

令和5年度全国の体力・運動能力調査(全国の値)

1. 年齢別テストの結果

表-1-1

年齢	握力 (kg)						上体起こし (回)						長座体前屈 (cm)					
	男子			女子			男子			女子			男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
6	1090	9.17	2.21	1089	8.56	1.97	1115	11.47	5.41	1109	11.07	5.16	1116	26.70	7.08	1113	28.87	7.20
7	1091	10.83	2.47	1084	10.16	2.31	1109	14.40	5.66	1096	13.69	5.32	1110	28.14	6.99	1093	30.78	7.27
8	1097	12.51	2.92	1092	11.89	2.71	1123	15.82	5.82	1110	15.24	5.21	1106	29.36	7.17	1091	32.51	7.27
9	1100	14.43	3.16	1097	14.02	3.15	1115	17.91	5.63	1106	17.32	5.04	1120	31.55	7.27	1120	35.23	7.95
10	1098	16.72	3.69	1103	16.56	3.72	1110	19.95	5.53	1105	18.89	4.79	1117	33.63	8.10	1117	38.40	8.08
11	1095	19.88	4.79	1101	19.36	4.18	1112	22.07	5.36	1112	19.89	5.11	1112	36.20	8.54	1117	40.92	9.30
12	1345	<u>24.30</u>	6.15	1349	<u>21.93</u>	4.60	1363	<u>23.48</u>	5.44	1367	<u>20.76</u>	5.55	1365	<u>41.68</u>	9.74	1375	<u>44.04</u>	9.70
13	1351	<u>30.24</u>	7.32	1349	<u>23.90</u>	4.54	1361	<u>26.42</u>	5.54	1370	<u>22.18</u>	5.69	1373	<u>45.16</u>	10.50	1371	<u>46.51</u>	10.15
14	1359	<u>34.77</u>	7.56	1358	<u>25.20</u>	4.63	1389	<u>29.00</u>	5.69	1383	<u>23.46</u>	5.91	1390	<u>49.40</u>	10.50	1382	<u>48.63</u>	10.31
15	1404	36.83	7.27	1403	25.05	4.75	1420	27.80	5.91	1419	21.80	5.96	1431	47.04	11.27	1430	47.43	10.49
16	1415	39.32	7.72	1404	26.08	4.85	1426	29.27	6.34	1420	23.01	6.22	1433	49.75	11.31	1428	48.78	10.45
17	1411	40.52	7.82	1400	26.53	4.85	1427	30.15	6.40	1423	23.62	6.58	1435	51.50	11.77	1432	49.58	10.63
18	1099	39.26	7.22	1071	25.87	4.44	1092	29.18	6.00	1074	22.68	5.82	1097	48.82	10.85	1072	47.59	9.93
19	663	39.96	7.23	710	26.13	4.38	669	29.65	5.85	712	22.92	5.42	659	49.97	11.69	707	47.84	10.04
20-24	1013	44.11	7.49	852	26.84	4.65	1016	28.37	5.46	847	21.18	5.86	1018	44.57	10.16	846	45.21	9.33
25-29	975	45.60	7.42	783	27.66	4.97	974	28.05	5.28	771	20.14	5.95	981	43.97	10.49	772	44.05	9.62
30-34	1068	45.67	7.57	832	27.78	4.81	1047	26.87	5.62	820	18.39	5.85	1057	42.93	10.85	831	43.32	9.43
35-39	1280	46.28	7.10	1174	28.13	4.62	1241	25.75	5.48	1133	17.02	5.52	1276	41.73	10.32	1157	42.93	9.40
40-44	1253	45.78	7.05	1300	28.16	4.70	1228	23.77	5.44	1250	16.08	5.18	1248	40.12	10.90	1276	40.88	9.64
45-49	1279	45.30	6.68	1268	27.84	4.51	1250	22.46	5.39	1226	15.33	5.46	1271	38.54	10.53	1249	41.55	9.31
50-54	1151	44.31	6.59	1138	27.05	4.55	1137	21.85	5.30	1117	14.04	5.88	1150	38.06	9.91	1130	40.73	9.11
55-59	879	43.41	6.40	1018	26.78	4.34	867	20.54	5.62	1004	13.64	5.83	877	37.12	10.38	1002	41.47	8.61
60-64	951	41.94	6.05	1078	26.08	4.18	926	19.12	5.61	1059	12.59	5.97	950	36.75	10.05	1079	41.25	8.57
65-69	931	39.36	5.88	940	25.08	3.87	912	16.18	6.24	940	10.44	5.94	929	35.27	10.23	940	40.67	8.98
70-74	928	37.50	6.03	940	23.75	4.01	905	14.45	6.45	940	8.72	6.20	917	33.86	10.90	940	39.52	8.86
75-79	814	35.07	5.77	940	22.80	3.95	781	12.30	6.93	940	7.93	6.29	806	33.34	10.91	940	38.32	8.80

