

令和6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	1126	8.92	2.10	1120	8.42	1.96	1123	11.62	5.25	1125	11.07	5.11	1099	26.42	7.47	1097	29.06	7.13
7	1124	10.47	2.51	1125	9.95	2.35	1122	14.20	5.41	1121	13.18	5.23	1097	28.41	7.00	1096	30.94	7.21
8	1126	12.36	2.78	1124	11.65	2.63	1126	16.19	5.86	1111	16.12	5.22	1089	30.41	7.41	1082	33.18	7.34
9	1122	14.30	3.17	1127	13.58	3.01	1112	18.17	5.54	1107	17.10	5.20	1085	31.87	7.93	1095	35.17	7.96
10	1119	16.09	3.61	1123	15.99	3.70	1118	19.81	5.45	1108	18.86	5.11	1092	33.41	8.36	1100	38.34	8.57
11	1126	19.31	4.62	1127	19.36	4.31	1116	22.45	5.55	1121	20.15	5.16	1096	36.48	8.66	1096	41.21	9.04
12	1389	<u>24.29</u>	6.23	1395	<u>21.45</u>	4.53	1374	<u>23.81</u>	5.51	1364	<u>20.10</u>	5.41	1352	<u>41.72</u>	10.14	1354	<u>44.65</u>	10.38
13	1399	<u>29.46</u>	7.32	1395	<u>23.58</u>	4.66	1381	<u>26.72</u>	5.66	1383	<u>22.07</u>	5.52	1369	<u>45.21</u>	10.49	1361	<u>46.46</u>	10.10
14	1397	<u>34.41</u>	7.43	1398	<u>25.29</u>	4.58	1391	<u>29.02</u>	5.69	1385	<u>23.92</u>	5.80	1368	<u>48.99</u>	11.24	1364	<u>49.79</u>	10.05
15	1451	36.95	7.08	1429	25.28	4.73	1440	27.93	6.01	1418	21.75	5.93	1414	48.12	11.63	1396	47.79	10.53
16	1442	38.89	7.49	1430	25.98	4.64	1439	29.45	6.35	1417	23.11	6.21	1404	50.18	11.61	1399	48.94	10.94
17	1445	40.68	7.72	1426	26.56	4.89	1441	30.64	6.47	1416	23.26	6.67	1406	52.14	11.49	1387	50.44	10.30
18	1069	40.35	7.05	1051	25.99	4.61	1065	28.76	5.96	1043	22.80	6.11	1064	47.88	11.66	1046	48.42	10.28
19	898	40.66	6.89	778	26.90	4.68	896	29.06	5.91	772	23.29	5.53	898	49.06	11.09	772	49.85	10.24
20-24	1059	44.68	7.35	797	27.22	4.79	1062	28.62	5.68	795	21.18	5.68	1055	44.94	10.06	785	45.59	9.64
25-29	1064	45.90	7.58	776	27.63	4.97	1054	28.07	5.61	767	20.18	5.78	1061	44.25	10.76	765	44.87	9.54
30-34	1029	46.29	7.70	843	28.01	4.72	1013	26.90	5.44	814	18.81	5.68	1021	42.97	10.77	828	43.07	9.19
35-39	1296	45.73	7.14	1115	28.13	4.71	1253	25.82	5.55	1058	17.21	5.50	1270	41.46	10.49	1084	42.42	10.02
40-44	1309	45.47	7.13	1285	28.26	4.64	1254	23.82	5.33	1238	16.13	5.38	1274	39.26	11.00	1252	41.10	9.93
45-49	1313	45.10	6.81	1266	27.90	4.65	1269	22.79	5.33	1230	15.22	5.60	1295	39.00	10.69	1241	40.74	9.63
50-54	1119	44.39	6.69	1146	27.09	4.54	1086	21.70	5.34	1120	14.50	5.84	1106	38.33	10.18	1126	41.59	9.36
55-59	881	43.49	6.37	1000	26.49	4.19	854	20.60	5.58	978	13.12	6.25	877	37.32	10.38	983	41.10	9.06
