

令和7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	1110	9.11	2.26	1114	8.37	2.01	1113	11.79	5.32	1113	10.76	5.17	1106	27.15	7.32	1107	28.88	7.31
7	1117	10.52	2.52	1116	9.98	2.32	1116	14.34	5.50	1117	13.85	5.31	1111	27.85	7.40	1114	31.16	7.33
8	1121	12.67	2.99	1122	11.71	2.57	1120	16.66	5.85	1109	15.58	5.19	1106	30.05	7.61	1113	33.92	7.48
9	1123	14.21	3.18	1127	13.50	3.27	1112	18.52	5.61	1106	17.28	5.21	1113	32.00	7.76	1109	35.31	7.96
10	1123	16.66	3.70	1126	15.94	3.84	1098	20.85	5.56	1098	18.86	5.02	1120	34.64	8.31	1116	38.43	8.85
11	1126	19.22	4.65	1124	19.12	4.30	1115	21.69	5.50	1110	20.25	4.97	1115	36.40	8.64	1119	41.50	8.88
12	1395	<u>24.40</u>	6.47	1397	<u>21.79</u>	4.63	1379	<u>24.22</u>	5.54	1375	<u>20.86</u>	5.49	1389	<u>42.05</u>	10.33	1391	<u>44.40</u>	10.64
13	1393	<u>30.52</u>	7.20	1390	<u>23.91</u>	4.73	1380	<u>27.17</u>	5.83	1380	<u>22.14</u>	5.66	1391	<u>46.32</u>	10.99	1383	<u>47.73</u>	10.50
14	1393	<u>35.26</u>	7.49	1398	<u>25.21</u>	4.61	1381	<u>28.96</u>	5.76	1386	<u>23.58</u>	6.12	1386	<u>50.27</u>	11.08	1388	<u>50.36</u>	10.40
15	1436	37.01	7.51	1439	25.23	4.67	1418	27.49	6.20	1416	21.40	6.12	1430	47.96	11.71	1438	47.50	10.76
16	1445	38.92	7.50	1431	25.95	4.86	1436	28.66	6.28	1425	22.55	6.48	1436	50.35	11.44	1425	48.86	10.77
17	1442	40.74	7.84	1428	26.39	5.12	1437	30.24	6.47	1414	23.07	6.40	1439	51.43	11.30	1421	49.45	11.02
18	1058	40.01	6.87	1047	25.55	4.62	1011	28.86	6.02	1005	22.35	6.29	1030	49.18	11.37	998	48.07	10.15
19	738	40.28	6.64	779	25.69	4.35	731	29.26	6.03	753	22.76	5.65	663	48.81	11.04	614	47.25	10.46
20-24	1016	44.04	7.55	788	27.12	4.77	1014	28.22	5.66	781	21.19	6.06	1012	43.98	10.58	776	44.83	9.74
25-29	1051	45.06	7.42	799	27.31	4.77	1018	28.12	5.50	787	20.43	5.93	1042	43.72	10.62	793	43.66	9.29
30-34	1025	45.80	7.45	863	27.55	4.74	1007	27.27	5.57	835	18.89	5.83	1020	42.87	10.74	856	43.57	9.75
35-39	1336	45.73	7.49	1149	27.79	4.68	1300	26.03	5.75	1109	17.29	5.72	1329	42.29	10.94	1136	41.65	10.20
40-44	1459	45.68	7.28	1379	28.06	4.71	1408	24.06	5.44	1325	16.12	5.70	1448	39.60	10.97	1360	41.12	10.11
45-49	1325	45.09	7.06	1326	27.65	4.66	1283	22.63	5.40	1270	15.47	5.81	1304	38.92	10.98	1291	40.43	9.71
50-54	1150	43.73	6.67	1239	26.76	4.71	1099	21.49	5.61	1207	14.26	5.92	1132	37.65	11.06	1216	40.55	9.72
55-59	916	43.27	6.60	1062	26.68	4.37	894	20.42	5.72	1030	13.46	5.92	909	37.41	10.45	1037	41.33	9.05
60-64	923	41.37	6.31	1097	25.75	4.26	887	19.22	5.96	1059	12.65	5.71	912	36.58	10.54	1077	40.85	8.98
