

水泳教室幼児学童コース  
体力測定結果報告書

公益財団法人体力づくり指導協会

平成26年3月31日

〈目次〉

1. 体力測定実施状況（表1）	2
2. 結果総評	3
3. 体力測定データ集	4
1) 事業所別・学年別・性別別測定者数（表2）	4
2) 測定種目別・学年別・性別別平均値（表3）	5
3) 測定種目別・学年別・性別別・事業所別（表4）	10
4) 1年間以上継続受講者事業所別・学年別・性別別人数・測定結果上昇率（表5）	20

## 1. 体力測定実施状況

実施事業所：十日町事業所・塩尻事業所・備前事業所・君津事業所・滑川事業所・袖ヶ浦事業所

実施人数：合計2,814人

実施月：平成25年7月

対象：水泳教室幼児学童コース受講者

測定種目：握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび【5種目】

### ◆事業所別実施状況一覧（表1）

		十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	合計
実施期間		7月26日~30日	7月8日~13日	7月2日~6日	7月9日~13日	7月8日~13日	7月9日~13日	
実施日数		5日間	6日間	5日間	5日間	5日間	5日間	—
実施場所		事業所内スタジオ	事業所内 体育館	併設体育館	事業所内 研修室	外部体育館他	研修室他	—
合計実施人数		303	426	203	892	531	459	2,814
内訳	幼児	50	60	30	90	101	101	432
	1年生	38	51	18	131	92	82	412
	2年生	54	84	36	141	112	89	516
	3年生	61	63	52	195	93	78	542
	4年生	36	58	32	149	68	57	400
	5年生	36	62	26	106	34	25	289
	6年生	26	41	8	73	30	27	205
	中学生	2	7	1	7	1	0	18

## 2. 結果

- 1) 当会の水泳教室受講者は、上体起こし（筋持久力）・反復横とび（瞬発力）・立ち幅とび（瞬発力）において全国平均値より大きく優位であった。その他の測定種目については概ね全国平均値と同様の結果であった。
- 2) 学年別にみた場合、小学校4年生までの数値が上体起こし・反復横とび・立ち幅とびにおいて顕著に全国平均値と比較し優位であった。

### 3) 総評

体力測定の結果から、当会の水泳教室プログラムは水泳技術の習得に留まることなく体力向上に寄与していることが確認できる。また、小学校4年生までの全国平均値と比較すると握力を除き3項目（上体起こし、反復横とび、立ち幅とび）で顕著に優位であったことが認められた。これは、運動をとおして筋肉の増強や運動機能の向上があったことを裏付けている。

なお、長座体前屈（柔軟性）では、全国平均値と比べるとほぼ同水準であった。また、握力は男女とも依然として全国平均値を下回り、今後の課題となった。

### 3. 体力測定データ集

1) 事業所別・学年別・性別別測定者数 (表2)

		十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	合計
幼児	男子	25	39	17	53	58	53	245
	女子	25	21	13	37	43	48	187
1年生	男子	23	33	9	77	50	54	246
	女子	15	18	9	54	42	28	166
2年生	男子	35	55	15	98	66	42	311
	女子	19	29	21	43	46	47	205
3年生	男子	37	33	30	120	48	48	316
	女子	24	30	22	75	45	30	226
4年生	男子	23	37	19	92	34	32	237
	女子	13	21	13	57	34	25	163
5年生	男子	20	35	16	54	23	16	164
	女子	16	27	10	52	11	9	125
6年生	男子	11	22	4	48	16	17	118
	女子	15	19	4	25	14	10	87
中学生	男子	1	5	0	7	1	0	14
	女子	1	2	1	0	0	0	4

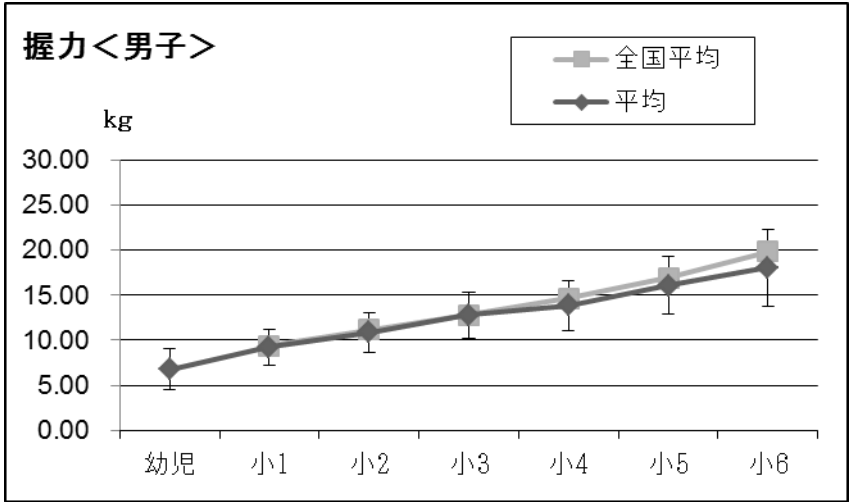
2) 測定種目別・学年別・性別別平均値（平成24年度全国平均値比較）

a. 男子（表3-1）

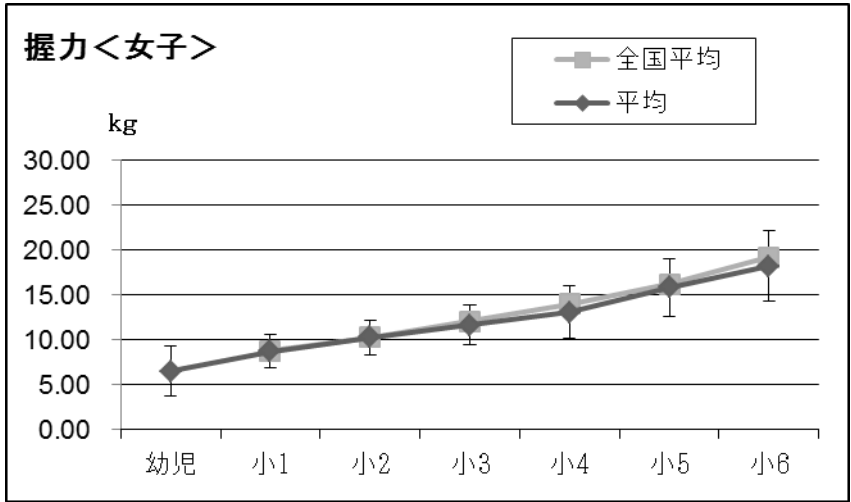
		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	立ち幅とび (cm)
幼児	平均値	6.73	8.26	23.78	21.47	104.78
	全国平均値	—	—	—	—	—
1年生	平均値	9.22	12.65	25.41	28.89	124.46
	全国平均値	9.39	11.50	25.93	27.17	113.97
2年生	平均値	10.86	15.62	27.22	33.88	136.23
	全国平均値	11.14	14.15	27.35	31.32	125.55
3年生	平均値	12.78	17.33	29.01	38.16	143.39
	全国平均値	12.80	15.96	29.19	35.24	137.92
4年生	平均値	13.86	18.43	29.95	41.16	150.85
	全国平均値	14.63	17.83	30.83	38.62	145.62
5年生	平均値	16.09	20.91	32.23	44.26	158.81
	全国平均値	16.92	20.28	33.43	43.11	156.50
6年生	平均値	18.03	21.77	34.80	45.56	165.38
	全国平均値	19.84	22.29	35.37	45.86	165.13