60-64	934	41.91	6.18	1027	25.85	4.05	901	19.30	5.79	1004	12.24	5.93	925	36.60	10.76	1003	40.97	9.13
65-69	915	39.30	5.96	938	25.23	4.08	878	15.90	6.23	934	10.45	6.15	902	35.42	10.48	939	40.27	8.89
70-74	931	37.67	5.87	940	23.90	3.90	908	14.51	6.26	940	9.55	6.12	929	34.65	10.63	940	39.39	8.95
75-79	856	35.13	5.78	940	22.72	3.77	813	12.59	6.92	940	8.21	6.25	838	33.83	11.51	940	38.96	9.33

令和6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	1091	27.23	5.12	1084	26.35	4.90	1096	17.95	9.35	1092	15.29	6.56	-	-	-	-	-	-
7	1099	31.06	6.43	1086	29.57	5.77	1124	27.26	13.76	1111	21.30	9.04	-	-	-	-	-	-
8	1099	34.52	7.66	1095	32.92	6.96	1125	34.85	17.12	1111	27.59	12.47	-	-	-	-	-	-
9	1099	39.07	7.42	1095	37.08	7.06	1121	43.71	19.49	1119	33.63	14.89	-	-	-	-	-	-
10	1094	42.07	7.59	1103	40.38	6.93	1121	50.51	21.22	1124	40.01	16.40	-	-	-	-	-	-
11	1095	45.91	7.25	1102	42.95	6.49	1124	59.96	22.23	1117	45.55	17.90	-	-	-	-	-	-
12	1335	50.18	6.73	1343	45.77	6.30	1101	67.81	24.95	1095	47.39	19.27	392	423.77	59.96	406	313.36	42.99
13	1360	53.43	7.20	1359	47.05	6.62	1110	83.12	24.87	1109	54.17	20.52	402	390.05	52.54	391	298.12	41.84
14	1362	56.57	7.15	1356	48.80	6.35	1091	90.60	24.31	1110	56.06	19.53	415	377.90	53.58	389	294.53	42.16
15	1411	55.77	7.53	1381	47.77	6.54	1122	79.87	26.02	1113	45.95	18.88	397	388.55	57.01	384	308.51	40.71
16	1403	57.19	8.15	1393	48.56	6.86	1084	85.07	27.95	1089	48.27	20.75	431	372.16	54.13	413	305.02	46.60
17	1403	57.85	7.70	1383	48.39	6.60	1098	86.35	28.26	1088	48.26	20.58	408	365.05	51.87	396	310.24	48.56
18	1059	57.78	7.46	1039	48.92	6.29	772	78.51	25.74	822	45.16	17.62	312	408.08	56.04	242	315.15	37.95
19	896	58.61	6.77	775	49.49	5.63	500	83.58	24.97	507	43.92	15.83	403	417.00	63.85	276	325.76	44.16
20-24	1051	55.43	7.72	784	46.29	6.91	843	71.30	24.51	594	38.16	15.69	192	702.20	116.65	162	532.51	56.93
25-29	1057	54.25	7.49	753	45.64	6.60	842	66.08	24.56	570	34.59	14.60	196	690.46	93.97	158	527.61	52.22
30-34	997	52.21	7.01	784	43.30	6.60	780	59.10	24.52	575	30.05	12.92	183	702.39	98.86	153	535.22	50.62
35-39	1239	50.23	7.09	1029	41.87	6.39	965	56.72	24.14	751	27.66	12.44	192	714.19	96.39	165	541.13	48.46
40-44	1235	48.11	6.88	1185	40.83	6.27	967	51.76	21.91	863	25.27	10.87	196	721.80	94.23	200	537.37	49.23
45-49	1237	46.84	6.74	1197	40.05	6.10	957	45.99	21.03	854	23.24	11.19	218	727.73	94.11	236	542.11	52.97
50-54	1072	45.65	6.70	1099	39.47	6.31	813	40.62	19.00	767	22.15	10.87	197	729.39	103.62	242	547.71	50.22