65-69	889	39.56	6.31	936	25.01	3.95	858	16.58	6.43	899	10.76	6.05	878	34.97	11.11	918	40.56	9.07
70-74	932	37.76	6.29	927	23.87	4.01	891	14.66	6.51	860	9.28	6.17	912	34.67	11.13	906	39.84	9.26
75-79	933	35.68	6.00	931	22.61	4.09	870	12.79	6.71	857	8.47	6.58	915	33.36	11.30	917	38.01	9.65

令和7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	27.59	5.32	1097	26.52	4.76	1072	17.98	9.28	1076	14.78	6.26	-	-	-	-	-	-
7	1100	31.33	6.67	1095	30.03	6.13	1099	27.74	13.69	1093	21.03	9.09	-	-	-	-	-	-
8	1119	35.03	7.36	1118	33.09	6.88	1117	37.02	17.35	1108	27.27	12.64	-	-	-	-	-	-
9	1111	38.91	7.48	1111	36.41	7.15	1120	45.59	19.76	1111	33.64	15.33	-	-	-	-	-	-
10	1119	43.15	7.93	1123	40.28	7.31	1124	53.85	21.91	1110	40.71	17.06	-	-	-	-	-	-
11	1121	45.98	7.27	1125	42.85	6.67	1127	60.71	23.34	1115	45.90	17.85	-	-	-	-	-	-
<u>12</u>	1377	<u>50.33</u>	6.98	1372	<u>45.89</u>	6.31	1163	<u>68.44</u>	23.55	1169	<u>48.66</u>	19.36	321	430.44	60.51	317	311.62	40.40
<u>13</u>	1383	<u>53.89</u>	7.14	1370	<u>46.96</u>	6.20	1162	<u>82.53</u>	24.20	1154	<u>53.92</u>	20.43	338	387.38	53.96	337	299.17	41.91
<u>14</u>	1382	<u>56.17</u>	7.45	1386	<u>48.32</u>	6.63	1148	<u>89.68</u>	25.21	1164	<u>53.87</u>	19.86	332	373.73	52.51	314	299.16	47.69
15	1421	55.76	7.59	1430	47.56	6.48	1147	79.95	27.20	1152	44.83	19.39	323	396.37	54.32	322	315.98	42.33
16	1437	56.86	7.80	1419	47.94	6.88	1130	83.44	28.03	1116	46.28	20.03	359	382.74	57.90	359	310.34	43.22
17	1438	57.88	8.08	1430	48.43	6.87	1128	87.19	29.07	1111	47.05	20.53	361	379.61	56.54	367	317.60	44.86
18	1026	57.97	7.61	995	48.67	6.58	792	73.73	26.46	879	41.36	16.79	258	399.14	57.14	153	324.48	48.88
19	661	58.27	6.93	621	47.12	6.86	415	78.67	23.69	608	40.50	16.39	320	428.15	65.08	146	326.18	46.61
20-24	993	55.30	7.60	759	46.54	7.13	776	70.67	25.03	550	37.84	15.94	182	692.77	109.07	155	535.57	56.98
25-29	1020	54.78	7.37	777	45.14	7.08	808	67.95	24.91	571	33.61	14.50	178	679.18	106.04	153	528.53	54.36
30-34	1004	52.91	7.38	813	43.69	6.63	771	62.24	24.31	573	29.99	13.33	172	701.71	105.60	151	535.72	58.57
35-39	1275	50.80	7.23	1081	42.02	6.47	977	57.34	24.60	730	26.82	12.07	197	698.01	96.45	190	537.12	55.21
40-44	1378	48.76	7.07	1294	41.04	6.25	1050	52.00	22.07	879	25.34	11.72	207	716.98	105.61	223	546.12	58.47
45-49	1271	47.14	6.88	1249	40.30	6.06	944	47.44	21.91	863	23.61	11.45	228	730.00	95.29	215	540.56	55.93