b. 女子（表3-2）

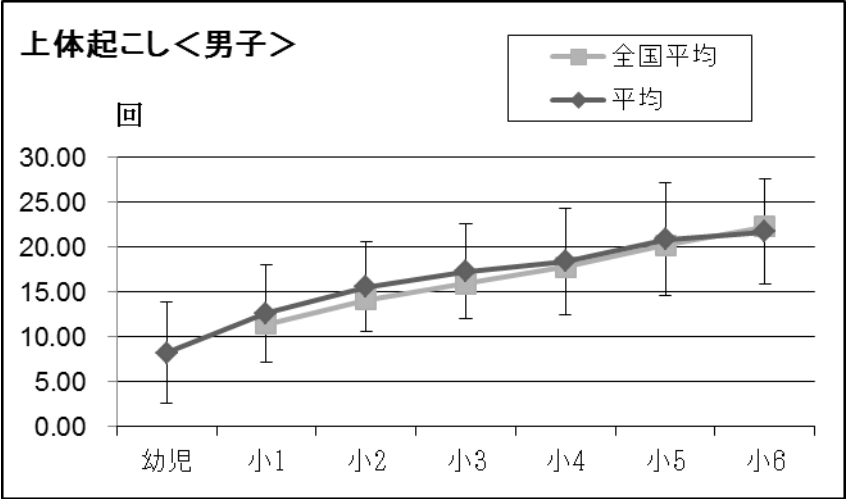
		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	立ち幅とび (cm)
幼児	平均値	6.51	9.14	26.24	21.15	100.97
	全国平均値	—	—	—	—	—
1年生	平均値	8.75	12.68	28.18	28.17	118.48
	全国平均値	8.79	10.95	28.53	26.25	106.37
2年生	平均値	10.31	15.79	30.34	33.34	129.75
	全国平均値	10.34	13.73	30.27	30.00	119.42
3年生	平均値	11.71	16.50	32.13	36.93	137.18
	全国平均値	12.12	15.25	32.61	33.57	129.42
4年生	平均値	13.12	19.31	34.68	40.75	146.77
	全国平均値	14.02	16.75	34.80	37.13	138.30
5年生	平均値	15.86	19.76	37.40	42.91	153.97
	全国平均値	16.28	18.36	37.23	39.74	146.77
6年生	平均値	18.27	20.26	38.51	44.49	157.09
	全国平均値	19.27	20.21	39.51	42.98	155.64



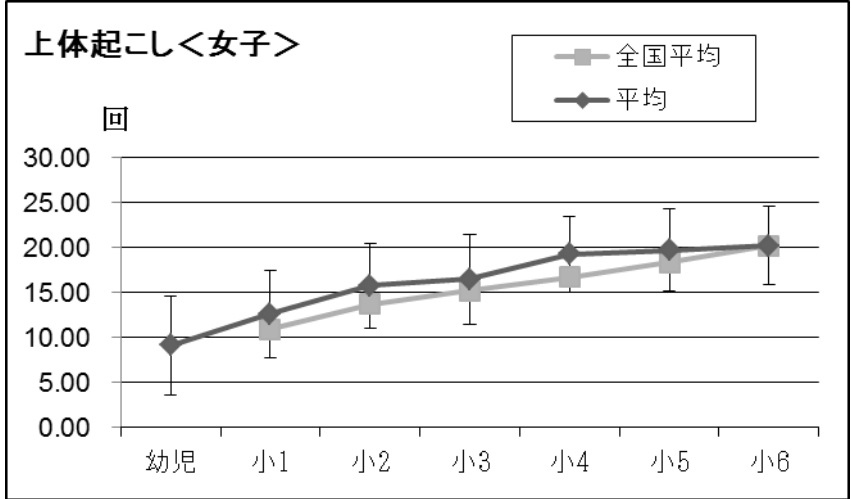
(図 1)



(図 2)

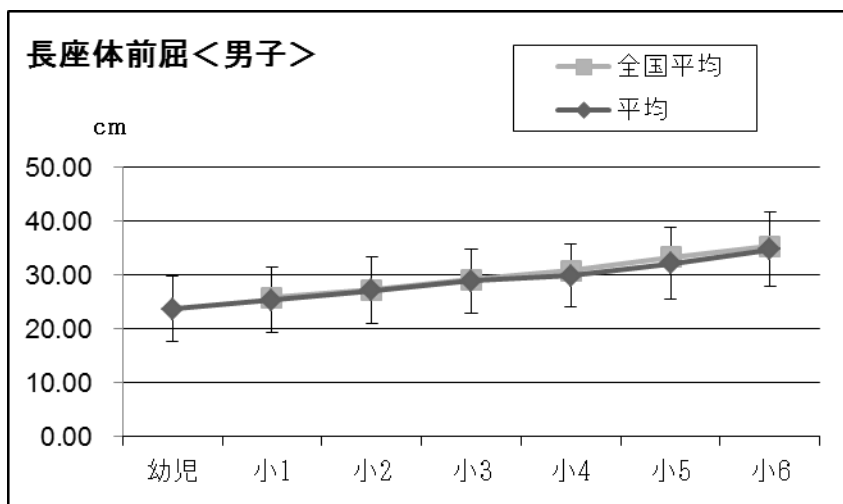


(図 3)

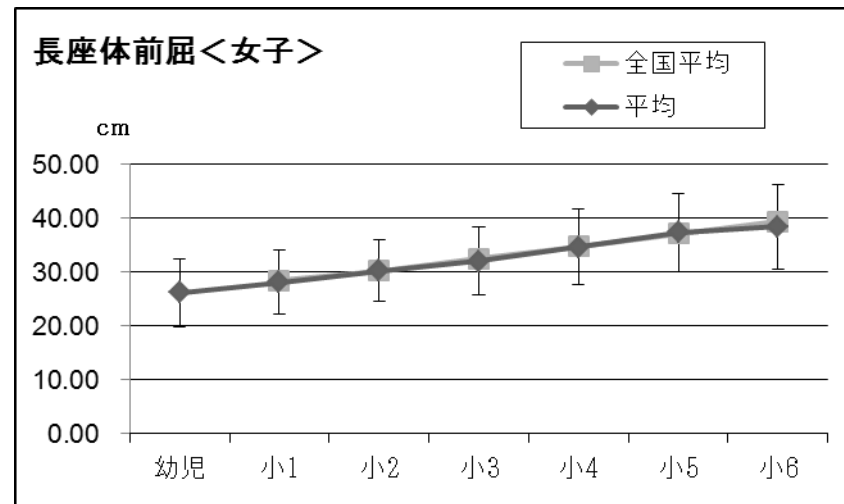


(図 4)

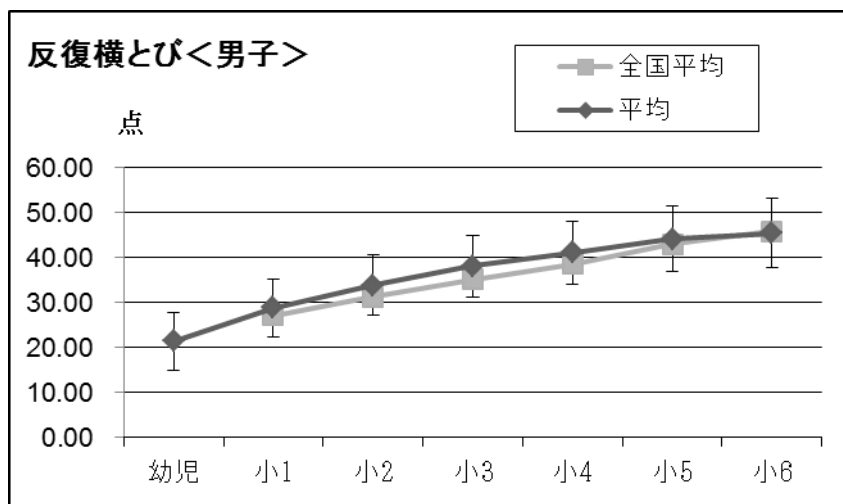




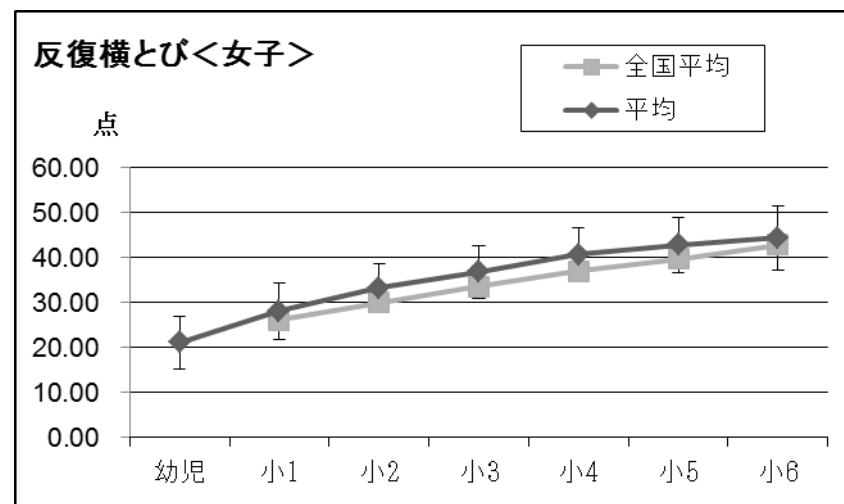
(図5)



