

令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 さいたま市の結果

調査対象：小学5年、中学2年の男女

調査期間：令和6年4月～7月

実技結果

・全国との比較（○：上回る、×：下回る —：同値）

	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	20m シャトルラン	持久走	50m 走	立ち 幅とび	ボール 投げ	体力 合計点
小学 男子	×	×	×	○	○		○	○	×	×
小学 女子	×	○	×	—	×		○	○	×	×
中学 男子	×	○	○	×	(×)	○	○	×	×	×
中学 女子	×	○	○	×	(○)	○	○	○	×	○

【男子】小学5年

- ・ 8種目中4種目（反復横とび、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび）において、全国平均値を上回る結果となった。
- ・ 8種目中3種目（反復横とび、20m シャトルラン、ボール投げ）及び体力合計点において、昨年度の本市平均値を上回る結果となった。
- ・ 8種目中2種目（握力、上体起こし）において、過去最低値となった。

【女子】小学5年

- ・ 8種目中3種目（上体起こし、50m 走、立ち幅とび）において、全国平均値を上回る結果となった。
- ・ 8種目中2種目（反復横とび、20m シャトルラン）において、昨年度の本市平均値を上回る結果となった。
- ・ 8種目中5種目（握力、上体起こし、50m 走、立ち幅とび、ボール投げ）及び体力合計点において、過去最低値となった。

【男子】中学2年

- ・ 8種目中4種目（上体起こし、長座体前屈、持久走、50m 走）において、全国平均値を上回る結果となった。
- ・ 全種目及び体力合計点において、昨年度の本市平均を上回る結果となった。

【女子】中学2年

- ・ 8種目中5種目（上体起こし、長座体前屈、持久走、50m 走、立ち幅跳び）及び体力合計点において、全国平均値を上回る結果となった。
- ・ 8種目中5種目（握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび）及び体力合計点において、昨年度の本市平均を上回る結果となった。
- ・ 8種目中3種目（持久走、50m 走、ボール投げ）において、過去最低値となった。

令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果概要(実技)

(総合評価)

【小学校5年生】

性別	総合評価	全国	さいたま市	埼玉県	大都市
男子	A	10.3%	7.8%	14.0%	9.2%
	B	21.8%	21.8%	26.9%	20.6%
	C	32.0%	33.9%	32.8%	32.3%
	D	23.0%	24.8%	18.2%	24.3%
	E	12.9%	11.7%	8.1%	13.7%
女子	A	12.5%	10.1%	19.6%	10.0%
	B	23.4%	22.9%	30.4%	21.6%
	C	33.4%	36.1%	32.1%	34.4%
	D	21.9%	22.7%	13.8%	24.0%
	E	8.8%	8.1%	4.1%	9.9%

【中学校2年生】

性別	総合評価	全国	さいたま市	埼玉県	大都市
男子	A	9.2%	7.3%	13.3%	7.5%
	B	24.8%	23.1%	28.9%	23.0%
	C	34.5%	36.2%	33.6%	35.0%
	D	22.8%	24.7%	18.3%	24.7%
	E	8.7%	8.7%	5.9%	9.7%
女子	A	24.2%	23.5%	34.8%	20.6%
	B	28.4%	29.6%	31.4%	27.6%
	C	27.9%	28.2%	23.0%	29.3%
	D	15.5%	15.5%	8.9%	17.8%
	E	4.0%	3.3%	2.0%	4.7%

* 総合評価とは、新体力テストの各種目の結果を「項目別得点表」に基づき、得点化し、その合計得点により、総合評価をしたもの。

※大都市→政令指定都市及び東京23区

令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果概要(実技)

(種目別)

【小学校5年生】

性別	種目	全国	さいたま市	大都市	さいたま市
男子	握力 (kg)	16.02	15.41 ×	15.92	×
	上体起こし (回)	19.19	19.08 ×	19.05	○
	長座体前屈 (cm)	33.79	33.13 ×	33.74	×
	反復横とび (点)	40.67	40.87 ○	39.85	○
	20mシャトルラン (回)	46.90	47.54 ○	45.30	○
	50m走 (秒)	9.50	9.38 ○	9.49	○
	立ち幅とび (cm)	150.46	151.47 ○	150.09	○
	ソフトボール投げ (m)	20.74	19.10 ×	20.53	×
	体力合計点	52.54	52.25 ×	52.03	○
女子	握力 (kg)	15.78	15.25 ×	15.66	×
	上体起こし (回)	18.16	18.27 ○	17.91	○
	長座体前屈 (cm)	38.21	37.96 ×	38.26	×
	反復横とび (点)	38.71	38.71 —	37.75	○
	20mシャトルラン (回)	36.60	35.88 ×	34.18	○
	50m走 (秒)	9.76	9.70 ○	9.78	○
	立ち幅とび (cm)	143.18	143.81 ○	142.15	○
	ソフトボール投げ (m)	13.15	12.35 ×	12.61	×
	体力合計点	53.93	53.61 ×	53.02	○

【中学校2年生】

性別	種目	全国	さいたま市	大都市	さいたま市
男子	握力 (kg)	28.91	28.00 ×	28.52	×
	上体起こし (回)	25.82	26.16 ○	25.52	○
	長座体前屈 (cm)	44.32	44.86 ○	43.26	○
	反復横とび (点)	51.49	50.61 ×	50.88	×
	持久走 (1,500m) (秒)	411.68	393.02 ○	413.74	○
	50m走 (秒)	7.99	7.91 ○	8.03	○
	立ち幅とび (cm)	197.16	195.89 ×	195.87	○
	ハンドボール投げ (m)	20.49	19.85 ×	20.27	×
	体力合計点	41.69	40.93 ×	40.74	○
女子	握力 (kg)	23.14	23.03 ×	22.82	○
	上体起こし (回)	21.47	22.03 ○	21.16	○
	長座体前屈 (cm)	46.44	47.72 ○	45.69	○
	反復横とび (点)	45.67	45.13 ×	45.03	○
	持久走 (1,000m) (秒)	309.90	293.51 ○	314.19	○
	50m走 (秒)	8.96	8.85 ○	9.01	○
	立ち幅とび (cm)	166.22	166.39 ○	164.31	○
	ハンドボール投げ (m)	12.32	12.03 ×	11.94	○
	体力合計点	47.22	47.31 ○	45.93	○

○:全国平均(大都市平均)を上回る ×:全国平均(大都市平均)を下回る —:同値
 ※大都市→政令指定都市及び東京23区

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）。