

本学学生の体格と運動能力 Ⅲ

T - 得点表 (昭和 47 年度より 10 年間の平均値を基準とする)

T - 得点表

	身長 (cm)	体重 (Kg)	胸囲 (cm)	座高 (cm)	ローレル 指数	腹部 皮厚 (mm)				
人数(N)	2,826	2,821	2,816	2,825	2,823	2,816				
平均値(M)	158.5	55.5	82.8	86.0	139.2	12.2				
標準偏差(σ)	5.2	6.4	4.8	2.8	13.8	7.4				
100点	184.5~	87.5~	106.8~	100.1~	208	49				
99	184.0~	86.9~	106.3~	99.8~	207	48				
98	183.5~	86.2~	105.8~	99.5~	205~					
97	182.9~	85.6~	105.4~	99.3~	204	47				
96	182.4~	84.9~	104.9~	99.0~	202~					
95	181.9~	84.3~	104.4~	98.7~	201	46				
94	181.4~	83.7~	103.9~	98.4~	200	45				
93	180.9~	83.0~	103.4~	98.1~	198~	44				
92	180.3~	82.4~	103.0~	97.8~	197	43				
91	179.8~	81.7~	102.5~	97.6~	196					
90	179.3~	81.1~	102.0~	97.3~	194~	42				
89	178.8~	80.5~	101.5~	97.0~	193	41				
88	178.3~	79.8~	101.0~	96.7~	191~	40				
87	177.7~	79.2~	100.6~	96.4~	190					
86	177.2~	78.5~	100.1~	96.2~	189	39				
85	176.7~	77.9~	99.6~	96.0~	187~	38				
84	176.2~	77.3~	99.1~	95.6~	186	37				
83	175.7~	76.6~	98.6~	95.3~	185					
82	175.1~	76.0~	98.2~	95.0~	183~	36				
81	174.6~	75.3~	97.7~	94.7~	182	35				
80	174.1~	74.7~	97.2~	94.5~	180~	34				
79	173.6~	74.1~	96.7~	94.2~	179					
78	173.1~	73.4~	96.2~	93.9~	178	33				
77	172.5~	72.8~	95.8~	93.6~	176~	32				
76	172.0~	72.1~	95.3~	93.3~	175	31				
75	171.5~	71.5~	94.8~	93.1~	174					
74	171.0~	70.9~	94.3~	92.8~	172~	30				
73	170.5~	70.2~	93.8~	92.5~	171	29				
72	170.0~	69.6~	93.4~	92.2~	169~	28				
71	169.4~	68.9~	92.9~	91.9~	168					
70	168.9~	68.3~	92.4~	91.6~	167	27				
69	168.4~	67.7~	91.9~	91.4~	165~	26				
68	167.9~	67.0~	91.4~	91.1~	164					
67	167.3~	66.4~	91.0~	90.8~	162~	25				
66	166.8~	65.7~	90.5~	90.5~	161	24				
65	166.3~	65.1~	90.0~	90.2~	160	23				
64	165.8~	64.5~	89.5~	89.9~	158~					
63	165.3~	63.8~	89.0~	89.7~	157	22				
62	164.7~	63.2~	88.6~	89.4~	156	21				
61	164.2~	62.5~	88.1~	89.1~	154~	20				
60	163.7~	61.9~	87.6~	88.8~	153					
59	163.2~	61.3~	87.1~	88.5~	152	19				
58	162.7~	60.6~	86.6~	88.3~	151	18				
57	162.1~	60.0~	86.2~	88.0~	149~	17				
56	161.6~	59.3~	85.7~	87.7~	147~					
55	161.1~	58.7~	85.2~	87.4~	146	16				
54	160.6~	58.1~	84.7~	87.1~	145	15				
53	160.1~	57.4~	84.2~	86.8~	143~	14				
52	159.5~	56.8~	83.8~	86.6~	142					
51	159.0~	56.1~	83.3~	86.3~	141	13				

(体 格)

(東京女子体育大学1年生の昭47~56年までの10年間における平均値より)

