

# 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:1

## 握力

平均値単位: kg

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	971	9.38	2.42	3.88	9.13	951	8.65	2.32	3.58	8.52
小学 2年	1,044	11.36	2.81	4.68	10.76	1,059	10.44	2.54	4.43	10.09
小学 3年	1,005	12.95	3.21	5.28	12.46	1,001	12.14	2.92	5.17	11.76
小学 4年	1,096	14.34	3.34	5.76	14.31	1,041	13.61	3.49	5.74	13.88
小学 5年	988	17.11	4.03	6.67	16.73	1,107	16.41	4.25	6.75	16.45
小学 6年	1,054	20.51	5.34	7.70	19.48	1,070	19.60	4.39	7.78	18.66
中学 1年	1,859	24.31	6.44	2.88	24.69	1,796	21.70	4.80	4.38	21.38
中学 2年	1,776	29.70	7.46	3.97	30.21	1,693	23.79	4.73	5.15	23.99
中学 3年	1,768	34.69	7.59	4.98	34.53	1,711	25.33	4.92	5.75	25.24
高校 1年	892	36.12	7.11	5.26	36.54	905	25.37	4.82	5.75	25.27
高校 2年	938	38.80	7.15	5.82	38.58	815	25.91	4.55	5.95	26.18
高校 3年	853	40.19	7.46	6.12	40.66	907	26.39	4.83	6.14	26.40

## 上体起こし

平均値単位: 回

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	956	11.19	5.34	4.41	11.82	943	10.85	5.06	4.56	11.77
小学 2年	1,021	14.22	6.00	5.46	14.45	1,040	13.50	5.88	5.60	13.63
小学 3年	1,017	15.85	6.10	6.02	16.05	1,019	14.85	5.96	6.17	15.70
小学 4年	1,060	16.66	6.19	6.30	17.96	1,015	15.86	5.41	6.63	17.27
小学 5年	985	19.37	6.08	7.24	20.01	1,107	17.57	5.65	7.31	18.50
小学 6年	1,014	20.69	6.09	7.65	21.63	1,035	18.99	5.92	7.78	19.48
中学 1年	1,848	22.76	5.71	5.05	23.68	1,787	19.30	5.85	6.23	19.93
中学 2年	1,756	25.79	6.19	6.17	26.59	1,681	21.32	6.31	6.93	22.54
中学 3年	1,744	27.83	6.43	6.87	28.63	1,695	22.56	6.03	7.37	24.00
高校 1年	882	26.53	6.34	6.43	27.63	902	21.34	6.40	6.94	21.84
高校 2年	937	28.71	6.21	7.19	29.22	812	22.29	6.24	7.26	23.21
高校 3年	852	29.82	6.44	7.51	30.38	905	23.06	6.26	7.51	23.68

# 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:2

## 長座体前屈

平均値単位: cm

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	971	24.60	7.00	4.14	26.56	941	27.34	7.62	4.22	28.49
小学 2年	1,033	26.79	7.32	4.67	28.15	1,054	29.68	7.30	4.77	30.64
小学 3年	1,015	29.22	8.41	5.30	29.91	1,013	32.34	8.62	5.37	33.08
小学 4年	1,065	30.38	9.13	5.54	31.97	1,030	33.88	9.00	5.74	35.68
小学 5年	984	34.36	10.15	6.42	34.35	1,103	38.71	10.77	6.71	37.81
小学 6年	1,045	36.49	9.44	6.96	36.61	1,053	40.77	9.79	7.23	41.14
中学 1年	1,845	41.51	11.34	5.20	40.67	1,786	45.40	11.01	5.78	44.40
中学 2年	1,764	45.63	11.58	6.03	45.14	1,685	47.58	11.17	6.27	47.30
中学 3年	1,749	47.28	11.16	6.40	49.23	1,710	49.61	10.50	6.70	49.39
高校 1年	892	46.71	11.38	6.25	47.41	905	49.04	10.52	6.56	47.32
高校 2年	935	49.68	11.99	6.84	48.56	814	49.35	9.90	6.63	48.99
高校 3年	850	51.22	11.44	7.16	50.65	908	51.09	9.98	7.03	49.82