55-59	835	43.77	6.54	945	38.40	5.99	601	34.69	17.08	649	20.69	10.38	201	742.35	98.82	226	543.95	58.77
60-64	885	42.29	6.57	972	36.86	6.04	649	31.74	16.81	641	17.37	8.81	190	754.63	100.05	225	546.83	55.29

令和6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	1085	11.59	1.04	1083	11.95	1.02	1100	116.02	17.05	1099	108.22	16.39	1096	8.34	3.30	1094	5.69	1.94
7	1096	10.69	0.87	1090	11.07	0.89	1102	126.53	18.30	1099	117.90	16.56	1099	11.80	4.85	1081	7.37	2.40
8	1115	10.19	0.93	1099	10.43	0.90	1099	135.44	18.94	1100	128.02	17.49	1102	15.05	5.97	1072	9.47	3.07
9	1117	9.70	0.85	1117	10.04	0.85	1096	145.59	18.52	1087	136.04	18.39	1097	18.95	7.21	1085	11.57	3.82
10	1112	9.38	0.92	1122	9.64	0.87	1092	154.01	20.71	1100	145.38	19.89	1093	21.67	8.14	1088	13.56	4.61
11	1120	8.90	0.85	1117	9.24	0.81	1100	166.56	22.59	1099	155.61	21.77	1101	25.67	9.47	1081	15.68	5.39
12	1354	<u>8.41</u>	0.79	1375	<u>9.07</u>	0.77	1349	<u>187.07</u>	25.84	1349	<u>166.43</u>	22.66	1354	<u>18.38</u>	5.36	1357	<u>11.43</u>	3.92
13	1361	<u>7.82</u>	0.69	1381	<u>8.80</u>	0.79	1358	<u>203.20</u>	25.14	1354	<u>172.38</u>	24.02	1374	<u>21.36</u>	6.30	1356	<u>13.14</u>	4.42
14	1393	<u>7.47</u>	0.62	1388	<u>8.66</u>	0.74	1359	<u>216.97</u>	24.00	1368	<u>176.79</u>	23.33	1372	<u>23.96</u>	6.57	1368	<u>14.38</u>	4.61
15	1424	7.45	0.64	1401	8.93	0.79	1396	221.15	24.31	1387	170.91	23.02	1422	23.87	6.24	1398	13.52	4.33
16	1416	7.31	0.61	1380	8.86	0.83	1396	225.29	25.17	1400	172.93	23.53	1409	25.21	6.59	1399	14.06	4.49
17	1422	7.21	0.64	1382	8.89	0.82	1406	230.05	25.28	1390	173.28	23.20	1408	26.16	6.68	1388	14.40	4.43
18	1056	7.42	0.57	1033	9.19	0.79	1063	225.96	23.45	1043	168.63	21.84	1063	23.97	6.32	1047	13.22	3.82
19	896	7.34	0.57	739	9.00	0.76	896	227.99	23.94	772	169.71	21.74	895	24.57	6.34	740	14.28	4.04
20-24	-	-	-	-	-	-	1053	226.35	24.62	795	167.66	22.58	-	-	-	-	-	-
25-29	-	-	-	-	-	-	1063	222.45	24.18	762	165.31	22.77	-	-	-	-	-	-
30-34	-	-	-	-	-	-	1010	215.99	23.86	818	159.17	22.75	-	-	-	-	-	-
35-39	-	-	-	-	-	-	1250	210.67	23.11	1079	152.81	22.88	-	-	-	-	-	-
40-44	-	-	-	-	-	-	1274	202.49	23.51	1239	149.52	22.32	-	-	-	-	-	-
45-49	-	-	-	-	-	-	1255	196.27	22.99	1230	144.79	22.19	-	-	-	-	-	-
50-54	-	-	-	-	-	-	1085	192.20	22.26	1111	140.23	22.81	-	-	-	-	-	-
55-59	-	-	-	-	-	-	849	182.79	21.53	961	136.72	22.93	-	-	-	-	-	-
60-64	-	-	-	-	-	-	894	174.45	24.23	986	129.48	22.62	-	-	-	-	-	-

