

4 過去5年間（平成26年度～30年度）における体力・運動能力テスト結果の大阪府平均値の推移〔一覧表〕

(1) 6歳～11歳（小学校1年生～6年生）

測定項目 性別 年齢 年度	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		20m シャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフト ボール投げ (m)		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	
6	26	8.87	8.29	10.93	10.35	25.27	27.45	25.64	25.76	16.28	13.96	11.82	12.13	109.27	102.86	7.75	5.10
	27	8.85	8.36	10.90	10.31	25.88	28.00	26.59	25.40	16.86	13.76	11.67	12.03	106.43	99.37	8.27	5.67
	28	8.92	8.20	11.02	10.17	25.75	27.82	25.62	24.87	17.18	14.59	11.83	11.92	113.97	104.88	8.05	5.40
	29	8.61	8.16	12.09	11.36	26.10	28.21	25.52	24.43	16.06	14.54	11.61	12.02	109.65	102.31	8.05	5.49
	30	8.85	8.36	11.32	10.74	26.71	28.06	25.82	24.58	17.19	14.22	11.62	11.99	113.34	105.04	8.04	5.38
7	26	10.69	9.79	12.88	12.59	26.81	29.51	29.06	27.21	26.57	19.69	11.11	11.30	121.14	111.59	11.71	7.16
	27	10.12	9.53	12.77	11.69	26.40	29.30	28.82	27.07	26.40	19.52	10.71	11.30	117.63	107.78	11.89	7.63
	28	11.00	10.10	13.51	13.21	27.46	30.66	28.73	27.40	26.76	21.21	10.69	11.24	125.78	117.72	12.11	7.47
	29	10.64	10.17	14.16	13.51	28.37	31.02	28.96	27.67	26.35	20.35	10.76	11.20	121.39	112.74	11.85	7.38
	30	10.53	10.04	14.17	13.49	27.12	30.45	28.95	27.59	26.56	20.74	10.76	11.14	123.90	116.66	11.00	7.11
8	26	12.68	11.77	15.98	14.90	28.99	31.52	30.83	29.41	33.89	25.74	10.13	10.49	132.60	123.71	15.65	9.24
	27	12.00	11.26	15.44	14.57	28.87	32.41	31.88	29.75	34.63	24.70	10.07	10.44	128.97	121.73	15.99	9.49
	28	12.15	11.66	15.66	15.09	27.77	30.91	31.96	30.73	33.60	27.06	10.08	10.40	134.37	126.26	15.44	9.21
	29	12.59	11.68	16.17	15.68	29.57	32.38	31.42	30.06	34.80	27.09	10.17	10.52	132.92	125.53	15.64	9.35
	30	12.27	11.51	16.65	15.25	29.48	32.80	31.89	30.01	34.81	24.99	10.19	10.61	135.09	125.65	14.70	9.12
9	26	14.36	13.57	17.40	15.86	30.46	34.56	35.55	33.37	41.23	31.36	9.67	10.07	142.03	133.25	19.60	11.70
	27	13.67	12.86	17.72	16.18	31.62	34.87	35.61	34.14	41.76	31.38	9.64	10.02	141.23	133.14	19.19	11.55
	28	14.41	13.46	17.72	16.04	30.92	33.95	34.50	32.45	40.76	30.95	9.66	10.01	141.69	134.18	19.13	11.57
	29	14.14	13.48	18.66	17.29	30.84	34.42	36.17	34.06	42.17	31.95	9.55	9.88	141.37	133.98	19.22	11.60
	30	14.42	13.61	18.09	17.40	30.05	33.49	35.14	33.42	41.50	33.23	9.68	9.94	142.57	135.21	18.63	11.34
10	26	16.66	16.13	19.09	17.95	32.38	37.00	38.74	36.04	49.92	38.55	9.31	9.59	149.09	141.77	23.09	13.69
	27	16.03	15.44	19.28	17.57	31.78	36.12	39.91	37.11	48.82	36.64	9.34	9.67	148.83	139.52	22.64	13.43
	28	16.57	16.28	19.54	18.33	31.98	35.94	39.14	36.86	49.72	38.14	9.29	9.59	152.36	143.89	23.37	14.01
	29	16.51	15.90	20.32	19.20	33.68	38.45	39.67	37.81	48.59	38.30	9.25	9.53	151.29	144.79	22.27	13.77
	30	16.59	16.07	20.11	18.97	32.21	37.28	41.26	38.92	50.60	39.33	9.25	9.55	153.41	146.15	22.40	13.91
11	26	19.66	19.26	21.84	19.35	34.43	39.89	43.33	40.23	60.31	44.03	8.94	9.40	162.34	151.63	27.34	15.39
	27	19.33	18.56	21.45	19.32	34.44	39.80	43.52	40.38	58.71	42.83	8.90	9.27	159.87	149.52	26.71	16.62
	28	19.33	18.85	21.88	19.94	34.16	39.28	43.44	41.23	58.94	45.61	8.99	9.24	161.17	151.97	26.31	15.44
	29	19.48	18.75	22.15	20.33	34.89	39.45	43.87	41.28	58.74	45.30	8.88	9.20	160.24	150.14	26.49	15.66
	30	19.46	19.04	22.45	20.64	35.09	39.87	42.51	40.54	59.36	47.21	8.89	9.18	163.04	154.41	25.57	15.68