## 反復横とび

平均値単位: 点

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	974	26.35	6.64	3.75	27.36	958	26.12	6.00	4.06	26.88
小学 2年	1,031	30.88	7.23	4.84	31.10	1,039	29.86	6.64	5.04	29.88
小学 3年	1,022	33.80	8.57	5.64	34.64	1,017	32.34	7.89	5.71	33.34
小学 4年	1,086	36.40	9.17	6.24	38.30	1,016	34.84	8.85	6.37	36.89
小学 5年	984	41.18	8.11	7.35	42.73	1,106	38.53	7.67	7.30	39.93
小学 6年	1,030	45.27	9.62	8.14	45.51	1,040	41.99	8.09	8.06	42.15
中学 1年	1,830	46.36	8.19	5.10	50.14	1,774	42.80	7.43	6.07	45.20
中学 2年	1,748	49.48	9.38	5.98	52.95	1,668	44.11	7.91	6.54	47.86
中学 3年	1,726	52.53	8.40	6.73	56.01	1,693	45.05	7.31	6.83	48.59
高校 1年	879	54.00	6.99	7.08	54.86	902	46.63	6.08	7.30	47.12
高校 2年	934	56.42	6.96	7.71	56.35	812	47.39	5.93	7.56	48.05
高校 3年	847	57.36	6.87	7.96	57.50	906	48.03	6.20	7.73	48.09

# 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:3

## 持久走

平均値単位: 秒

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
中学 1年	472	456.65	80.53	3.72	418.49	406	334.09	54.65	4.20	308.69
中学 2年	385	425.70	83.46	4.55	396.52	378	329.68	63.08	4.51	289.74
中学 3年	385	406.27	67.42	5.06	378.05	352	314.13	60.08	5.12	294.17
高校 1年	258	398.83	58.33	5.21	386.80	249	336.43	61.53	4.24	304.92
高校 2年	260	382.33	58.46	5.82	372.73	228	321.39	53.02	4.75	304.75
高校 3年	210	386.39	57.99	5.67	371.95	251	317.88	54.99	4.89	305.61

## 20mシャトルラン

平均値単位: 回

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	928	19.44	10.64	3.90	18.11	887	16.57	7.88	3.84	15.60
小学 2年	951	28.48	13.79	4.93	27.70	947	22.11	9.65	4.79	21.59
小学 3年	964	35.43	16.89	5.58	35.17	951	26.79	12.50	5.40	27.77
小学 4年	1,025	39.64	18.50	5.96	42.79	961	31.14	13.94	5.94	33.98
小学 5年	971	49.23	21.46	6.81	51.19	1,090	38.24	17.35	6.71	40.44
小学 6年	957	56.88	23.65	7.41	57.46	965	41.73	17.81	7.07	45.08
中学 1年	1,737	62.97	24.06	4.53	67.24	1,681	44.38	18.10	5.41	49.37
中学 2年	1,666	76.52	25.76	5.62	83.80	1,580	49.62	19.91	5.98	56.25
中学 3年	1,646	83.74	25.35	6.20	90.80	1,585	49.97	18.65	6.04	56.21
高校 1年	743	82.72	24.14	6.15	77.56	744	47.14	16.85	5.85	45.69
高校 2年	791	87.08	26.99	6.53	84.87	664	49.36	18.72	6.05	47.81
高校 3年	749	88.31	26.13	6.63	86.26	739	49.02	19.01	6.05	47.22

# 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:4

## 50m走

平均値単位: 秒

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	937	11.60	1.29	3.47	11.47	897	11.89	1.28	3.36	11.77
小学 2年	990	10.88	1.28	4.36	10.59	982	11.15	1.12	4.30	10.95
小学 3年	975	10.20	1.13	5.26	10.13	959	10.58	1.09	5.15	10.42
小学 4年	1,051	10.07	1.15	5.54	9.70	976	10.35	1.14	5.53	10.00
小学 5年	977	9.51	1.26	6.48	9.30	1,102	9.81	1.16	6.49	9.57
小学 6年	992	9.10	1.08	7.27	8.94	999	9.42	0.95	7.15	9.26
中学 1年	1,832	8.50	0.98	3.75	8.37	1,750	9.11	0.84	5.45	9.02
中学 2年	1,717	7.90	0.84	5.07	7.83	1,650	8.87	0.99	6.17	8.76
中学 3年	1,707	7.51	0.75	6.21	7.49	1,619	8.73	0.79	6.45	8.68
高校 1年	873	7.47	0.63	6.28	7.54	891	8.97	0.83	5.85	9.00
高校 2年	920	7.32	0.64	6.80	7.34	798	8.96	0.82	5.87	8.89
高校 3年	842	7.25	0.63	7.03	7.27	898	8.94	0.85	5.99	8.95

