

令和7年度『全国体力・運動能力、運動習慣等調査』の結果

■ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録および体力合計点

小 学 校	R7福島町男子	R7福島町女子	R7北海道(公立)男子	R7北海道(公立)女子	R7全国(公立)男子	R7全国(公立)女子
握 力 (kg)	17.60	19.27	16.68	16.24	15.96	15.61
上 体 起 こ し (回)	19.60	17.82	18.90	17.54	19.46	18.36
長 座 体 前 屈 (cm)	29.20	38.55	34.13	38.38	33.88	38.15
反 復 横 と び (点)	35.00	36.82	41.71	39.11	40.89	38.70
20mシャトルラン (回)	35.60	43.73	45.85	34.35	47.94	36.85
50 m 走 (秒)	9.78	9.54	9.66	9.96	9.46	9.77
立 ち 幅 と び (cm)	154.80	149.18	152.08	143.65	150.93	142.34
ソフトボール投げ (m)	22.60	21.09	21.72	13.56	21.06	13.11
体力合計点 (点)	51.50	58.64	53.00	53.55	53.02	53.97

中 学 校	R7福島町男子	R7福島町女子	R7北海道(公立)男子	R7北海道(公立)女子	R7全国(公立)男子	R7全国(公立)女子
握 力 (kg)	30.50	25.83	29.32	22.89	28.95	23.15
上 体 起 こ し (回)	25.67	25.17	25.54	20.53	26.09	21.70
長 座 体 前 屈 (cm)	28.00	43.83	43.64	45.54	45.12	46.99
反 復 横 と び (点)	47.33	50.50	49.85	43.55	51.64	45.74
20mシャトルラン (回)	68.67	74.33	75.47	46.10	78.82	50.60
50 m 走 (秒)	7.63	7.78	8.15	9.19	8.00	8.97
立 ち 幅 と び (cm)	209.00	176.00	196.24	161.40	197.51	166.44
ハンドボール投げ (m)	25.50	17.17	20.38	11.92	20.74	12.43
体力合計点 (点)	33.00	59.00	40.88	44.70	42.20	47.58

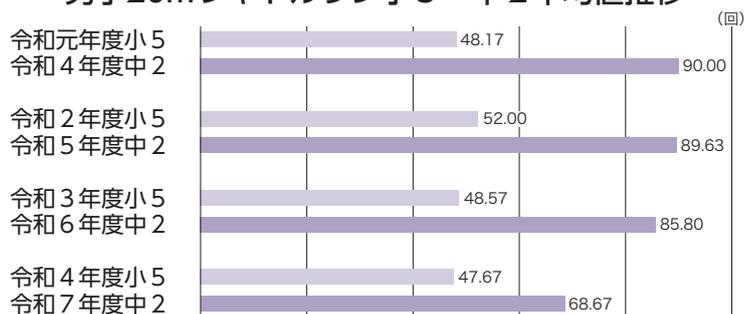
・20mシャトルラン(持久力)推移

体力の中でも持久力の目安となる20m シャトルランですが、今回は小学校5年生の児童が3年後の中学校2年生の時にどのように変化しているかを検証してみました。

この同じ集団の成長の推移には年度により違いが見られますが、概ね順調に成長しているといえます。

ここでも小中連携の重要性を確認することができます。

男子20mシャトルラン小5→中2 平均値推移



女子20mシャトルラン小5→中2 平均値推移

