 〜4.57.0	12.8〜13.1	5.07〜5.26	70〜73	15〜16	5.02.0 〜5.15.0	13.7〜14.0	4.83〜5.29	67〜70	13〜14	4.58 〜5.10.0
8	13.3〜13.5	4.76〜4.90	64〜67	15〜16	4.58.0 〜5.12.0	13.2〜13.5	4.87〜5.06	66〜69	13〜14	5.14.0 〜5.25.0	14.1〜14.4	4.63〜4.82	63〜66	11〜12	5.11.0 〜5.23
7	13.6〜13.8	4.61〜4.75	60〜63	13〜14	5.13.0 〜5.27.0	13.6〜13.9	4.67〜4.86	62〜65	11〜12	5.26.0 〜5.37.0	14.5〜14.8	4.43〜4.62	59〜62	9〜10	5.24 〜5.36.0
6	13.9〜14.1	4.46〜4.60	56〜59	11〜12	5.28.0 〜5.42.0	14.0〜14.3	4.47〜4.66	58〜61	9〜10	5.38.0 〜5.49.0	14.9〜15.2	4.23〜4.42	55〜58	7〜8	5.37 〜5.49.0
5	14.2〜14.4	4.31〜4.45	52〜55	9〜10	5.43.0 〜5.57.0	14.4〜14.7	4.27〜4.46	54〜57	7〜8	5.50.0 〜6.01.0	15.3〜15.6	4.03〜4.22	51〜54	5〜6	5.50.0 〜6.02.0
4	14.5〜14.7	4.16〜4.30	48〜51	7〜8	5.58.0 〜6.12.0	14.8〜15.1	4.07〜4.26	50〜53	5〜6	6.02.0 〜6.13.0	15.7〜16.0	3.83〜4.02	47〜50	4	6.03.0 〜6.15.0
3	14.8〜15.0	4.01〜4.15	44〜47	5〜6	6.13.0 〜6.27.0	15.2〜15.5	3.87〜4.06	46〜49	3〜4	6.14.0 〜6.25.0	16.1〜16.4	3.63〜3.82	43〜46	3	6.16.0 〜6.28.0
2	15.1〜15.3	3.86〜4.00	40〜43	3〜4	6.28.0 〜6.42.0	15.6〜15.9	3.67〜3.86	42〜45	2	6.26.0 〜6.37.0	16.5〜16.8	3.43〜3.62	39〜42	2	6.29.0 〜6.41.0
1	15.4〜15.6	3.71〜3.78	36〜39	1〜2	6.43.0 〜6.57.0	16.0〜16.3	3.47〜3.66	38〜41	1	6.38.0 〜6.49.0	16.9〜17.2	3.23〜3.42	35〜38	1	6.42.0 〜6.54.0
0	15.7以下	3.70以下	35以下	0	6.58.0以下	16.4以下	3.46以下	37以下	0	6.50.0以下	17.3以下	3.22以下	34以下	0	6.55.0以下