令和5年度全国の体力・運動能力調査(全国の値)

表-1-2

年齢	反復横とび (点)						20mシャトルラン (折り返し数)						持久走・急歩 (秒)					
	男子			女子			男子			女子			男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
6	1099	27.65	5.24	1088	26.92	4.93	1095	18.97	9.81	1086	15.70	6.55	-	-	-	-	-	-
7	1100	31.12	6.36	1085	30.07	5.59	1108	28.01	13.67	1093	20.93	9.44	-	-	-	-	-	-
8	1109	34.51	7.69	1098	33.19	7.04	1121	35.44	17.10	1110	27.43	12.21	-	-	-	-	-	-
9	1109	38.47	7.41	1109	36.76	7.05	1125	43.91	19.11	1121	33.12	14.83	-	-	-	-	-	-
10	1119	42.13	7.33	1120	40.37	6.98	1126	50.40	21.65	1122	40.24	16.39	-	-	-	-	-	-
11	1112	45.55	7.18	1110	42.66	6.48	1118	59.46	22.76	1113	44.43	17.93	-	-	-	-	-	-
<u>12</u>	1349	<u>49.80</u>	7.05	1358	<u>45.77</u>	6.10	1104	<u>68.91</u>	24.19	1100	<u>48.37</u>	19.20	289	426.39	62.15	282	304.56	39.23
<u>13</u>	1364	<u>53.02</u>	7.53	1366	<u>47.12</u>	6.29	1120	<u>82.63</u>	23.51	1126	<u>53.74</u>	20.36	297	388.55	52.91	271	292.56	41.54
<u>14</u>	1379	<u>55.88</u>	7.38	1387	<u>48.35</u>	6.39	1126	<u>90.43</u>	24.14	1129	<u>53.82</u>	19.37	286	379.35	53.43	272	289.14	38.95
15	1418	55.38	7.52	1421	47.13	6.38	1067	77.69	26.12	1060	44.83	18.17	356	388.55	54.32	357	309.01	42.31
16	1434	56.93	7.80	1421	47.95	6.47	1101	85.50	27.86	1067	46.80	19.81	344	368.23	52.84	361	300.48	39.86
17	1431	57.47	7.81	1430	48.01	6.92	1074	83.78	28.57	1058	46.11	19.88	367	371.23	54.09	369	296.23	43.52
18	1091	57.18	7.75	1063	47.75	6.67	785	74.01	26.12	702	40.36	16.12	312	401.75	57.78	367	324.54	41.29
19	776	56.29	8.02	752	46.72	6.77	430	73.48	25.67	457	39.42	15.03	220	409.33	60.64	231	323.59	41.83
20-24	1001	55.03	7.50	819	46.51	6.78	819	69.23	24.06	644	37.73	15.65	132	690.10	110.23	138	520.93	55.06
25-29	967	54.50	7.27	760	44.96	6.95	794	66.70	23.45	579	34.28	14.04	134	685.09	104.48	144	534.61	52.59
30-34	1038	52.51	7.26	803	43.55	6.52	813	57.93	23.52	589	30.21	12.78	157	686.16	97.99	150	532.28	46.91
35-39	1227	50.55	6.99	1107	41.70	6.26	924	56.89	23.65	778	26.10	11.62	180	699.53	85.01	177	536.62	45.86
40-44	1213	48.21	6.93	1225	40.62	6.35	886	50.85	22.50	821	24.51	11.44	202	724.38	83.79	222	541.50	55.10
45-49	1242	46.86	6.62	1209	40.38	6.01	933	46.16	21.30	827	24.24	11.17	216	733.78	97.23	236	544.02	56.67
50-54	1121	45.36	6.71	1084	39.30	6.09	801	40.30	18.78	735	22.16	10.89	229	746.35	99.89	250	542.22	60.83
55-59	859	44.08	6.21	985	38.26	5.71	622	35.12	17.51	684	20.25	10.34	191	741.63	106.81	216	547.32	61.26
60-64	922	42.07	6.47	1027	37.12	5.98	694	29.89	15.84	709	17.11	8.97	184	773.10	91.59	246	555.65	62.90