(2) 12歳～17歳（中学校1年生～3年生・高等学校（全日制）1年生～3年生）

年齢	性別 年度	測定項目		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		20m シャトルラン (回)		持久走 (秒)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ハンド ボール投げ (m)	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
12	26	23.35	21.08	24.73	20.56	38.08	42.57	47.78	43.63	71.98	49.85	424.81	306.94	8.59	9.24	171.26	159.87	18.42	11.23		
	27	22.86	20.96	24.02	20.56	37.82	42.29	46.59	43.06	71.00	49.17	431.09	307.77	8.65	9.20	174.61	159.59	17.55	11.01		
	28	22.57	21.04	24.28	21.04	37.26	41.55	48.51	43.83	69.40	46.71	424.26	308.40	8.58	9.25	177.53	155.52	18.06	11.15		
	29	22.60	20.81	23.53	20.71	37.55	42.84	47.72	44.83	68.80	50.91	438.54	305.42	8.60	9.12	175.48	163.25	17.10	11.29		
	30	23.21	21.19	24.14	21.76	37.23	42.62	48.73	45.64	70.90	55.09	404.56	282.17	8.52	9.02	174.08	163.72	17.31	11.23		
13	26	28.06	23.24	27.98	23.58	41.97	44.93	51.47	45.58	86.33	56.96	397.02	296.24	8.09	9.07	191.16	164.72	20.68	12.97		
	27	28.21	23.26	27.82	23.46	42.43	45.06	50.76	45.31	86.28	59.13	393.17	299.13	8.14	8.96	188.75	163.50	19.96	12.39		
	28	28.07	23.20	27.85	23.87	42.04	45.07	52.23	46.70	84.69	58.05	399.05	296.60	8.03	8.88	197.41	161.75	20.54	13.04		
	29	27.94	23.22	28.14	24.79	40.91	45.77	51.29	47.07	85.46	59.40	402.61	290.54	7.99	8.82	192.11	167.41	19.84	12.77		
	30	28.66	23.78	27.98	24.49	40.84	46.06	52.06	47.73	87.93	59.80	365.17	287.55	7.92	8.80	192.39	166.47	20.74	13.22		
14	26	33.64	24.65	30.77	24.61	45.46	46.68	55.22	47.07	100.27	57.15	370.99	293.12	7.78	8.89	204.76	167.19	23.34	13.99		
	27	33.60	24.48	30.20	24.40	46.23	46.74	52.91	45.97	91.68	57.86	380.86	297.06	7.78	8.92	204.76	165.50	23.34	13.36		
	28	33.50	24.81	30.62	25.01	46.00	48.08	54.62	48.23	93.72	59.02	376.37	292.95	7.78	8.76	204.76	166.82	23.34	13.78		
	29	33.00	24.65	30.61	25.37	45.82	47.50	54.92	47.81	94.21	61.52	381.87	301.01	7.78	8.73	204.76	171.01	23.34	13.97		
	30	33.43	25.12	29.66	25.09	46.27	47.76	54.82	48.85	94.37	62.08	355.61	272.75	7.78	8.69	204.76	171.29	23.34	13.84		
15	26	37.15	25.13	29.70	23.17	47.94	47.00	54.46	46.03	88.72	51.55	404.31	345.66	7.59	9.13	213.12	163.13	24.70	14.08		
	27	36.27	24.40	29.05	23.28	48.04	46.21	54.02	45.89	85.29	50.49	391.40	312.49	7.66	9.10	213.08	166.60	24.12	13.95		
	28	36.72	24.90	29.88	23.00	47.81	46.87	55.26	46.56	85.73	48.59	393.63	308.28	7.61	9.17	214.65	168.55	24.16	13.76		
	29	36.78	25.35	29.83	23.78	46.75	46.54	55.13	47.90	85.36	51.92	383.27	295.59	7.64	9.04	212.47	166.95	23.69	13.77		
	30	36.61	25.30	29.86	23.63	47.10	46.84	56.01	48.14	85.45	51.09	390.03	303.38	7.55	9.06	218.65	171.44	23.76	13.47		
16	26	39.58	25.75	31.49	23.65	48.90	46.26	55.15	45.32	91.83	53.97	399.41	324.39	7.48	9.21	217.96	162.27	25.88	14.55		
	27	39.83	25.50	31.06	24.07	49.15	46.87	55.08	45.71	89.76	52.93	363.11	294.84	7.48	9.10	222.15	166.32	25.89	14.35		
	28	39.57	25.70	31.06	23.57	48.94	46.98	55.90	45.98	90.84	50.24	378.55	308.17	7.47	9.23	220.91	166.45	25.32	14.08		
	29	39.22	26.21	31.05	24.26	47.53	47.31	56.23	47.94	93.67	56.30	356.34	295.06	7.45	8.97	222.69	168.20	24.60	14.12		
	30	39.00	26.17	31.29	24.65	48.19	47.88	56.84	48.21	91.20	55.60	382.59	309.91	7.40	9.02	224.28	174.58	25.36	14.34		
17	26	42.21	25.89	31.57	22.80	48.96	46.75	55.62	44.66	93.03	50.88	376.39	320.52	7.41	9.31	222.05	163.76	26.67	14.47		
	27	40.67	25.76	31.50	23.62	50.79	47.11	55.11	45.96	94.73	52.44	376.39	296.58	7.38	9.18	224.82	168.32	26.72	14.75		
	28	42.59	27.19	33.64	25.06	52.76	49.75	59.56	48.50	98.22	53.57	355.75	300.57	7.14	8.84	231.35	172.43	27.34	15.01		
	29	41.37	26.40	32.42	23.84	49.91	47.66	57.52	47.60	94.96	55.62	376.39	296.76	7.35	8.97	226.55	171.53	26.41	14.49		
	30	41.07	26.52	32.45	24.75	50.58	48.74	58.00	47.99	91.76	52.24	376.39	306.03	7.34	9.05	230.23	172.89	26.63	14.39		

