

身長 体重 運動能力 5段階配分表

種目	年男女 段階	3 男	4 男	5 男	6 男	3 女	4 女	5 女	6 女
五〇メートル走	5	～ 9.0	～ 8.4	～ 8.2	～ 7.9	～ 9.2	～ 8.9	～ 8.6	～ 8.2
	4	9.1～ 9.7	8.5～ 9.1	8.3～ 8.8	8.0～ 8.5	9.3～10.0	9.0～ 9.5	8.7～ 9.3	8.3～ 8.8
	3	9.8～10.6	9.2～ 9.9	8.9～ 9.6	8.6～ 9.2	10.1～10.8	9.6～10.3	9.4～10.1	8.9～ 9.6
	2	10.7～11.3	10.0～10.6	9.7～10.7	9.3～ 9.8	10.9～11.6	10.4～11.0	10.2～10.8	9.7～10.2
	1	11.4～	10.7～	10.8～	9.9～	11.7～	11.1～	10.9～	10.3～
立ち幅とび	5	～173	～184	～192	～202	～163	～172	～182	～191
	4	172～158	183～167	191～176	201～186	162～148	171～156	181～166	190～176
	3	157～142	166～150	175～159	185～169	147～131	155～139	165～148	175～159
	2	141～127	149～134	158～143	168～152	130～116	138～123	147～132	158～144
	1	121～	133～	142～	151～	115～	122～	131～	143～
ソフトボール投げ	5	～26.1	～30.5	～36.1	～41.0	～14.6	～17.8	～20.2	～24.1
	4	26.0～21.0	30.4～25.0	36.0～30.1	40.9～34.3	14.5～11.7	17.7～14.3	20.1～16.1	24.0～19.4
	3	20.9～15.7	24.9～19.4	30.0～23.7	34.2～27.6	11.6～ 8.6	14.2～10.6	16.0～11.9	19.3～14.6
	2	15.6～10.6	19.3～13.9	23.6～17.6	27.5～20.9	8.5～ 5.7	10.5～ 7.1	11.8～ 7.8	14.5～10.0
	1	10.5～	13.8～	17.5～	20.8～	5.6～	7.0～	7.7～	9.9～
けんすい	5	～ 8	～ 8	～ 8	～ 9	～ 35	～ 38	～ 39	～ 41
	4	7～ 5	7～ 5	7～ 5	8～ 6	34～ 23	37～ 25	38～ 25	40～ 27
	3	4～ 1	4～ 2	4～ 2	5～ 2	22～ 10	24～ 11	24～ 11	26～ 11
	2	0～	1～	1～	1～	9～	10～	10～	10～
	1	～	～	～	～	～	～	～	～
身長	5	～130	～138	～142	～146	～129	～132	～144	～149
	4	129～126	137～131	141～137	145～141	128～126	131～128	143～138	148～143
	3	125～123	130～127	136～132	140～133	125～123	127～124	137～131	142～136
	2	122～117	126～124	131～126	132～130	122～117	123～120	130～127	135～133
	1	116～	123～	125～	129～	116～	119～	126～	132～
体重	5	～ 28	～ 32	～ 36	～ 38	～ 28	～ 30	～ 36	～ 42
	4	27～ 26	31～ 29	35～ 32	37～ 33	27～ 26	29～ 26	35～ 31	41～ 35
	3	25～ 22	28～ 25	31～ 27	32～ 30	25～ 23	25～ 24	30～ 27	34～ 31
	2	21～ 20	24～ 22	26～ 24	29～ 27	22～ 21	23～ 22	26～ 24	30～ 27
	1	19～	21～	23～	26～	20～	21～	23～	26～

- ・本校では、この5段階配分表により個人の体力図（6角形グラフ）をかかせ、児童が自己の体力について関心を持ち、より努力するようにしむけている。
- ・また、体力テストの結果の記録は、毎月の体重の記録とともに成長の記録（通信箋）の中に記入して父母にも知らせる。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

中学校における研究活動の実態

東京都公立中学校保健体育科研究会長
東京都杉並区立荻窪中学校長

小 碓 松 次 郎

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

本会の結成と研究活動

昭和38年3月に各方面の要望と協賛によって結成された本会（東京都公立中学校保健体育科研究会）は、その目的とする中学校保健体育科の研究と振興をめざしてようやく軌道にのる現況に至ったが、未だ研究機関としての充実を期するには多くの課題が残されている。

さて本会の現況に至る経過をふりかえってみると、第1年次は結成当初の活動として先ず会の組織確立をめざすとともに結成記念大会の開催によって、広く本会の認識を得ることに努め、本会の目的とする研究活動は第2年次の39年から緒につくようになった。

すなわち本会主催の研究活動を公開したのが同年11月17日の練馬区立開進第三中学校における研究協議会の開催で、その主題とする「体力を高めるための学習指導」を、同校鈴木教諭をはじめ保健体育科全員による現場の実践活動を基盤として生きた研究協議が展開された。

当日は東大石河教授と都野沢体育課長を講師に招き、全都の現場を中心に各方面の体育関係者2百名に達する参加者によって、終日にわたる日程の中で終始充実した内容で進められ、全く予想以上の成果が得られた。その内容は先ず同校が体育学習をととして意図する体力づくりと生活時程に位置づけた全校生徒の集団活動の実際を公開し、それを背景とする同校の研究発表を基に、現況における中学校保健体育科の問題をとらえ、現に要

求される体力づくりの時代的解決を究明する研究協議が行われ、本会の研究活動を進める意義が実証された。

次いで40年3月11日には保健体育科の振興をはかる活動として、平素現場において体育指導を進めるかたわら貴重な実践研究をされている会員を世に紹介するための第1回研究発表会を開催した。この公募要項の発表がおそくなり、加えて連絡の不徹底から広く会員の認識を欠き、その予想は悲観的であったが、結果は思いがけない反響を呼び、進んで発表に応ずる積極的参加とそれぞれの発表内容の充実さは当日の関講師の講評によって裏書きされた。その発表内容を当日のプログラムによれば次の通りである。

- 体育の精神的社会的効果の一考察
練馬区 石神井南中 柴間 英人
- 学校体育とクラブ活動
世田谷区 八幡中 木村 国次
- 体づくり指導の練習効果 其の一
練馬区 開進三中 鈴木 蔵治
- 同 其の二
〃 〃 川島 恂
- 形態的発達の一考察
八王子 由井中 山田 章
- 東京オリンピックの事前と事後の指導について
豊島区 千川中 柴田 邦夫
- 本校における保健教室
板橋区 板橋一中 勝部 景明