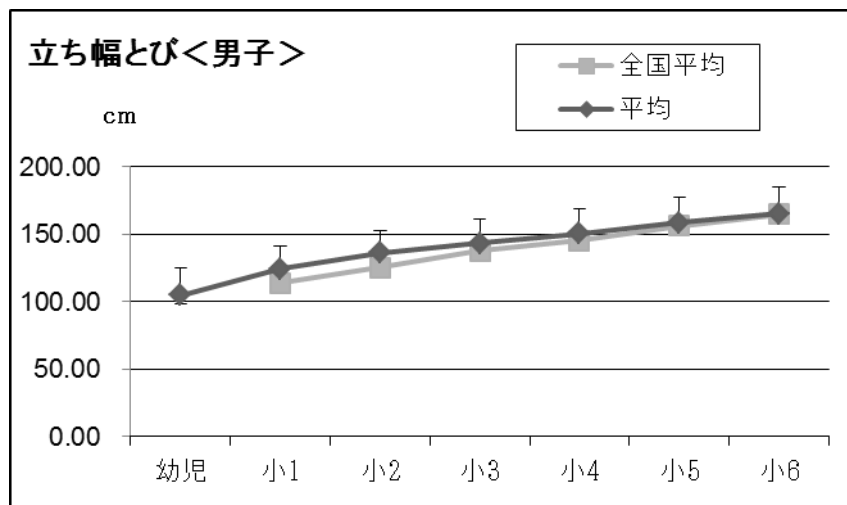
(図6)



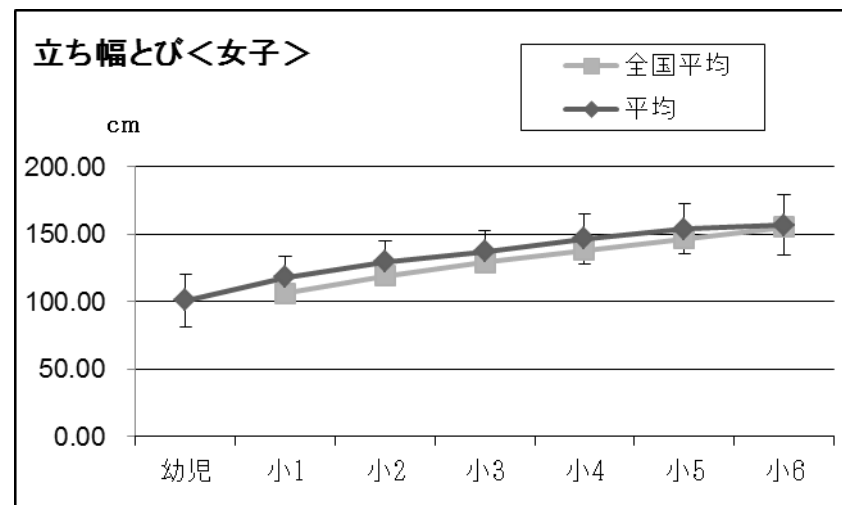
(図7)



(図8)



(図 9)



(図 10)

3) 測定種目別・学年別・性別別・事業所別

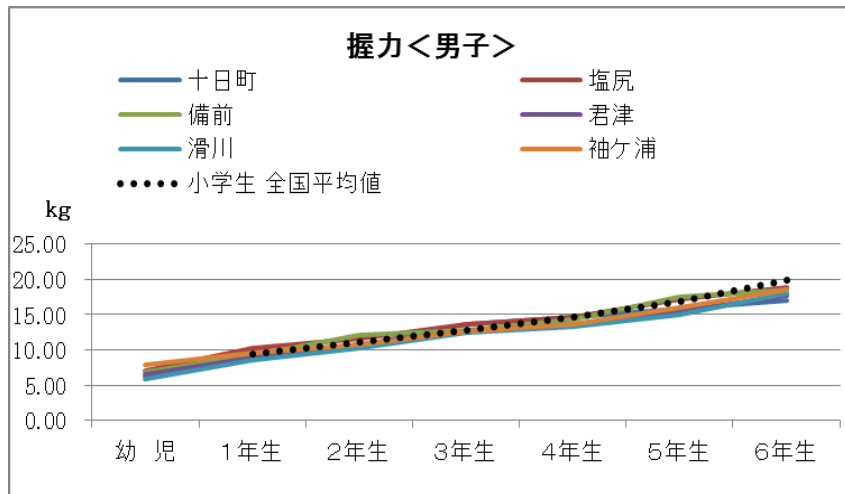
握力〈単位：kg〉

a. 男子（表4-1）

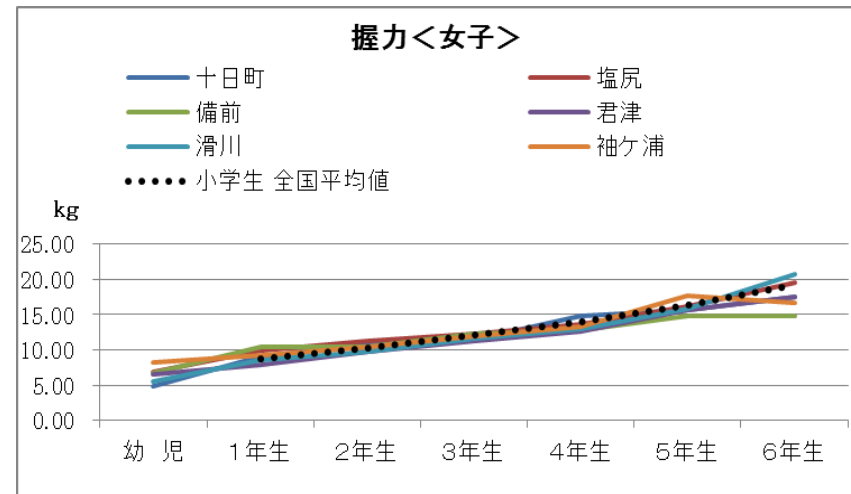
	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	6.12	7.05	6.87	6.58	5.90	7.81	6.73		
1年生	9.22	10.25	9.22	8.94	8.56	9.62	9.22	9.39	▲ 0.16
2年生	10.56	11.61	12.17	10.83	10.21	10.73	10.86	11.14	▲ 0.28
3年生	13.59	13.68	12.75	12.54	12.41	12.60	12.78	12.80	▲ 0.03
4年生	14.73	14.62	14.24	13.57	13.26	13.57	13.86	14.63	▲ 0.77
5年生	15.92	17.22	17.61	15.44	14.97	15.99	16.09	16.92	▲ 0.83
6年生	17.03	18.97	18.63	17.65	17.98	18.48	18.03	19.84	▲ 1.80

b. 女子（表4-2）

	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	4.81	6.79	6.73	6.51	5.44	8.18	6.51		
1年生	9.08	9.97	10.46	7.90	8.59	9.18	8.75	8.79	▲ 0.03
2年生	10.71	11.21	10.38	9.82	9.79	10.42	10.31	10.34	▲ 0.03
3年生	11.52	12.36	12.35	11.25	11.61	11.95	11.71	12.12	▲ 0.41
4年生	14.90	13.57	12.75	12.65	13.01	13.33	13.12	14.02	▲ 0.89
5年生	15.71	16.16	14.74	15.63	15.87	17.77	15.86	16.28	▲ 0.42
6年生	17.47	19.58	14.76	17.58	20.73	16.65	18.27	19.27	▲ 1.00



(图 1 1)



(图 1 2)