(3) 15歳～18歳（高等学校（定時制）1年生～4年生）

測定項目 性別 年齢 年度	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		20m シャトルラン (回)		持久走 (秒)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ハンド ボール投げ (m)		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	
15	26	38.39	25.05	25.79	13.52	41.86	36.92	47.39	36.91	48.67	15.30	-	-	8.64	11.13	195.52	142.56	21.53	10.60
	27	40.21	24.42	23.53	14.58	44.74	43.62	45.82	37.19	52.97	26.92	-	-	8.44	10.76	198.50	141.19	22.97	11.73
	28	38.21	25.05	23.25	11.80	42.61	40.70	47.22	34.80	59.94	37.10	737.27	494.63	8.43	10.58	195.81	148.50	23.17	13.00
	29	37.65	23.09	24.15	14.77	39.00	37.32	46.90	34.23	54.90	29.90	539.50	498.67	8.14	11.31	195.00	131.23	24.10	11.32
	30	40.44	24.07	23.76	17.07	42.53	45.80	49.88	40.53	60.00	26.93	539.50	-	8.06	9.77	202.35	161.13	24.18	11.67
16	26	42.89	27.78	26.03	14.30	47.53	41.60	48.85	35.21	61.31	23.63	-	-	9.71	12.58	202.43	132.86	24.25	11.95
	27	42.03	20.75	27.32	17.25	43.23	42.88	48.06	42.75	59.42	35.50	-	-	7.77	9.90	210.58	149.38	24.58	13.50
	28	37.57	28.50	22.70	16.88	41.07	35.50	42.53	37.00	57.97	41.71	600.91	518.86	8.14	9.65	208.47	158.00	24.13	15.25
	29	39.84	26.18	21.92	18.06	43.20	46.82	44.72	40.06	71.60	33.17	522.50	413.18	9.87	10.70	184.32	149.65	20.16	12.88
	30	40.41	22.00	21.10	11.90	43.52	46.50	44.00	35.30	63.22	31.30	522.50	-	9.73	12.11	185.41	128.70	19.86	12.40
17	26	42.96	26.41	25.08	17.77	40.89	42.07	44.72	36.81	68.00	25.05	-	-	8.39	11.98	200.87	151.65	20.63	12.00
	27	42.48	25.09	22.80	15.36	47.16	40.09	48.12	32.82	54.92	28.09	-	-	8.43	11.68	204.72	135.45	25.52	11.00
	28	40.30	23.90	23.70	12.60	43.43	41.40	48.48	42.60	65.63	30.20	627.08	636.50	8.05	11.49	200.86	151.40	25.35	14.80
	29	42.68	25.79	32.71	18.79	44.77	43.42	39.19	39.00	35.18	25.44	530.00	393.70	8.44	10.83	190.61	142.05	21.42	11.95
	30	43.73	25.63	23.73	14.69	45.50	41.25	50.40	37.63	62.70	29.56	530.00	-	8.31	10.20	199.80	147.00	22.33	12.31
18	26	41.62	24.95	20.33	17.50	42.55	38.25	45.61	35.33	60.82	20.00	-	-	8.73	11.26	203.83	144.33	21.00	11.67
	27	45.42	27.67	23.75	17.00	46.17	51.33	47.50	30.33	63.17	22.80	-	-	7.55	10.63	206.50	143.00	26.17	12.00
	28	40.50	-	29.00	-	42.00	-	54.00	-	49.00	-	-	-	7.05	-	210.00	-	30.50	-
	29	35.38	22.25	26.13	20.75	47.63	41.00	43.88	38.00	57.00	23.50	-	-	7.75	9.88	203.88	121.75	26.00	8.75
	30	40.57	29.86	23.29	17.43	44.29	52.57	43.14	38.14	72.86	26.29	-	-	8.00	9.60	204.36	165.14	24.14	14.00

※ 「-」：選択無し