	身長 (cm)	体重 (Kg)	胸囲 (cm)	座高 (cm)	ローレル 指数	腹部 皮厚 (mm)				
人数(N)	2,826	2,821	2,816	2,825	2,823	2,816				
平均値(M)	158.5	55.5	82.8	86.0	139.2	12.2				
標準偏差(σ)	5.2	6.4	4.8	2.8	13.8	7.4				
50点	158.5~	55.5~	82.8~	86.0~	139~	12				
49	158.0~	54.9~	82.3~	85.7~	138	11				
48	157.5~	54.2~	81.8~	85.4~	136~					
47	156.9~	53.6~	81.4~	85.2~	135	10				
46	156.4~	52.9~	80.9~	84.9~	133~	9				
45	155.9~	52.3~	80.4~	84.6~	132					
44	155.4~	51.7~	79.9~	84.3~	131	8				
43	154.9~	51.0~	79.4~	84.0~	129~	7				
42	154.3~	50.4~	79.0~	83.7~	128	6				
41	153.8~	49.7~	78.5~	83.5~	127					
40	153.3~	49.1~	78.0~	83.2~	125~	5				
39	152.8~	48.5~	77.5~	82.9~	124	4				
38	152.3~	47.8~	77.0~	82.6~	122~	3				
37	151.7~	47.2~	76.6~	82.3~	121					
36	151.2~	46.5~	76.1~	82.1~	120	2				
35	150.7~	45.9~	75.6~	81.8~	118~	1				
34	150.2~	45.3~	75.1~	81.5~	117					
33	149.7~	44.6~	74.6~	81.2~	116					
32	149.1~	44.0~	74.2~	80.9~	114~					
31	148.6~	43.4~	73.7~	80.6~	113					
30	148.1~	42.7~	73.2~	80.4~	111~					
29	147.6~	42.1~	72.7~	80.1~	110					
28	147.1~	41.4~	72.2~	79.8~	109					
27	146.5~	40.8~	71.8~	79.5~	107~					
26	146.0~	40.1~	71.3~	79.2~	106					
25	145.5~	39.5~	70.8~	79.0~	105					
24	145.0~	38.9~	70.3~	78.7~	103~					
23	144.5~	38.2~	69.8~	78.4~	102					
22	143.9~	37.6~	69.4~	78.1~	100~					
21	143.4~	36.9~	68.9~	77.8~	99					
20	142.9~	36.3~	68.4~	77.5~	98					
19	142.4~	35.7~	67.9~	77.3~	96~					
18	141.9~	35.0~	67.4~	77.0~	95					
17	141.3~	34.4~	67.0~	76.7~	93~					
16	140.8~	33.7~	66.5~	76.4~	92					
15	140.3~	33.1~	66.0~	76.1~	91					
14	139.8~	32.5~	65.5~	75.8~	89~					
13	139.3~	31.8~	65.0~	75.6~	88					
12	138.7~	31.2~	64.6~	75.3~	87					
11	138.2~	30.5~	64.1~	75.0~	85~					
10	137.7~	29.9~	63.6~	74.7~	84					
9	137.2~	29.3~	63.1~	74.4~	82~					
8	136.7~	28.6~	62.6~	74.2~	81					
7	136.1~	28.0~	62.2~	73.9~	80					
6	135.6~	27.3~	61.7~	73.6~	78~					
5	135.1~	26.7~	61.2~	73.3~	77					
4	134.6~	26.1~	60.7~	73.0~	76					
3	134.1~	25.4~	60.2~	72.7~	74~					
2	133.5~	24.8~	59.8~	72.5~	73					
1	133.0~	24.1~	59.3~	72.2~	72					