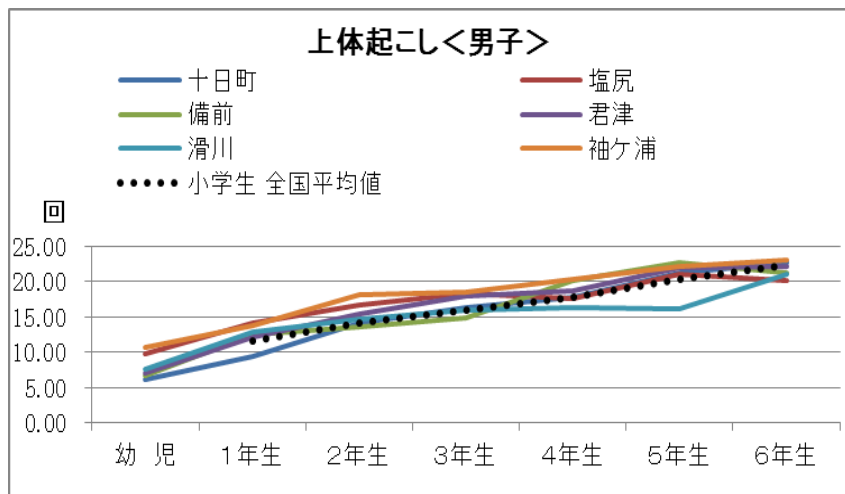
上体起こし〈単位：回〉

8. 男子（表4－3）

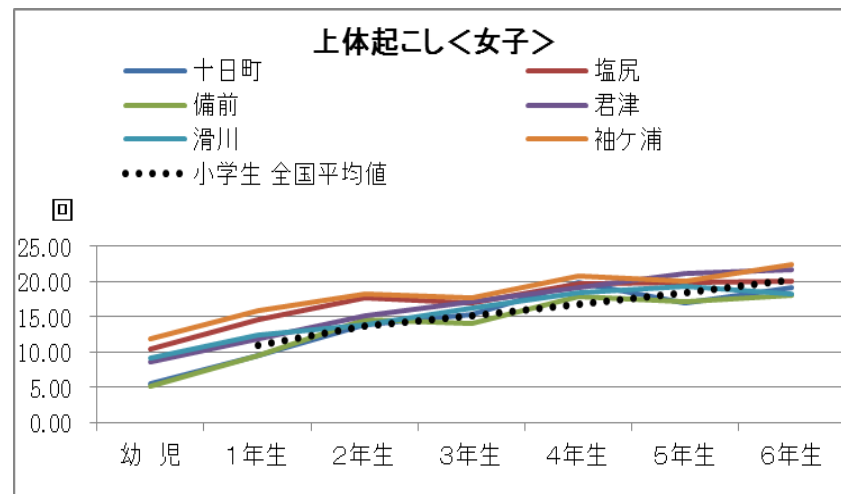
	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	6.08	9.68	6.65	7.11	7.64	10.62	8.26		
1年生	9.43	14.18	12.44	12.06	12.94	13.69	12.65	11.50	1.15
2年生	14.14	16.76	13.53	15.37	14.70	18.12	15.62	14.15	1.47
3年生	16.35	18.33	14.90	18.04	16.00	18.49	17.33	15.96	1.37
4年生	17.70	17.68	20.16	18.68	16.35	20.25	18.43	17.83	0.59
5年生	21.20	21.00	22.63	21.96	16.09	22.07	20.91	20.28	0.63
6年生	22.64	20.14	21.25	22.13	21.13	23.06	21.77	22.29	▲ 0.51

b. 女子（表4－4）

	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	5.52	10.38	5.08	8.62	9.26	11.90	9.14		
1年生	9.47	14.67	9.56	11.89	12.38	15.86	12.68	10.95	1.73
2年生	13.89	17.69	14.62	15.19	13.96	18.27	15.79	13.73	2.05
3年生	15.29	16.96	14.14	17.11	16.31	17.68	16.50	15.25	1.25
4年生	19.85	19.71	17.92	19.19	18.41	20.85	19.31	16.75	2.56
5年生	16.94	19.89	17.20	21.12	19.27	20.00	19.76	18.36	1.40
6年生	19.13	20.16	18.00	21.68	18.21	22.40	20.26	20.21	0.05



(図 1 3)



(図 1 4)

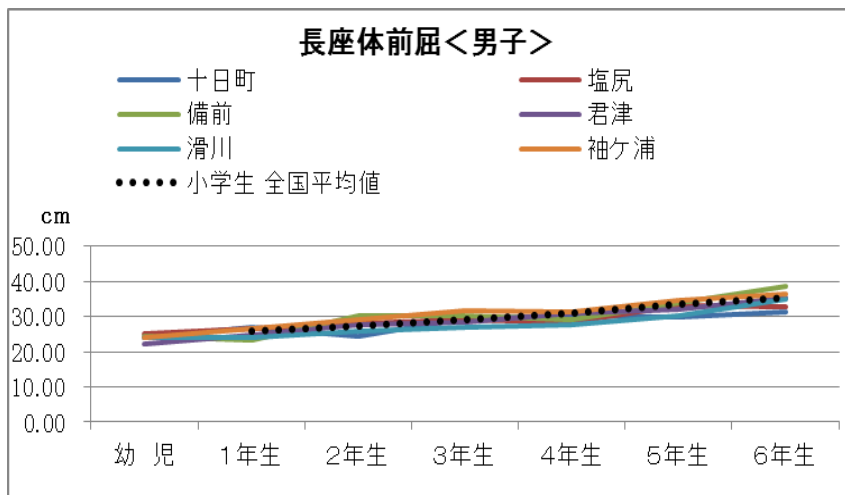
長座体前屈〈単位：cm〉

a. 男子（表4－5）

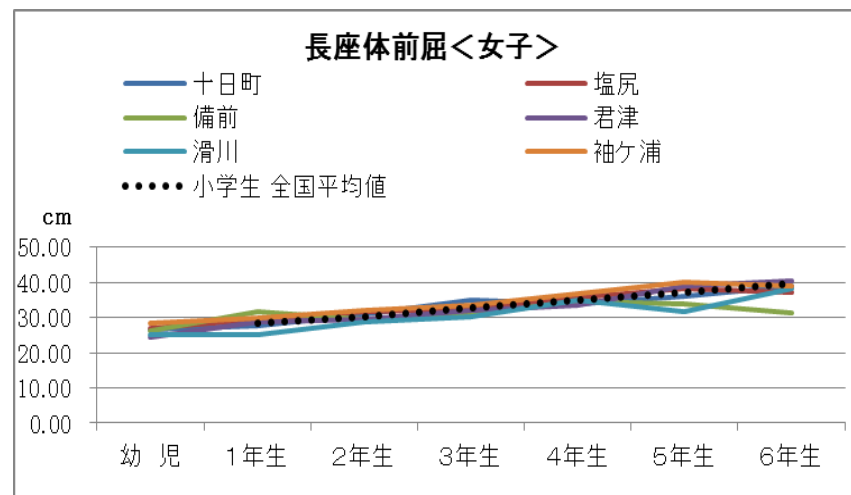
	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	24.12	24.99	24.41	22.25	23.92	23.94	23.78		
1年生	27.02	26.45	23.44	24.92	23.89	26.50	25.41	25.93	▲ 0.52
2年生	24.50	27.92	30.20	27.52	25.82	29.01	27.22	27.35	▲ 0.13
3年生	29.58	29.21	30.13	28.28	27.05	31.69	29.01	29.19	▲ 0.18
4年生	30.33	28.28	29.08	30.99	27.84	31.39	29.95	30.83	▲ 0.88
5年生	29.75	33.19	33.97	32.10	30.09	34.60	32.23	33.43	▲ 1.21
6年生	31.32	32.93	38.50	35.46	34.97	36.56	34.80	35.37	▲ 0.57

b. 女子（表4－6）

	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	26.54	27.00	26.31	24.22	25.14	28.28	26.24		
1年生	27.63	29.64	31.50	28.83	25.01	29.98	28.18	28.53	▲ 0.35
2年生	31.08	31.50	29.64	29.33	28.87	32.17	30.34	30.27	0.07
3年生	34.92	32.33	30.84	32.02	30.14	33.53	32.13	32.61	▲ 0.49
4年生	33.77	35.76	34.50	33.43	34.88	36.88	34.68	34.80	▲ 0.12
5年生	36.03	38.33	33.70	38.80	31.64	40.06	37.40	37.23	0.17
6年生	38.80	37.32	31.25	40.38	38.39	38.78	38.51	39.51	▲ 1.00



(图 1 5)



(图 1 6)