50-54	1098	45.07	6.88	1174	39.54	6.23	764	40.49	19.41	774	22.88	11.43	238	734.66	104.33	269	543.76	59.95
55-59	884	43.75	6.84	1004	38.29	5.97	635	35.26	17.93	653	20.74	10.47	189	753.66	106.06	243	548.08	64.15
60-64	870	41.81	6.65	1015	36.91	6.15	616	30.27	17.18	645	17.64	9.22	200	743.34	103.99	260	553.65	66.58

令和7年度全国の体力・運動能力調査(全国の子)

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	1083	11.54	1.02	1098	12.01	1.07	1110	116.41	18.03	1113	106.77	16.76	1114	8.62	3.57	1118	5.57	2.00
7	1091	10.66	0.88	1100	11.03	0.91	1116	126.84	18.43	1110	117.15	17.81	1116	11.77	4.68	1110	7.39	2.48
8	1112	10.00	0.91	1120	10.45	0.89	1117	138.33	19.80	1125	127.98	17.71	1124	15.67	6.22	1108	9.52	3.08
9	1117	9.62	0.90	1112	10.05	0.87	1113	146.44	18.94	1116	135.81	19.42	1126	19.22	6.98	1106	11.56	4.07
10	1121	9.27	0.95	1124	9.67	0.88	1119	156.00	21.13	1115	146.38	21.36	1124	22.19	7.88	1111	13.49	4.59
11	1126	8.91	0.92	1128	9.27	0.84	1122	166.44	22.61	1126	154.91	21.71	1123	25.50	9.39	1110	15.39	5.30
12	1354	8.40	0.79	1370	9.01	0.77	1386	185.58	25.32	1381	167.54	22.29	1395	18.55	5.80	1390	11.81	3.98
13	1361	7.78	0.67	1370	8.80	0.80	1380	203.85	25.59	1375	171.15	22.69	1386	21.73	6.25	1389	13.24	4.34
14	1372	7.44	0.63	1387	8.74	0.80	1375	217.34	25.06	1389	173.94	24.09	1387	24.24	6.77	1393	13.93	4.61
15	1406	7.49	0.66	1408	9.01	0.82	1409	219.64	24.96	1423	169.75	23.63	1431	23.37	6.50	1438	12.96	4.22
16	1425	7.37	0.65	1381	8.96	0.86	1427	223.47	24.93	1420	171.31	24.18	1445	24.23	6.56	1429	13.57	4.31
17	1417	7.26	0.64	1378	8.94	0.84	1425	228.84	25.03	1429	171.11	25.12	1438	25.32	6.67	1429	14.00	4.61
18	1036	7.40	0.60	1013	9.12	0.83	1043	225.34	24.33	1004	168.64	22.78	1049	24.33	6.33	1041	13.08	4.04
19	855	7.44	0.61	848	9.17	0.80	853	226.16	24.08	878	168.16	21.61	861	24.06	6.36	868	13.39	3.82
20-24	-	-	-	-	-	-	1005	224.65	25.72	775	168.50	22.89	-	-	-	-	-	-
25-29	-	-	-	-	-	-	1032	222.65	23.54	785	163.99	24.12	-	-	-	-	-	-
30-34	-	-	-	-	-	-	1011	216.91	24.87	829	159.23	22.41	-	-	-	-	-	-
35-39	-	-	-	-	-	-	1301	210.28	23.42	1108	153.55	22.99	-	-	-	-	-	-
40-44	-	-	-	-	-	-	1413	203.26	23.95	1320	149.29	22.87	-	-	-	-	-	-
45-49	-	-	-	-	-	-	1272	196.76	22.54	1266	144.80	23.30	-	-	-	-	-	-
50-54	-	-	-	-	-	-	1094	189.02	23.70	1189	140.02	23.27	-	-	-	-	-	-
55-59	-	-	-	-	-	-	876	182.92	23.41	1020	135.59	21.76	-	-	-	-	-	-
60-64	-	-	-	-	-	-	887	173.09	23.76	1048	129.31	22.41	-	-	-	-	-	-

(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7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								