T - 得点表

	反復横 とび (回)	垂 直 とび (cm)	立位体 前屈 (cm)	伏臥上 体そら し (cm)	背筋力 (Kg)	握 力 (右) (Kg)	握 力 (左) (Kg)	踏み台 昇降運 動	50 m 走 (sec)	1,000 m走 (sec)	走り幅 とび (cm)	ハンド ボール 投げ (m)	斜め懸 垂腕屈 伸 (回)	肺活量 (cc)	片足立 ち片足 爪先立 ち (sec)
人 数(N)	2,746	2,799	2,822	2,809	2,816	2,828	2,833	2,763	2,545	1,982	2,284	2,578	2,585	2,307	2,296
平 均 値(M)	42.5	44.9	19.1	59.8	102.5	33.0	29.4	69.5	8.3	256	360	19.8	36.9	3,192	51.0
標 準 偏 差(σ)	3.6	5.8	5.5	6.1	17.2	4.9	4.9	14.1	0.45	27	35	3.24	14.3	488	26.6
100 点		74		90	189		54	140	6.0	~121	535~	36	108	5,630~	184~
99	60		46		187~	57		138~	6.1	~124	532~		107	5,580~	181~
98		73		89	185~		53	137		~126	528~		105	5,530~	179~
97		72	45		184	56		136	6.2	~129	525~	35	104	5,490~	176~
96	59			88	182~		52	134~		~132	521~		102	5,440~	173~
95		71	44		180~	55		133		~134	518~	34	101	5,390~	171~
94				87	178~		51	131~	6.3	~137	514~		100	5,340~	168~
93	58	70	43	86	176~	54		130		~140	511~		98	5,290~	165~
92		69	42		175		50	129	6.4	~143	507~		97	5,240~	163~
91				85	173~	53		127~		~145	504~	33	95	5,190~	160~
90	57	68	41	84	171~		49	126	6.5	~148	500~		94	5,140~	157~
89					170	52		124~		~151	497~		92	5,100~	155~
88	56	67	40	83	168~		48	123	6.6	~153	493~	32	91	5,050~	152~
87					166~	51		121~		~156	490~		90	5,000~	149~
86		66	39	82	164~		47	120		~157	486~		88	4,950~	147~
85	55	65		81	163	50		119	6.7	~161	483~	31	87	4,900~	144~
84			38		161~		46	117~		~164	479~		85	4,850~	141~
83		64	37	80	159~	49		116	6.8	~167	476~		84	4,800~	139~
82	54				158		45	114~		~170	472~		82	4,750~	136~
81		63	36	79	156~	48		113	6.9	~172	469~	30	81	4,700~	133~
80				78	154~		44	112		~175	465~		80	4,660~	131~
79	53	62	35		152~	47		110~	7.0	~178	462~		78	4,610~	128~
78		61		77	151		43	109		~180	458~	29	77	4,560~	125~
77			34	76	149~	46		107~	7.1	~183	455~		75	4,510~	123~
76	52	60			147~		42	106		~186	451~		74	4,460~	120~
75			33	75	146			105		~188	448~	28	72	4,410~	118~
74	51	59			144~	45	41	103~	7.2	~191	444~		71	4,360~	115~
73		58	32	74	142~			102		~194	441~		70	4,310~	112~
72			31	73	140~	44	40	100~	7.3	~197	437~	27	68	4,270~	110~
71	50	57			139~			99		~199	434~		67	4,220~	107~
70			30	72	137~	43	39	97~	7.4	~202	430~	26	65	4,170~	104~
69		56			135~			96		~205	427~		64	4,120~	102~
68	49		29	71	133~	42	38	95	7.5	~207	423~		62	4,070~	99~
67		55		70	132			93~		~210	420~		61	4,020~	96~
66		54	28		130~	41	37	92		~213	416~	25	60	3,970~	94~
65	48			69	128~			90~	7.6	~215	413~		58	3,920~	91~
64		53	27		127	40		89		~218	409~		57	3,880~	88~
63	47		26	68	125~		36	88	7.7	~221	406~	24	55	3,830~	86~
62		52		67	123~	39		86~		~224	402~		54	3,780~	83~
61		51	25		122		35	85	7.8	~226	399~		52	3,730~	80~
60	46			66	120~	38		83~		~229	395~	23	51	3,680~	78~
59		50	24	65	118~		34	82	7.9	~232	392~		50	3,630~	75~
58					116~	37		81		~234	388~		48	3,580~	72~
57	45	49	23	64	115		33	79~	8.0	~237	385~	22	47	3,530~	70~
56					113~	36		78		~240	381~		45	3,480~	67~
55		48	22	63	111~		32	76~		~242	378~		44	3,440~	64~
54	44	47		62	109~	35		75	8.1	~245	374~	21	42	3,390~	62~
53			21		108		31	74		~248	371~		41	3,340~	59~
52		46	20	61	106~	34		72~	8.2	~251	367~		40	3,290~	56~
51	43				104~		30	71		~253	364~	20	38	3,240~	54~

(運動能力)

