

令和7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7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6種目**（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）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**（上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20m シャトルラン、50m 走）**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1種目**（長座体前屈）において、**過去最高値**となった。
- ・ **8種目中1種目**（握力）において、**過去最低値**となった。

【女子】小学5年

- ・ **8種目中5種目**（上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m 走、立ち幅とび）**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、20m シャトルラン）**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1種目**（長座体前屈）において、**過去最高値**となった。
- ・ **8種目中3種目**（50m 走、立ち幅とび、ボール投げ）において、**過去最低値**となった。

【男子】中学2年

- ・ **8種目中2種目**（持久走、50m 走）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**（立ち幅とび、ボール投げ）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1種目**（立ち幅跳び）において、**過去最高値**となった。
- ・ **8種目中1種目**（持久走）において、**過去最低値**となった。

【女子】中学2年

- ・ **8種目中4種目**（上体起こし、持久走、50m 走、立ち幅跳び）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**（立ち幅とび、ボール投げ）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2種目**（反復横跳び、持久走）において、**過去最低値**となった。50m 走は、過去最低値と同値だった。

令和7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	11.6%	9.8%	14.5%	10.4%
	B	22.6%	22.8%	27.0%	21.4%
	C	31.6%	34.1%	31.7%	32.1%
	D	22.2%	22.2%	18.8%	23.3%
	E	12.0%	11.2%	8.1%	12.9%
女子	A	12.8%	10.9%	18.7%	10.2%
	B	23.5%	24.7%	29.3%	21.7%
	C	33.2%	35.3%	31.6%	34.4%
	D	21.7%	21.8%	15.5%	23.7%
	E	8.8%	7.3%	4.8%	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	10.0%	7.2%	12.6%	8.2%
	B	25.5%	22.7%	28.9%	23.7%
	C	34.1%	36.6%	33.4%	34.5%
	D	22.2%	24.6%	19.2%	24.4%
	E	8.3%	9.0%	6.0%	9.2%
女子	A	24.9%	22.3%	34.6%	21.5%
	B	28.4%	29.7%	29.9%	27.8%
	C	27.7%	29.1%	24.2%	29.2%
	D	15.2%	15.3%	9.6%	17.0%
	E	3.8%	3.5%	1.8%	4.4%

* 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7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)	15.97	15.36	×	15.86	×
	上体起こし (回)	19.45	19.73	○	19.33	○
	長座体前屈 (cm)	33.88	33.90	○	33.83	○
	反復横とび (点)	40.90	41.69	○	40.14	○
	20mシャトルラン (回)	47.95	48.91	○	46.35	○
	50m走 (秒)	9.46	9.36	○	9.46	○
	立ち幅とび (cm)	150.96	151.44	○	150.57	○
	ソフトボール投げ (m)	21.06	19.09	×	20.79	×
体力合計点	53.03	53.00	×	52.48	○	
女子	握力 (kg)	15.61	15.29	×	15.46	×
	上体起こし (回)	18.36	18.74	○	18.14	○
	長座体前屈 (cm)	38.17	38.59	○	38.22	○
	反復横とび (点)	38.71	39.52	○	37.77	○
	20mシャトルラン (回)	36.87	36.70	×	34.56	○
	50m走 (秒)	9.77	9.71	○	9.79	○
	立ち幅とび (cm)	142.39	142.71	○	141.53	○
	ソフトボール投げ (m)	13.10	12.30	×	12.55	×
体力合計点	53.98	54.14	○	53.08	○	

【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	27.92	×	28.49	×
	上体起こし (回)	25.99	25.96	×	25.73	○
	長座体前屈 (cm)	44.98	44.54	×	43.82	○
	反復横とび (点)	51.63	50.47	×	51.10	×
	持久走 (1,500m) (秒)	410.24	393.46	○	411.44	○
	50m走 (秒)	8.00	7.92	○	8.02	○
	立ち幅とび (cm)	197.50	197.13	×	196.30	○
	ハンドボール投げ (m)	20.66	20.04	×	20.51	×
	体力合計点	42.06	40.86	×	41.13	×
女子	握力 (kg)	23.12	22.84	×	22.78	○
	上体起こし (回)	21.62	22.00	○	21.40	○
	長座体前屈 (cm)	46.97	46.77	×	46.16	○
	反復横とび (点)	45.77	44.74	×	45.28	×
	持久走 (1,000m) (秒)	310.35	295.59	○	313.66	○
	50m走 (秒)	8.97	8.85	○	9.01	○
	立ち幅とび (cm)	166.39	167.04	○	164.77	○
	ハンドボール投げ (m)	12.36	12.22	×	12.03	○
体力合計点	47.46	47.07	×	46.32	○	

○: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					

※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）。