## 立ち幅跳び

平均値単位: cm

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	985	114.94	20.54	3.39	116.98	956	106.99	19.14	3.40	108.42
小学 2年	1,023	124.83	24.91	4.26	127.41	1,045	117.80	23.37	4.32	119.62
小学 3年	1,033	135.74	23.65	5.02	136.59	1,025	128.24	20.08	5.09	128.26
小学 4年	1,066	142.41	23.38	5.52	145.25	1,015	134.26	22.11	5.58	137.98
小学 5年	980	152.05	25.26	6.33	156.04	1,094	143.59	23.41	6.33	148.68
小学 6年	1,034	164.60	26.00	7.25	166.14	1,058	152.23	25.98	7.02	154.71
中学 1年	1,841	181.75	29.60	3.45	186.11	1,778	161.92	28.12	5.23	167.06
中学 2年	1,752	198.24	30.15	4.47	203.79	1,670	166.47	29.02	5.63	172.96
中学 3年	1,741	214.09	28.68	5.55	217.30	1,696	172.40	25.97	6.13	176.01
高校 1年	885	218.56	25.56	5.85	217.42	903	169.82	23.17	5.90	170.46
高校 2年	933	223.12	26.19	6.20	223.91	812	171.95	21.63	6.05	173.21
高校 3年	849	229.86	24.56	6.71	227.52	908	171.04	22.43	5.97	171.63

## 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:5

### ソフトボール投げ

平均値単位:m

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
小学 1年	930	8.35	3.66	3.03	8.27	897	5.81	2.41	3.32	5.63
小学 2年	999	11.80	4.73	4.05	11.38	991	7.82	2.84	4.38	7.37
小学 3年	989	14.99	5.86	4.82	14.98	967	9.83	3.46	5.18	9.33
小学 4年	1,057	17.72	6.64	5.38	18.17	977	11.75	4.31	5.84	11.53
小学 5年	977	21.39	8.01	6.10	21.88	1,090	14.10	4.94	6.59	13.42
小学 6年	992	25.07	9.31	6.74	25.39	1,001	15.91	6.00	7.05	15.22

### ハンドボール投げ

平均値単位:m

	男子					女子				
	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均	標本数	平均値	標準偏差	平均得点	全国平均
中学 1年	1,833	17.92	5.51	3.39	17.98	1,781	11.39	4.30	3.96	11.58
中学 2年	1,754	21.04	6.03	4.40	21.03	1,668	12.65	4.27	4.72	13.32
中学 3年	1,748	23.96	6.51	5.37	23.80	1,674	13.74	4.57	5.31	14.05
高校 1年	876	23.22	5.69	5.09	23.17	895	13.34	4.02	5.14	13.39
高校 2年	928	24.47	6.08	5.50	24.65	807	13.93	4.32	5.44	14.20
高校 3年	846	25.52	5.99	5.86	25.63	905	14.12	4.15	5.56	14.26

# 2023年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2023年11月16日

Page:6

## 体力合計点

平均値単位: 点

	男子					女子				
	標本数	平均値			全国平均	標本数	平均値			全国平均
小学 1年	839	30.16			30.73	801	30.48			30.90
小学 2年	865	37.66			37.99	862	38.14			38.04
小学 3年	821	43.39			43.41	817	43.70			44.20
小学 4年	917	46.62			48.98	865	47.81			50.06
小学 5年	896	53.67			55.36	1,029	54.47			55.65
小学 6年	832	59.72			60.26	857	59.64			60.23
中学 1年	1,712	33.47			35.47	1,658	42.78			44.62
中学 2年	1,614	41.94			44.11	1,567	47.68			51.04
中学 3年	1,608	48.57			50.55	1,547	50.83			53.39
高校 1年	850	48.15			48.61	884	48.96			48.88
高校 2年	900	52.63			52.48	782	50.69			52.00
高校 3年	830	54.97			55.03	888	51.75			52.07