	反復横 とび (回)	垂 直 とび (cm)	立位体 前屈 (cm)	伏臥上 体そら し (cm)	背筋力 (Kg)	握 力 (右) (Kg)	握 力 (左) (Kg)	踏み台 昇降運 動	50m 走 (sec)	1,000 m走 (sec)	走り幅 とび (cm)	ハンド ボール 投げ (m)	斜め懸 垂腕屈 伸 (回)	肺活量 (cc)	片足立 ち片足 先立ち (sec)
人 数(N)	2,746	2,799	2,822	2,809	2,816	2,828	2,833	2,763	2,545	1,982	2,284	2,578	2,585	2,307	2,296
平 均 値(M)	42.5	44.9	19.1	59.8	102.5	33.0	29.4	69.5	8.3	256	360	19.8	36.9	3,192	51.0
標 準 偏 差(σ)	3.6	5.8	5.5	6.1	17.2	4.9	4.9	14.1	0.45	27	35	3.24	14.3	488	26.6
50 点		45	19	60	103	33		69~	8.3	~256	360~		36~	3,190~	51~
49	42			59	101~		29	68		~259	357~		35	3,140~	48~
48		44	18		99~	32		66~	8.4	~261	353~	19	34	3,090~	46~
47		43		58	97~		28	65		~264	350~		32~	3,050~	43~
46	41		17		96	31		64		~267	346~		31	3,000~	40~
45		42		57	94~		27	62~	8.5	~269	343~	18	30	2,950~	38~
44			16	56	92~	30		61		~272	339~		28	2,900~	35~
43	40	41	15		90~		26	59~	8.6	~275	336~		27	2,850~	32~
42				55	89	29		58		~278	332~		25	2,800~	30~
41		40	14		87~		25	57	8.7	~280	329~	17	24	2,750~	27~
40	39	39		54	85~	28		55~		~283	325~		22	2,700~	24~
39			13	53	84		24	54	8.8	~286	322~		21	2,660~	22~
38	38	38			82~	27		52~		~288	318~	16	20	2,610~	19~
37			12	52	80~		23	51	8.9	~291	315~		18	2,560~	16~
36		37		51	78~	26		50		~294	311~		17	2,510~	14~
35	37	36	11		77		22	48~		~296	308~	15	15	2,460~	11~
34				50	75~	25		47	9.0	~299	304~		14	2,410~	9~
33		35	10		73~		21	45~		~302	301~		12	2,360~	6~
32	36		9	49	72	24		44	9.1	~305	297~	14	11	2,310~	3~
31		34		48	70~		20	43		~307	294~		10	2,260~	0~
30			8		68~	23		41~	9.2	~310	290~		8	2,220~	
29	35	33		47	66~		19	40		~313	287~	13	7	2,170~	
28		32	7		65	22		38~	9.3	~315	283~		5	2,120~	
27				46	63~		18	37		~318	280~		4	2,070~	
26	34	31	6	45	61~	21		35~	9.4	~321	276~	12	2	2,020~	
25					60		17	34		~323	273~		1	1,970~	
24	33	30	5	44	58~			33		~326	269~			1,920~	
23		29	4		56~	20	16	31~	9.5	~329	266~	11		1,870~	
22				43	54~			30		~332	262~			1,830~	
21	32	28	3	42	53	19	15	28~	9.6	~334	259~			1,780~	
20					51~			27		~337	255~	10		1,730~	
19		27	2	41	49~	18	14	26	9.7	~340	252~			1,680~	
18	31			40	47~			24~		~342	248~			1,630~	
17		26	1		46	17	13	23	9.8	~345	245~	9		1,580~	
16		25		39	44~			21~		~348	241~			1,530~	
15	30		0		42~	16		20		~350	238~			1,480~	
14		24		38	41		12	19	9.9	~353	234~	8		1,440~	
13	29		-1	37	39~	15		17~		~356	231~			1,390~	
12		23	-2		37~		11	16	10.0	~359	227~			1,340~	
11		22		36	35~	14		14~		~361	224~			1,290~	
10	28		-3		34~		10	13	10.1	~364	220~	7		1,240~	
9		21		35	32~	13		11~		~367	217~			1,190~	
8			-4	34	30~		9	10	10.2	~369	213~			1,140~	
7	27	20			29	12		9		~371	210~	6		1,090~	
6			-5	33	27~		8	7~	10.3	~375	206~			1,040~	
5		19			25~	11		6		~377	203~			1,000~	
4	26	18	-6	32	23~		7	4~		~380	199~	5		950~	
3			-7	31	22	10		3	10.4	~383	196~			900~	
2		17			20~		6	2		~386	192~			850~	
1	25	16	-8	30	18~	9		0~	10.5	~388	189~	4		800~	