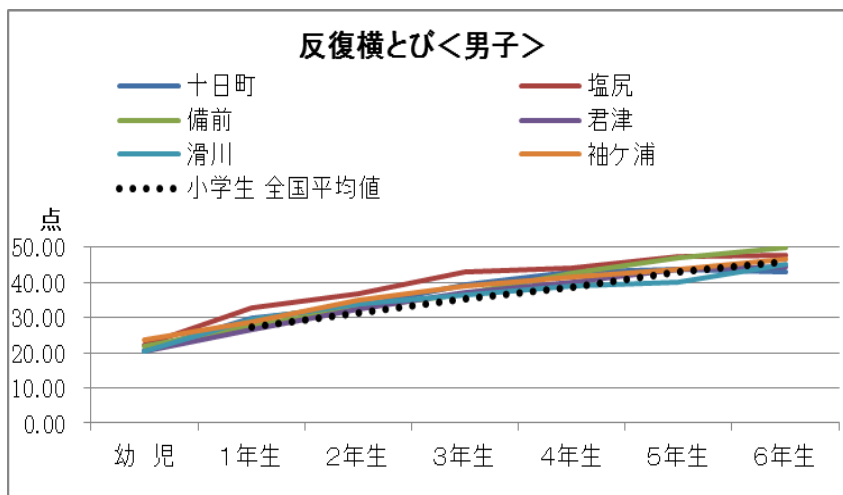
反復横とび〈単位：点〉

a. 男子（表4-7）

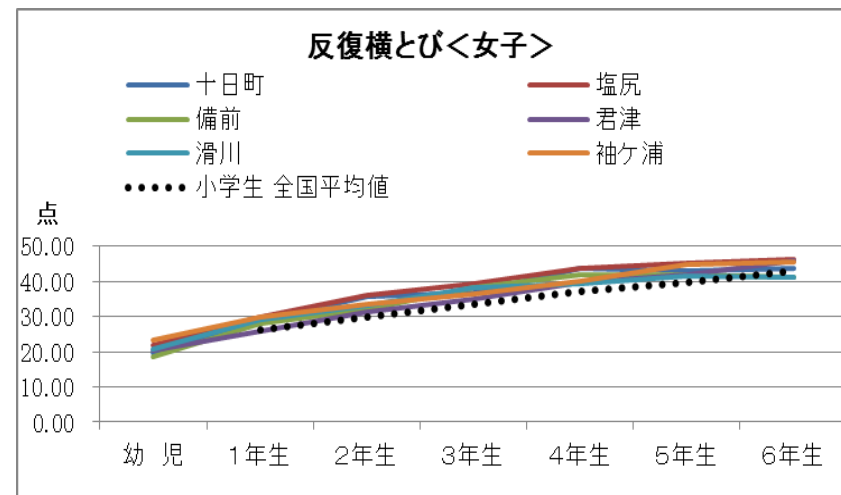
	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	20.76	22.24	22.00	20.34	20.33	23.49	21.47		
1年生	29.70	32.91	27.78	26.74	29.38	28.89	28.89	27.17	1.72
2年生	33.23	36.67	32.80	32.31	33.77	34.98	33.88	31.32	2.56
3年生	39.39	42.91	36.60	37.27	36.42	38.82	38.16	35.24	2.92
4年生	42.91	44.11	42.58	39.89	39.06	41.50	41.16	38.62	2.54
5年生	43.80	47.40	47.13	43.70	39.96	43.73	44.26	43.11	1.15
6年生	43.09	47.68	50.00	44.56	45.00	46.71	45.56	45.86	▲ 0.30

b. 女子（表4-8）

	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	19.56	21.90	18.54	20.49	20.79	23.19	21.15		
1年生	28.73	29.72	28.00	26.00	29.07	29.96	28.17	26.25	1.92
2年生	35.79	36.00	32.05	31.35	33.07	33.47	33.34	30.00	3.34
3年生	36.92	39.40	38.32	34.83	38.09	36.48	36.93	33.57	3.36
4年生	43.69	43.62	41.77	39.70	39.44	40.23	40.75	37.13	3.61
5年生	42.94	45.30	41.80	41.88	41.47	44.67	42.91	39.74	3.17
6年生	43.73	46.16	41.00	45.76	41.07	45.50	44.49	42.98	1.51



(図 1 7)



(図 1 8)

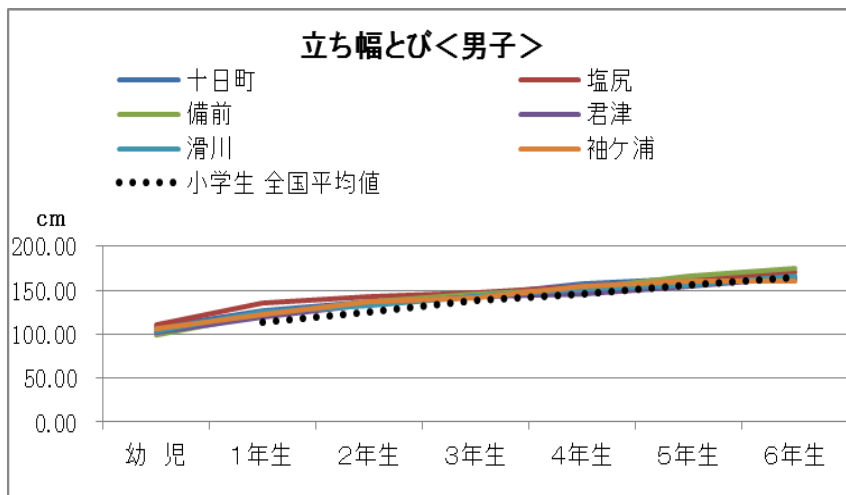
立ち幅とび〈単位：cm〉

a. 男子（表4-9）

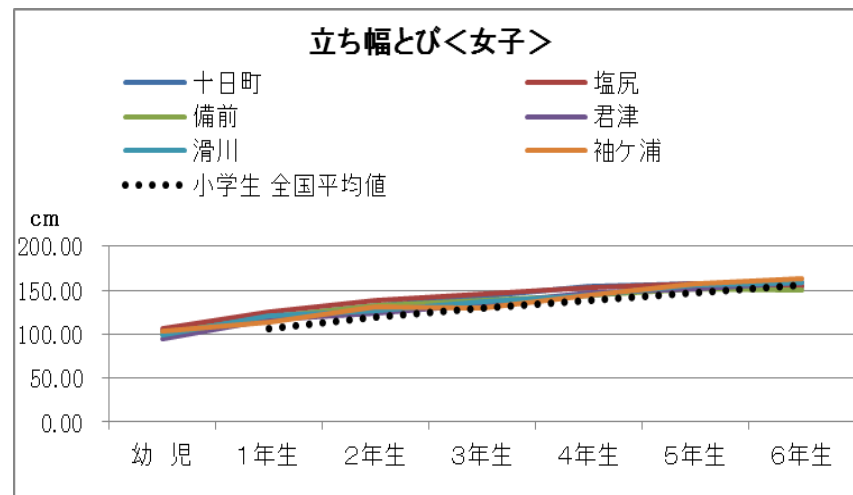
	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	107.54	111.31	98.53	101.38	102.97	106.06	104.78		
1年生	126.51	135.24	122.22	119.81	125.74	122.81	124.46	113.97	10.49
2年生	136.93	142.47	137.47	134.45	132.44	137.14	136.23	125.55	10.68
3年生	144.81	147.64	145.70	142.21	142.42	141.55	143.39	137.92	5.47
4年生	157.50	154.57	151.32	146.28	151.35	154.06	150.85	145.62	5.22
5年生	162.88	162.37	166.13	154.22	155.74	160.60	158.81	156.50	2.31
6年生	162.36	170.55	174.25	164.77	165.81	159.88	165.38	165.13	0.25

b. 女子（表4-10）

	十日町	塩尻	備前	君津	滑川	袖ヶ浦	平均値	小学生 全国平均値	差
幼 児	102.88	106.86	100.08	94.96	99.67	103.42	100.97		
1年生	119.20	124.72	120.00	115.80	121.38	114.07	118.48	106.37	12.11
2年生	132.95	137.86	132.52	124.10	126.76	130.44	129.75	119.42	10.33
3年生	142.64	146.07	139.00	133.65	137.38	129.84	137.18	129.42	7.76
4年生	153.69	153.14	143.54	147.26	143.56	143.92	146.77	138.30	8.48
5年生	157.31	156.67	151.50	150.98	156.00	157.44	153.97	146.77	7.20
6年生	154.73	154.21	150.00	158.80	158.71	162.40	157.09	155.64	1.45



(図 19)



(図 20)

