

図表 10

体力診断テストスタンダード

学年 種目	第 3 学 年			第 2 学 年			第 1 学 年		
	垂直跳	柔軟度 (前)	柔軟度 (後)	柔軟度 (前)	柔軟度 (後)	柔軟度 (後)	柔軟度 (前)	柔軟度 (後)	サイド ステップ
N	220	220	220	223	223	223	226	226	226
M	57.2	54.0	35.0	54.0	55.0	34.0	54.0	52.0	39.0
S.D.	5.6	6.0	3.0	8.0	10.0	3.0	7.0	6.0	4.0
10	71以上	59以上	44以上	73以上	78以上	44以上	73以上	58以上	48以上
9	68~70	56~58	42~43	69~72	73~77	42~43	69~72	55~57	46~47
8	65~67	53~55	40~41	65~68	68~72	40~41	65~68	52~54	44~45
7	62~64	50~52	38~39	61~64	63~67	38~39	61~64	49~51	42~43
6	59~61	47~49	36~37	57~60	58~62	36~37	57~60	46~48	40~41
5	56~58	44~46	34~35	53~56	53~57	34~35	53~56	43~45	38~39
4	53~55	41~43	32~33	49~52	48~52	32~33	49~52	40~42	36~37
3	50~52	38~40	30~31	45~48	43~47	30~31	45~48	37~39	34~35
2	47~49	35~37	28~29	41~44	38~42	28~29	41~44	34~36	32~33
1	44~46	32~34	26~27	37~40	33~37	26~27	37~40	31~33	30~31
0	43以下	31以下	25以下	36以下	32以下	25以下	36以下	30以下	29以下

以上の(1)身体発育指数、(2)筋力、(3)一般運動能力
(4)体力診断テスト、及び各教材のスキルテストの
総合成績によって班別をつくる。即ち第3学年は
3ヶ班、1・2学年は4ヶ班に分けている。

昭和38年度までは(1)、(2)、(3)及び各教材のスキ

ルテストの総合成績で班別をしたが、昭和39年度
より(4)の体力診断テストとを加え、それらの総合
成績で能力別に分けることとした。

昭和38年度第2学年○原○彦の例を上げると、
次の図表11である。

図表 11

	測 定 値	発 育 指 数	段 階	一 般 運 動 能 力	段 階
身 長 (L)	168.8cm	$\frac{\sqrt[3]{W}}{C h} = 45.60$	8	100m = 13秒6	7
体 重 (W)	61.2kg	$\frac{\sqrt[3]{W}}{\lambda} = 44.60$	8	走巾跳 = 5m20	9
胸 囲 (Ch)	90.0cm	$\frac{\sqrt[3]{W^2}}{V.C.} = 3.96$	6	投てき = 72m60	9
坐 高 (λ)	88.0cm	$\frac{\lambda^2}{V.C.} = 1.90$	6	懸垂屈臂 8回	5
肺 活 量 (V.C.)	4.360c.c.	$\frac{Ch^2}{V.C.} = 1.80$	4	〔Ⅰ〕発育指数及び機能 (筋力) Σ=53.0 M=6.62 〔Ⅱ〕一般運動能力 Σ=30.0 M=7.4	
脊 筋 力	164.0kg	7			
握 力 (右)	49.0kg	7			
握 力 (左)	47.0kg	7			

図表 12

第2学年 バスケットボール・スキル・テスト・スタンダード											
時期 段階	予 備 テ ス ト					時期 段階	成 就 テ ス ト				
	板パス	ドリブル	シュート 総 数	シュート 成 功 数	正確投		板パス	ドリブル	シュート 総 数	シュート 成 功 数	正確投
10	83以上	10.7以内	21以上	15以上	20以上	10	87以上	10.0以内	18以上	18以上	21以上
9	78~82	10.8~11.9	19~20	13~14	18~19	9	82~86	10.1~11.1	17	16~17	19~20
8	73~77	12.0~13.1	17~18	11~12	16~17	8	77~81	11.2~12.2	16	14~15	17~18
7	68~72	13.2~14.3	15~16	9~10	14~15	7	72~76	12.3~13.3	15	12~13	15~16
6	63~67	14.4~15.5	13~14	7~8	12~13	6	67~71	13.4~14.4	14	10~11	13~14
5	58~62	15.6~16.7	11~12	5~6	10~11	5	62~66	14.5~15.5	13	8~9	11~12
4	53~57	16.8~17.9	9~10	4	8~9	4	57~61	15.6~16.6	12	6~7	9~10
3	48~52	18.0~19.1	7~8	3	6~7	3	52~56	16.7~17.7	11	4~5	7~8
2	43~47	19.2~20.3	5~6	2	4~5	2	47~51	17.8~18.8	10	2~3	5~6
1	38~42	20.4~21.5	3~4	1	2~3	1	42~46	18.9~19.9	9	1	3~4
0	37以下	21.6以下	2以下	0	1以下	0	41以下	20.0以下	8以下	0	2以下