			<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>	得点 合計
			(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(点)
男子	小学校	1	8.78	12.78	26.79	27.13	20.16	11.73	115.27	8.03	30.96
		2	10.34	15.68	28.49	30.99	29.09	10.85	126.01	11.06	37.82
		3	12.35	17.94	31.49	35.05	36.83	10.24	136.36	14.63	44.35
		4	14.23	19.70	34.05	38.77	44.28	9.76	144.52	17.79	49.95
		5	16.45	21.01	36.41	41.93	50.31	9.38	154.28	20.76	55.07
		6	19.76	22.52	40.00	44.94	56.34	8.96	165.23	24.29	60.70
	中学校	<u>1</u>	<u>24.58</u>	<u>24.76</u>	<u>44.52</u>	<u>48.88</u>	<u>65.51</u>	<u>8.49</u>	<u>183.56</u>	<u>18.22</u>	36.44
		<u>2</u>	<u>30.08</u>	<u>26.97</u>	<u>48.35</u>	<u>52.20</u>	<u>79.21</u>	<u>7.84</u>	<u>200.39</u>	<u>21.21</u>	44.69
		<u>3</u>	<u>34.65</u>	<u>29.00</u>	<u>51.61</u>	<u>55.09</u>	<u>86.97</u>	<u>7.44</u>	<u>213.36</u>	<u>23.71</u>	51.23
	高等学校 (全日制)	1	36.99	28.24	49.14	56.57	79.98	7.50	217.80	23.00	49.93
		2	38.84	29.02	50.29	57.89	84.82	7.37	222.33	24.37	52.84
		3	40.27	30.09	52.48	58.72	85.87	7.29	226.37	25.37	55.10
	高等学校 (定時制)	1	33.93	21.78	43.37	47.26	52.79	8.14	194.83	17.90	36.83
		2	35.48	22.32	42.03	47.37	54.19	8.10	197.94	19.59	38.14
		3	37.63	22.61	43.07	49.75	58.20	7.83	205.37	20.03	40.83
		4	37.57	20.78	45.75	45.14	47.78	8.34	197.14	21.25	37.43
女子	小学校	1	8.33	12.19	29.04	26.22	17.01	11.98	108.05	5.71	31.21
		2	9.69	14.80	31.35	29.78	22.77	11.15	117.52	7.52	38.22
		3	11.58	17.08	34.57	33.45	28.72	10.53	127.87	9.64	45.00
		4	13.54	18.75	37.73	36.92	35.19	10.06	135.98	11.74	51.04
		5	16.14	20.18	40.70	40.07	41.24	9.63	145.60	13.82	56.83
		6	19.17	20.89	44.44	42.37	44.68	9.28	154.38	15.61	61.68
	中学校	<u>1</u>	<u>21.72</u>	<u>21.46</u>	<u>47.38</u>	<u>44.70</u>	<u>47.77</u>	<u>9.04</u>	<u>162.72</u>	<u>11.63</u>	45.63
		<u>2</u>	<u>23.88</u>	<u>22.75</u>	<u>50.47</u>	<u>46.19</u>	<u>51.95</u>	<u>8.77</u>	<u>168.22</u>	<u>12.89</u>	50.64
		<u>3</u>	<u>25.10</u>	<u>23.20</u>	<u>52.13</u>	<u>46.82</u>	<u>51.93</u>	<u>8.70</u>	<u>170.39</u>	<u>13.82</u>	52.67
	高等学校 (全日制)	1	25.25	22.27	49.24	48.01	45.59	9.00	168.81	12.87	49.45
		2	25.79	22.58	50.37	48.30	46.64	8.98	170.45	13.35	50.66
		3	26.37	23.35	52.25	48.94	47.48	8.99	171.57	13.76	52.23
	高等学校 (定時制)	1	22.92	15.66	42.30	40.04	25.49	10.09	148.36	10.30	34.94
		2	23.98	15.45	42.92	40.45	24.99	10.13	147.83	10.51	35.18
		3	24.62	16.45	43.65	41.48	28.70	9.91	151.77	11.68	38.37
		4	24.40	14.80	42.13	40.92	27.83	10.00	150.74	11.96	36.55