4) 1年間以上継続受講者測定結果上昇率（全国平均値学年上昇率比較）

a-1. 〈2012年度1年生→2013年度2年生〉

①男子（表5-1）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		24		35		6		52		48	
学年		1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次
握力	平 均 値	8.98	10.79	10.43	11.95	8.19	11.63	8.25	10.72	8.67	10.27
	標 準 偏 差	2.34	2.26	2.10	2.50	2.15	4.01	2.57	2.48	1.72	1.89
	全 国 平 均	9.39	11.14	9.39	11.14	9.39	11.14	9.39	11.14	9.39	11.14
	全国標準偏差	2.28	2.69	2.28	2.69	2.28	2.69	2.28	2.69	2.28	2.69
上体起こし	平 均 値	12.04	14.38	13.63	17.54	8.83	12.33	12.19	15.04	12.54	14.52
	標 準 偏 差	5.01	6.59	4.56	5.65	4.31	6.44	4.67	5.65	5.14	4.55
	全 国 平 均	11.50	14.15	11.50	14.15	11.50	14.15	11.50	14.15	11.50	14.15
	全国標準偏差	5.39	5.57	5.39	5.57	5.39	5.57	5.39	5.57	5.39	5.57
長座体前屈	平 均 値	24.19	25.48	26.22	27.63	24.58	31.75	24.08	26.50	22.65	26.41
	標 準 偏 差	5.88	5.67	5.31	6.26	6.14	4.19	5.13	5.77	6.87	6.41
	全 国 平 均	25.93	27.35	25.93	27.35	25.93	27.35	25.93	27.35	25.93	27.35
	全国標準偏差	6.56	6.84	6.56	6.84	6.56	6.84	6.56	6.84	6.56	6.84
反復横とび	平 均 値	30.46	34.21	32.06	37.34	28.33	31.67	27.33	32.79	30.19	33.65
	標 準 偏 差	7.03	7.47	6.48	6.25	6.15	8.09	5.18	6.17	5.41	7.32
	全 国 平 均	27.17	31.32	27.17	31.32	27.17	31.32	27.17	31.32	27.17	31.32
	全国標準偏差	5.14	6.28	5.14	6.28	5.14	6.28	5.14	6.28	5.14	6.28
立ち幅とび	平 均 値	130.29	139.50	132.00	143.60	130.50	127.83	124.88	135.13	123.10	130.79
	標 準 偏 差	15.03	14.80	17.02	18.50	16.39	20.78	18.31	17.92	16.36	17.58
	全 国 平 均	113.97	125.55	113.97	125.55	113.97	125.55	113.97	125.55	113.97	125.55
	全国標準偏差	17.58	17.85	17.58	17.85	17.58	17.85	17.58	17.85	17.58	17.85

②女子（表5-2）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		8		20		8		27		30	
学年		1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次	1年時	2年次
握力	平均値	9.93	11.03	9.38	10.82	9.96	10.87	8.00	9.71	8.08	10.11
	標準偏差	1.71	2.21	2.23	2.06	1.45	1.54	1.86	1.53	1.51	1.90
	全国平均	8.79	10.34	8.79	10.34	8.79	10.34	8.79	10.34	8.79	10.34
	全国標準偏差	2.18	2.44	2.18	2.44	2.18	2.44	2.18	2.44	2.18	2.44
上体起こし	平均値	12.75	15.75	15.05	17.60	10.38	15.75	14.22	16.52	11.43	13.70
	標準偏差	4.13	3.11	3.43	4.52	4.96	6.36	4.21	4.15	4.12	3.95
	全国平均	10.95	13.73	10.95	13.73	10.95	13.73	10.95	13.73	10.95	13.73
	全国標準偏差	4.96	5.30	4.96	5.30	4.96	5.30	4.96	5.30	4.96	5.30
長座体前屈	平均値	28.50	31.25	28.03	31.48	28.50	28.88	26.52	29.56	26.33	30.77
	標準偏差	5.92	6.00	5.67	5.24	5.32	6.29	5.18	5.35	6.89	6.65
	全国平均	28.53	30.27	28.53	30.27	28.53	30.27	28.53	30.27	28.53	30.27
	全国標準偏差	6.48	6.84	6.48	6.84	6.48	6.84	6.48	6.84	6.48	6.84
反復横とび	平均値	33.00	37.13	29.95	37.25	28.75	34.75	27.26	32.04	30.53	35.17
	標準偏差	1.60	6.47	5.05	5.56	7.11	4.56	2.84	3.39	5.40	4.81
	全国平均	26.25	30.00	26.25	30.00	26.25	30.00	26.25	30.00	26.25	30.00
	全国標準偏差	4.52	5.51	4.52	5.51	4.52	5.51	4.52	5.51	4.52	5.51
立ち幅とび	平均値	135.00	135.75	122.35	135.80	131.25	131.50	114.89	126.13	116.27	128.90
	標準偏差	10.35	13.95	15.04	16.96	8.65	18.09	14.57	13.93	13.50	12.08
	全国平均	106.37	119.42	106.37	119.42	106.37	119.42	106.37	119.42	106.37	119.42
	全国標準偏差	16.38	16.10	16.38	16.10	16.38	16.10	16.38	16.10	16.38	16.10

a-2. 〈2012年度2年生→2013年度3年生〉

①男子（表5-3）

対象人数		十日町		塩尻		備前		君津		滑川	
		25		26		26		87		35	
学年		2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次
握力	平均値	11.85	13.70	12.30	13.63	11.30	12.58	10.20	12.44	10.58	12.66
	標準偏差	2.27	2.62	2.81	2.87	2.26	2.89	2.15	2.62	2.24	2.09
	全国平均	11.14	12.80	11.14	12.80	11.14	12.80	11.14	12.80	11.14	12.80
	全国標準偏差	2.69	2.68	2.69	2.68	2.69	2.68	2.69	2.68	2.69	2.68
上体起こし	平均値	13.60	15.84	16.92	18.88	13.65	15.31	16.33	18.16	15.63	16.29
	標準偏差	6.77	5.30	4.42	5.83	5.03	4.36	5.36	6.03	4.53	4.01
	全国平均	14.15	15.96	14.15	15.96	14.15	15.96	14.15	15.96	14.15	15.96
	全国標準偏差	5.57	5.48	5.57	5.48	5.57	5.48	5.57	5.48	5.57	5.48
長座体前屈	平均値	25.90	29.03	27.00	29.15	29.42	29.56	26.87	28.03	25.80	25.95
	標準偏差	4.10	6.13	4.78	5.61	6.18	5.66	5.71	5.21	5.31	6.72
	全国平均	27.35	29.19	27.35	29.19	27.35	29.19	27.35	29.19	27.35	29.19
	全国標準偏差	6.84	7.08	6.84	7.08	6.84	7.08	6.84	7.08	6.84	7.08
反復横とび	平均値	36.48	39.98	36.38	43.00	34.00	37.54	33.38	37.66	33.80	38.20
	標準偏差	6.62	6.10	8.15	6.54	5.35	5.75	5.91	5.81	5.48	9.01
	全国平均	31.32	35.24	31.32	35.24	31.32	35.24	31.32	35.24	31.32	35.24
	全国標準偏差	6.28	7.16	6.28	7.16	6.28	7.16	6.28	7.16	6.28	7.16
立ち幅とび	平均値	141.04	142.40	139.73	149.77	136.23	144.46	136.26	143.03	136.06	143.71
	標準偏差	15.37	30.14	16.96	15.99	19.57	17.96	18.81	17.74	18.25	16.13
	全国平均	125.55	137.92	125.55	137.92	125.55	137.92	125.55	137.92	125.55	137.92
	全国標準偏差	17.85	17.54	17.85	17.54	17.85	17.54	17.85	17.54	17.85	17.54

②女子（表5-4）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		17		20		16		56		40	
学年		2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次	2年時	3年次
握力	平均値	11.02	11.89	10.70	12.33	11.22	12.01	9.46	11.33	9.56	11.67
	標準偏差	1.63	1.47	2.01	1.70	2.68	2.23	2.27	2.41	2.16	2.14
	全国平均	10.34	12.12	10.34	12.12	10.34	12.12	10.34	12.12	10.34	12.12
	全国標準偏差	2.44	2.62	2.44	2.62	2.44	2.62	2.44	2.62	2.44	2.62
上体起こし	平均値	13.82	14.76	16.85	17.70	12.88	14.13	15.57	17.43	14.08	16.28
	標準偏差	4.91	4.70	3.57	4.35	4.80	4.96	4.62	5.78	4.50	4.64
	全国平均	13.73	15.25	13.73	15.25	13.73	15.25	13.73	15.25	13.73	15.25
	全国標準偏差	5.30	5.38	5.30	5.38	5.30	5.38	5.30	5.38	5.30	5.38
長座体前屈	平均値	32.50	37.01	31.63	31.98	30.00	31.44	28.89	32.32	27.08	29.91
	標準偏差	4.13	6.11	8.12	6.58	4.63	6.71	5.48	6.44	6.52	6.29
	全国平均	30.27	32.61	30.27	32.61	30.27	32.61	30.27	32.61	30.27	32.61
	全国標準偏差	6.84	7.93	6.84	7.93	6.84	7.93	6.84	7.93	6.84	7.93
反復横とび	平均値	34.53	37.53	32.70	38.75	34.06	39.75	31.34	35.00	33.53	37.95
	標準偏差	6.62	8.98	9.22	5.80	4.63	5.41	4.61	5.47	4.85	4.71
	全国平均	30.00	33.57	30.00	33.57	30.00	33.57	30.00	33.57	30.00	33.57
	全国標準偏差	5.51	6.46	5.51	6.46	5.51	6.46	5.51	6.46	5.51	6.46
立ち幅とび	平均値	131.88	142.91	132.20	144.25	128.88	139.88	123.13	133.86	132.55	138.98
	標準偏差	12.17	15.89	10.52	19.54	19.93	16.01	15.76	14.75	14.63	14.43
	全国平均	119.42	129.42	119.42	129.42	119.42	129.42	119.42	129.42	119.42	129.42
	全国標準偏差	16.10	17.99	16.10	17.99	16.10	17.99	16.10	17.99	16.10	17.99