令和5年度全国の体力・運動能力調査(全国の値)

表-1-3

年齢	50m走 (秒)						立ち幅とび (cm)						ソフトボール投げ・ハンドボール投げ (m)					
	男子			女子			男子			女子			男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
6	1090	11.43	1.00	1095	11.79	0.99	1123	117.36	18.15	1121	108.49	17.60	1118	8.44	3.31	1113	5.77	1.91
7	1098	10.65	0.83	1078	10.99	0.85	1124	127.40	18.44	1114	117.82	17.74	1117	11.80	4.54	1101	7.59	2.50
8	1102	10.12	0.86	1108	10.48	0.87	1112	135.68	19.33	1110	127.78	18.20	1120	14.89	5.98	1100	9.43	3.08
9	1119	9.70	0.87	1125	9.97	0.81	1120	144.48	19.11	1119	137.53	19.16	1123	18.47	6.96	1114	11.83	3.87
10	1122	9.34	0.91	1123	9.56	0.82	1118	154.62	20.94	1120	147.39	20.61	1127	21.87	8.36	1112	13.78	4.62
11	1126	8.85	0.90	1126	9.21	0.77	1127	166.70	22.75	1125	155.26	21.19	1126	25.80	9.37	1119	15.76	5.37
<u>12</u>	1351	<u>8.42</u>	0.75	1361	<u>9.02</u>	0.75	1365	<u>184.99</u>	24.95	1355	<u>167.52</u>	22.01	1375	<u>18.34</u>	5.30	1376	<u>11.66</u>	3.90
<u>13</u>	1363	<u>7.82</u>	0.66	1378	<u>8.78</u>	0.73	1360	<u>203.14</u>	25.13	1366	<u>172.45</u>	22.42	1373	<u>21.41</u>	5.92	1374	<u>13.22</u>	4.22
<u>14</u>	1390	<u>7.46</u>	0.62	1387	<u>8.73</u>	0.76	1376	<u>216.86</u>	23.69	1372	<u>174.37</u>	23.33	1386	<u>24.23</u>	6.14	1390	<u>14.12</u>	4.63
15	1404	7.47	0.63	1394	8.95	0.79	1400	217.84	24.61	1413	169.73	23.56	1433	23.53	6.08	1427	13.36	4.33
16	1423	7.31	0.63	1395	8.89	0.83	1427	223.57	25.49	1429	171.43	23.98	1440	24.79	6.49	1427	13.82	4.32
17	1416	7.24	0.59	1397	8.89	0.85	1426	227.13	24.94	1434	172.06	24.64	1437	25.84	6.80	1427	14.25	4.44
18	1080	7.44	0.64	1047	9.12	0.79	1086	226.36	25.12	1069	167.98	21.52	1096	24.25	6.41	1072	13.38	3.94
19	762	7.40	0.61	750	9.14	0.75	764	225.19	24.98	757	167.34	21.57	649	24.72	6.52	689	13.76	3.92
20-24	-	-	-	-	-	-	1006	224.57	25.22	831	167.28	22.84	-	-	-	-	-	-
25-29	-	-	-	-	-	-	970	221.83	23.95	770	163.16	23.18	-	-	-	-	-	-
30-34	-	-	-	-	-	-	1047	215.43	23.69	819	158.16	22.13	-	-	-	-	-	-
35-39	-	-	-	-	-	-	1250	211.59	23.05	1151	153.80	21.74	-	-	-	-	-	-
40-44	-	-	-	-	-	-	1229	202.66	22.44	1264	149.02	21.42	-	-	-	-	-	-
45-49	-	-	-	-	-	-	1244	196.02	22.20	1233	146.62	21.72	-	-	-	-	-	-
50-54	-	-	-	-	-	-	1125	190.63	22.96	1105	139.68	22.86	-	-	-	-	-	-
55-59	-	-	-	-	-	-	854	183.46	22.68	1001	135.71	21.40	-	-	-	-	-	-
60-64	-	-	-	-	-	-	924	174.85	22.65	1046	129.95	22.00	-	-	-	-	-	-

