

● 項目別得点表

小学校

● 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	40m 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 回以下	13.3 秒以上	84cm 以下	3m 以下

● 総合評価基準表

小学校

● 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種目全て実施した場合に合計得点で判定する。

● 項目別得点表

中学校

● 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 回以下	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

中学校

● 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 ～ 51	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 種目全て実施した場合に合計得点で判定する（持久走と 20m シャトルランは選択）。