a-3. 〈2012年度3年生→2013年度4年生〉

①男子（表5-5）

対象人数		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
		18		26		17		67		26	
学年		3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次
握力	平 均 値	12.52	14.72	12.34	14.40	13.05	14.31	11.60	13.51	11.70	13.79
	標 準 偏 差	2.69	2.84	2.50	2.48	2.60	2.64	2.37	2.99	1.92	2.71
	全 国 平 均	12.80	14.63	12.80	14.63	12.80	14.63	12.80	14.63	12.80	14.63
	全国標準偏差	2.68	3.24	2.68	3.24	2.68	3.24	2.68	3.24	2.68	3.24
上体起こし	平 均 値	17.39	19.06	16.31	18.19	17.76	20.24	17.93	19.00	15.50	15.92
	標 準 偏 差	5.52	7.61	4.01	3.60	3.77	5.14	5.46	6.69	3.94	4.37
	全 国 平 均	15.96	17.83	15.96	17.83	15.96	17.83	15.96	17.83	15.96	17.83
	全国標準偏差	5.48	5.82	5.48	5.82	5.48	5.82	5.48	5.82	5.48	5.82
長座体前屈	平 均 値	29.69	31.56	26.87	27.23	28.47	29.36	28.76	30.76	24.81	28.29
	標 準 偏 差	4.78	6.24	5.24	6.38	4.41	5.14	6.62	6.08	7.42	6.25
	全 国 平 均	29.19	30.83	29.19	30.83	29.19	30.83	29.19	30.83	29.19	30.83
	全国標準偏差	7.08	7.85	7.08	7.85	7.08	7.85	7.08	7.85	7.08	7.85
反復横とび	平 均 値	38.06	43.33	37.19	44.69	41.41	42.82	36.87	40.72	35.46	38.73
	標 準 偏 差	7.37	5.19	9.44	7.46	5.57	6.20	7.05	7.41	5.85	6.71
	全 国 平 均	35.24	38.62	35.24	38.62	35.24	38.62	35.24	38.62	35.24	38.62
	全国標準偏差	7.16	7.39	7.16	7.39	7.16	7.39	7.16	7.39	7.16	7.39
立ち幅とび	平 均 値	148.06	160.06	145.12	153.23	142.88	152.35	141.42	145.13	146.42	150.50
	標 準 偏 差	19.48	19.85	22.08	17.70	18.71	20.28	18.62	16.84	18.44	18.75
	全 国 平 均	137.92	145.62	137.92	145.62	137.92	145.62	137.92	145.62	137.92	145.62
	全国標準偏差	17.54	18.30	17.54	18.30	17.54	18.30	17.54	18.30	17.54	18.30

②女子（表5－6）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		10		16		12		47		27	
学年		3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次	3年時	4年次
握力	平均値	12.22	14.55	12.82	13.49	11.07	12.39	11.18	12.66	10.49	12.80
	標準偏差	2.57	2.94	2.79	3.32	1.98	2.02	2.33	2.71	2.48	3.10
	全国平均	12.12	14.02	12.12	14.02	12.12	14.02	12.12	14.02	12.12	14.02
	全国標準偏差	2.62	3.07	2.62	3.07	2.62	3.07	2.62	3.07	2.62	3.07
上体起こし	平均値	15.70	19.30	17.69	20.44	13.33	18.00	17.53	19.36	16.48	18.15
	標準偏差	5.12	5.50	4.06	4.68	5.35	3.77	3.79	3.63	4.40	4.55
	全国平均	15.25	16.75	15.25	16.75	15.25	16.75	15.25	16.75	15.25	16.75
	全国標準偏差	5.38	5.21	5.38	5.21	5.38	5.21	5.38	5.21	5.38	5.21
長座体前屈	平均値	33.45	33.50	34.16	35.97	32.83	34.04	31.30	33.21	31.11	34.47
	標準偏差	3.43	5.89	8.45	9.71	7.05	7.57	6.57	6.02	6.64	8.31
	全国平均	32.61	34.80	32.61	34.80	32.61	34.80	32.61	34.80	32.61	34.80
	全国標準偏差	7.93	8.12	7.93	8.12	7.93	8.12	7.93	8.12	7.93	8.12
反復横とび	平均値	38.00	42.00	38.94	43.81	39.08	41.92	36.15	39.51	34.04	39.19
	標準偏差	5.64	3.89	6.84	7.20	5.07	5.30	6.31	5.82	5.87	6.77
	全国平均	33.57	37.13	33.57	37.13	33.57	37.13	33.57	37.13	33.57	37.13
	全国標準偏差	6.46	6.65	6.46	6.65	6.46	6.65	6.46	6.65	6.46	6.65
立ち幅とび	平均値	141.10	146.30	146.31	153.25	139.00	141.33	135.98	146.19	140.04	145.00
	標準偏差	19.74	24.83	18.29	16.38	23.45	20.13	15.27	15.77	18.86	20.45
	全国平均	129.42	138.30	129.42	138.30	129.42	138.30	129.42	138.30	129.42	138.30
	全国標準偏差	17.99	18.06	17.99	18.06	17.99	18.06	17.99	18.06	17.99	18.06

a-4. 〈2012年度4年生→2013年度5年生〉

①男子（表5-7）

対象人数		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
		16		23		14		44		21	
学年		4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次
握力	平 均 値	13.18	15.14	14.66	16.76	16.42	18.49	13.10	15.18	11.88	14.90
	標 準 偏 差	2.50	3.12	2.91	2.67	3.35	5.00	2.23	2.72	2.55	2.94
	全 国 平 均	14.63	16.92	14.63	16.92	14.63	16.92	14.63	16.92	14.63	16.92
	全国標準偏差	3.24	3.75	3.24	3.75	3.24	3.75	3.24	3.75	3.24	3.75
上体起こし	平 均 値	17.56	20.00	18.65	20.87	19.50	23.71	20.43	21.93	16.90	16.10
	標 準 偏 差	7.26	6.09	6.49	6.04	7.04	7.69	4.57	6.17	5.16	6.04
	全 国 平 均	17.83	20.28	17.83	20.28	17.83	20.28	17.83	20.28	17.83	20.28
	全国標準偏差	5.82	5.72	5.82	5.72	5.82	5.72	5.82	5.72	5.82	5.72
長座体前屈	平 均 値	26.69	28.56	31.15	33.59	32.33	34.68	28.39	31.67	27.76	30.79
	標 準 偏 差	5.07	5.05	6.80	6.24	6.41	7.08	5.03	4.85	7.10	7.92
	全 国 平 均	30.83	33.43	30.83	33.43	30.83	33.43	30.83	33.43	30.83	33.43
	全国標準偏差	7.85	7.96	7.85	7.96	7.85	7.96	7.85	7.96	7.85	7.96
反復横とび	平 均 値	39.31	43.19	40.87	47.26	44.64	47.64	40.02	43.64	38.95	40.14
	標 準 偏 差	7.04	7.67	9.20	8.27	6.82	5.27	6.69	4.87	5.17	11.52
	全 国 平 均	38.62	43.11	38.62	43.11	38.62	43.11	38.62	43.11	38.62	43.11
	全国標準偏差	7.39	6.89	7.39	6.89	7.39	6.89	7.39	6.89	7.39	6.89
立ち幅とび	平 均 値	154.94	157.28	153.65	159.96	163.07	167.86	147.91	153.32	146.29	156.00
	標 準 偏 差	16.43	17.42	20.35	22.76	16.27	25.68	16.19	16.06	17.06	15.93
	全 国 平 均	145.62	156.50	145.62	156.50	145.62	156.50	145.62	156.50	145.62	156.50
	全国標準偏差	18.30	18.87	18.30	18.87	18.30	18.87	18.30	18.87	18.30	18.87