(注)6～11歳はソフトボール投げ、12～19歳はハンドボール投げ

令和5年度体力テスト測定項目の県平均値

性別	校種	学年	平均値								得点 合計
			<u>握力</u>	<u>上体 起こし</u>	<u>長座 体前屈</u>	<u>反復 横とび</u>	<u>20mシヤ トルラン</u>	<u>50m走</u>	<u>立ち 幅とび</u>	<u>ボール 投げ</u>	
			(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	
男子	小学校	1	9.04	12.58	27.02	27.22	20.59	11.64	115.38	8.05	31.34
		2	10.54	15.46	28.92	31.12	29.68	10.74	125.86	10.98	38.22
		3	12.43	17.60	31.56	34.87	36.75	10.16	136.68	14.07	44.33
		4	14.35	18.90	34.02	38.36	42.61	9.74	144.31	17.15	49.35
		5	16.69	20.40	36.42	41.97	49.50	9.37	153.96	20.23	54.77
		6	20.00	22.03	39.19	44.74	56.41	8.97	164.41	23.36	60.25
	中学校	1	<u>24.51</u>	<u>24.00</u>	<u>43.25</u>	<u>48.25</u>	<u>65.31</u>	<u>8.49</u>	<u>180.88</u>	<u>17.67</u>	35.35
		2	<u>30.20</u>	<u>26.89</u>	<u>47.33</u>	<u>52.01</u>	<u>80.47</u>	<u>7.83</u>	<u>199.69</u>	<u>21.08</u>	44.34
		3	<u>34.85</u>	<u>28.80</u>	<u>50.39</u>	<u>54.51</u>	<u>87.57</u>	<u>7.43</u>	<u>212.92</u>	<u>23.79</u>	50.70
	高等学校 (全日制)	1	36.33	28.07	48.49	56.22	80.81	7.48	215.34	22.91	49.42
		2	38.40	29.16	49.78	57.21	85.34	7.34	221.34	24.34	52.50
		3	40.09	30.32	51.82	58.37	87.54	7.23	225.09	25.52	55.20
	高等学校 (定時制)	1	34.99	22.48	44.74	47.18	54.96	8.11	197.47	19.43	38.28
		2	37.67	22.56	43.13	48.50	58.66	8.03	202.54	20.94	40.46
		3	38.57	24.61	44.61	50.70	63.04	7.85	208.64	22.03	43.93
		4	37.21	23.03	43.03	43.90	48.26	8.40	201.23	21.08	37.34
女子	小学校	1	8.53	12.12	29.30	26.45	17.30	11.90	108.47	5.80	31.73
		2	9.98	14.72	31.79	30.21	23.78	11.03	118.50	7.64	39.01
		3	11.79	17.00	34.66	33.77	29.20	10.44	128.64	9.71	45.56
		4	13.83	18.30	37.75	37.14	34.94	9.98	137.72	11.85	51.37
		5	16.65	19.80	40.94	40.50	41.90	9.54	147.10	14.11	57.50
		6	19.69	20.79	44.24	42.63	45.76	9.21	154.58	15.72	62.09
	中学校	1	<u>21.61</u>	<u>20.97</u>	<u>46.51</u>	<u>44.08</u>	<u>47.68</u>	<u>9.03</u>	<u>160.84</u>	<u>11.53</u>	44.77
		2	<u>23.85</u>	<u>22.67</u>	<u>49.29</u>	<u>46.10</u>	<u>53.68</u>	<u>8.75</u>	<u>167.49</u>	<u>13.05</u>	50.34
		3	<u>25.26</u>	<u>23.66</u>	<u>51.76</u>	<u>46.89</u>	<u>54.13</u>	<u>8.64</u>	<u>171.02</u>	<u>14.05</u>	53.17
	高等学校 (全日制)	1	25.05	22.61	49.77	48.19	47.22	8.91	168.84	13.11	50.18
		2	25.74	23.12	50.82	48.46	47.53	8.94	170.35	13.72	51.45
		3	26.19	23.88	52.50	49.06	48.21	8.93	171.10	14.06	52.78
	高等学校 (定時制)	1	23.22	16.92	45.78	40.18	29.86	9.84	151.04	10.62	37.10
		2	24.83	16.96	45.66	40.93	27.40	9.96	149.33	10.94	37.91
		3	25.41	18.19	43.32	42.38	28.54	9.81	150.98	11.47	38.90
		4	25.70	20.03	47.10	42.07	26.30	9.69	157.83	12.33	41.00