(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6年度体カ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シャ 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	8.88	12.84	26.85	27.22	20.49	11.68	114.96	8.18	31.20
		2	10.52	15.37	28.90	31.18	29.46	10.83	125.42	11.25	38.07
		3	12.34	17.92	31.38	35.05	37.21	10.19	135.54	14.53	44.36
		4	14.31	19.45	33.76	39.03	44.08	9.76	144.92	17.67	49.92
		5	16.64	20.62	36.40	42.29	49.72	9.38	153.39	20.77	54.84
		6	19.86	22.43	39.17	45.10	56.66	8.95	164.49	23.89	60.52
	<u>中学校</u>	<u>1</u>	<u>24.42</u>	<u>24.12</u>	<u>43.42</u>	<u>48.37</u>	<u>64.66</u>	<u>8.45</u>	<u>182.82</u>	<u>17.78</u>	35.67
		<u>2</u>	<u>30.05</u>	<u>27.17</u>	<u>47.50</u>	<u>52.32</u>	<u>80.77</u>	<u>7.80</u>	<u>199.51</u>	<u>21.19</u>	44.53
		<u>3</u>	<u>34.87</u>	<u>29.19</u>	<u>51.16</u>	<u>54.91</u>	<u>87.19</u>	<u>7.42</u>	<u>213.84</u>	<u>23.90</u>	51.18
	高等学校 (全日制)	1	36.61	28.09	48.16	56.47	79.95	7.48	216.32	23.12	49.47
		2	38.53	29.16	50.35	57.40	85.39	7.37	221.91	24.37	52.62
		3	39.85	30.02	51.63	58.24	86.15	7.28	225.19	25.54	54.67
	高等学校 (定時制)	1	34.51	21.52	40.51	45.43	49.85	8.15	186.19	19.35	35.16
		2	36.89	23.62	44.53	49.47	59.95	7.90	197.15	20.23	41.06
		3	39.10	23.65	44.38	49.85	59.58	7.89	202.39	22.05	42.72
		4	36.01	24.16	40.36	50.58	48.97	7.99	199.88	21.58	40.86
女子	小学校	1	8.37	12.17	29.10	26.32	17.05	11.97	107.86	5.86	31.44
		2	9.98	14.69	31.54	30.20	23.44	11.09	117.78	7.65	38.69
		3	11.68	17.11	34.83	33.50	29.09	10.51	127.40	9.78	45.26
		4	13.72	18.75	37.66	37.56	35.71	10.02	136.85	11.92	51.55
		5	16.30	19.71	40.78	40.56	41.32	9.59	146.48	13.95	57.03
		6	19.52	20.97	43.67	42.76	45.72	9.23	154.15	15.86	61.94
	<u>中学校</u>	<u>1</u>	<u>21.70</u>	<u>21.24</u>	<u>46.80</u>	<u>44.39</u>	<u>47.58</u>	<u>9.02</u>	<u>162.67</u>	<u>11.53</u>	45.27
		<u>2</u>	<u>23.87</u>	<u>22.67</u>	<u>49.52</u>	<u>46.06</u>	<u>52.97</u>	<u>8.74</u>	<u>168.35</u>	<u>13.02</u>	50.28
		<u>3</u>	<u>25.22</u>	<u>23.82</u>	<u>51.59</u>	<u>46.96</u>	<u>53.11</u>	<u>8.67</u>	<u>170.62</u>	<u>13.98</u>	52.87
	高等学校 (全日制)	1	24.97	22.22	49.19	48.11	46.28	8.94	169.15	13.06	49.64
		2	25.78	22.86	50.60	48.48	48.00	8.98	170.58	13.46	51.17
		3	26.27	23.51	52.10	48.89	46.94	8.98	171.46	14.07	52.21
	高等学校 (定時制)	1	23.83	16.03	43.17	39.35	27.26	9.85	140.93	11.43	36.28
		2	23.96	18.33	44.72	41.64	29.85	9.98	148.82	11.53	38.80
		3	25.10	17.59	45.37	42.20	29.87	9.83	146.57	11.90	39.46
		4	26.05	17.25	40.44	41.44	25.25	9.60	143.19	12.63	38.19