②女子（表5-8）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		14		18		8		40		9	
学年		4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次	4年時	5年次
握力	平均値	12.89	15.51	14.58	16.57	13.41	15.45	13.15	15.72	12.09	16.13
	標準偏差	2.12	2.22	2.51	3.58	2.40	3.06	2.73	3.73	3.17	2.94
	全国平均	14.02	16.28	14.02	16.28	14.02	16.28	14.02	16.28	14.02	16.28
	全国標準偏差	3.07	3.53	3.07	3.53	3.07	3.53	3.07	3.53	3.07	3.53
上体起こし	平均値	17.61	16.93	17.61	19.56	15.13	16.88	19.25	21.25	18.22	19.89
	標準偏差	4.99	3.73	6.07	4.60	3.64	4.22	4.76	5.47	3.15	3.41
	全国平均	16.75	18.36	16.75	18.36	16.75	18.36	16.75	18.36	16.75	18.36
	全国標準偏差	5.21	5.33	5.21	5.33	5.21	5.33	5.21	5.33	5.21	5.33
長座体前屈	平均値	32.54	35.46	33.75	38.75	33.63	33.31	33.75	38.36	28.06	33.78
	標準偏差	5.02	4.63	6.98	6.72	4.94	7.16	6.26	6.83	4.69	6.96
	全国平均	34.80	37.23	34.80	37.23	34.80	37.23	34.80	37.23	34.80	37.23
	全国標準偏差	8.12	8.15	8.12	8.15	8.12	8.15	8.12	8.15	8.12	8.15
反復横とび	平均値	42.29	42.71	41.06	44.72	38.38	42.00	41.08	42.65	38.44	41.91
	標準偏差	5.66	4.92	8.38	5.42	5.93	4.04	7.13	7.29	4.07	6.07
	全国平均	37.13	39.74	37.13	39.74	37.13	39.74	37.13	39.74	37.13	39.74
	全国標準偏差	6.65	7.10	6.65	7.10	6.65	7.10	6.65	7.10	6.65	7.10
立ち幅とび	平均値	151.14	159.00	151.33	158.83	141.88	151.50	149.18	151.55	148.44	161.56
	標準偏差	19.32	21.14	15.68	18.59	20.25	14.36	20.87	21.02	19.08	18.92
	全国平均	138.30	146.77	138.30	146.77	138.30	146.77	138.30	146.77	138.30	146.77
	全国標準偏差	18.06	19.23	18.06	19.23	18.06	19.23	18.06	19.23	18.06	19.23

a-4. 〈2012年度5年生→2013年度6年生〉

①男子（表5-9）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		8		16		3		39		14	
学年		5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次
握力	平 均 値	15.40	17.65	17.02	18.99	15.52	17.40	15.22	17.98	14.68	18.19
	標 準 偏 差	3.26	3.01	2.94	3.80	1.66	3.65	3.68	5.27	2.03	3.04
	全 国 平 均	16.92	19.84	16.92	19.84	16.92	19.84	16.92	19.84	16.92	19.84
	全国標準偏差	3.75	4.46	3.75	4.46	3.75	4.46	3.75	4.46	3.75	4.46
上体起こし	平 均 値	23.88	23.50	18.94	21.25	22.67	21.33	21.79	22.49	19.93	22.43
	標 準 偏 差	7.10	5.10	7.33	6.58	4.04	2.52	5.69	6.00	5.51	5.61
	全 国 平 均	20.28	22.29	20.28	22.29	20.28	22.29	20.28	22.29	20.28	22.29
	全国標準偏差	5.72	5.44	5.72	5.44	5.72	5.44	5.72	5.44	5.72	5.44
長座体前屈	平 均 値	30.25	31.88	29.50	33.13	39.33	39.67	33.00	36.15	31.71	35.71
	標 準 偏 差	4.43	5.11	7.29	6.44	6.33	4.01	6.31	7.00	5.90	6.34
	全 国 平 均	33.43	35.37	33.43	35.37	33.43	35.37	33.43	35.37	33.43	35.37
	全国標準偏差	7.96	8.00	7.96	8.00	7.96	8.00	7.96	8.00	7.96	8.00
反復横とび	平 均 値	42.50	44.63	44.13	49.19	48.00	51.67	42.69	44.33	42.86	46.29
	標 準 偏 差	6.97	6.78	6.55	7.61	4.36	8.14	6.86	7.12	10.30	9.57
	全 国 平 均	43.11	45.86	43.11	45.86	43.11	45.86	43.11	45.86	43.11	45.86
	全国標準偏差	6.89	6.80	6.89	6.80	6.89	6.80	6.89	6.80	6.89	6.80
立ち幅とび	平 均 値	156.75	162.88	163.56	172.13	158.00	165.33	158.85	165.26	163.79	170.71
	標 準 偏 差	19.03	11.58	17.49	17.44	6.56	11.85	20.13	21.68	14.96	19.26
	全 国 平 均	156.50	165.13	156.50	165.13	156.50	165.13	156.50	165.13	156.50	165.13
	全国標準偏差	18.87	21.20	18.87	21.20	18.87	21.20	18.87	21.20	18.87	21.20

②女子（表5-10）

		十日町		塩 尻		備 前		君 津		滑 川	
対象人数		10		11		4		18		8	
学年		5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次	5年時	6年次
握力	平均値	13.71	16.11	16.54	20.96	13.30	14.76	15.94	18.28	16.96	22.26
	標準偏差	2.24	2.90	4.01	3.56	2.22	3.69	3.59	3.98	3.01	3.13
	全国平均	16.28	19.27	16.28	19.27	16.28	19.27	16.28	19.27	16.28	19.27
	全国標準偏差	3.53	4.07	3.53	4.07	3.53	4.07	3.53	4.07	3.53	4.07
上体起こし	平均値	20.00	19.30	17.55	19.91	17.75	18.00	22.00	22.06	20.38	18.50
	標準偏差	4.69	3.37	5.30	5.39	1.71	2.31	3.31	5.29	2.72	3.46
	全国平均	18.36	20.21	18.36	20.21	18.36	20.21	18.36	20.21	18.36	20.21
	全国標準偏差	5.33	4.96	5.33	4.96	5.33	4.96	5.33	4.96	5.33	4.96
長座体前屈	平均値	34.50	38.60	33.23	38.77	34.25	31.25	35.50	40.75	31.44	37.56
	標準偏差	5.33	6.30	6.29	6.28	5.07	9.13	7.35	8.53	8.01	5.90
	全国平均	37.23	39.51	37.23	39.51	37.23	39.51	37.23	39.51	37.23	39.51
	全国標準偏差	8.15	8.40	8.15	8.40	8.15	8.40	8.15	8.40	8.15	8.40
反復横とび	平均値	43.60	43.50	41.55	48.09	45.75	41.00	43.33	45.61	41.38	42.38
	標準偏差	4.62	11.35	10.98	7.92	2.87	3.27	5.03	6.97	4.44	3.66
	全国平均	39.74	42.98	39.74	42.98	39.74	42.98	39.74	42.98	39.74	42.98
	全国標準偏差	7.10	6.17	7.10	6.17	7.10	6.17	7.10	6.17	7.10	6.17
立ち幅とび	平均値	150.00	149.60	149.73	154.00	151.75	150.00	149.33	158.28	156.88	158.75
	標準偏差	15.98	20.40	16.20	24.06	9.78	8.37	17.30	20.14	16.02	24.77
	全国平均	146.77	155.64	146.77	155.64	146.77	155.64	146.77	155.64	146.77	155.64
	全国標準偏差	19.23	20.18	19.23	20.18	19.23	20.18	19.23	20.18	19.23	20.18

---

平成25年度 水泳教室幼児学童コース体力測定結果分析書

平成26年3月

発行：公益財団法人体力づくり指導協会

〒136-0072 東京都江東区大島1丁目2番1号

電話03-5858-2111 FAX03-5858-2112

編集：公益財団法人体力づくり指導協会 企画管理室

---