

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	873	8.73	2.35	3.58	9.17	926	8.20	2.38	3.37	8.56
小学 2年	1,071	10.87	2.75	4.48	10.83	984	9.87	2.88	4.13	10.16
小学 3年	1,070	12.53	3.62	5.12	12.51	927	11.77	2.87	5.02	11.89
小学 4年	1,015	14.47	3.39	5.80	14.43	1,029	13.38	3.37	5.66	14.02
小学 5年	1,015	16.69	4.08	6.56	16.72	1,039	16.16	4.18	6.65	16.56
小学 6年	1,033	19.96	6.22	7.50	19.88	994	19.38	4.56	7.72	19.36
中学 1年	1,895	23.70	6.57	2.77	24.30	1,814	21.36	4.57	4.25	21.93
中学 2年	1,835	29.64	7.50	3.94	30.24	1,795	23.60	4.74	5.08	23.90
中学 3年	1,834	34.32	7.73	4.91	34.77	1,662	25.11	4.66	5.66	25.20
高校 1年	911	36.02	7.01	5.25	36.83	802	25.16	4.63	5.68	25.04
高校 2年	917	38.71	7.21	5.82	39.31	804	25.56	4.42	5.82	26.08
高校 3年	866	39.79	7.31	6.03	40.53	793	25.61	4.56	5.86	26.52

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	861	11.26	5.65	4.47	11.47	913	10.96	5.32	4.61	11.07
小学 2年	1,056	13.79	6.34	5.32	14.40	974	12.66	5.97	5.30	13.69
小学 3年	1,064	16.14	6.30	6.13	15.82	923	15.07	5.57	6.32	15.24
小学 4年	991	17.56	6.20	6.65	17.91	993	16.10	5.75	6.69	17.32
小学 5年	1,017	18.60	6.12	6.99	19.95	1,026	17.78	5.45	7.38	18.89
小学 6年	1,013	21.52	6.16	7.91	22.07	986	19.51	5.68	7.96	19.89
中学 1年	1,884	22.01	6.47	4.85	23.48	1,804	18.86	5.87	6.06	20.76
中学 2年	1,817	25.46	6.33	6.04	26.42	1,771	20.82	6.37	6.75	22.18
中学 3年	1,828	27.13	6.63	6.66	29.00	1,650	21.54	6.49	7.01	23.46
高校 1年	906	26.78	6.21	6.54	27.81	802	21.11	6.20	6.87	21.79
高校 2年	915	28.48	6.33	7.11	29.27	800	22.26	6.13	7.26	23.01
高校 3年	863	29.45	6.31	7.46	30.14	792	22.69	6.48	7.41	23.62

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	864	26.65	8.56	4.62	26.70	934	28.87	8.50	4.54	28.87
小学 2年	1,050	27.01	7.74	4.74	28.14	971	30.07	7.97	4.85	30.78
小学 3年	1,054	30.47	8.75	5.57	29.36	919	33.64	8.23	5.70	32.51
小学 4年	1,009	32.23	9.72	5.93	31.55	1,023	36.23	9.22	6.25	35.23
小学 5年	1,016	35.59	9.65	6.74	33.63	1,025	40.13	10.58	7.04	38.40
小学 6年	1,022	37.74	9.94	7.21	36.20	995	41.42	9.94	7.35	40.92
中学 1年	1,889	41.66	11.96	5.25	41.68	1,808	44.37	10.94	5.60	44.04
中学 2年	1,827	45.76	11.72	6.04	45.16	1,795	47.67	11.40	6.29	46.51
中学 3年	1,831	47.71	12.21	6.46	49.40	1,658	48.78	11.42	6.52	48.63
高校 1年	910	48.48	11.14	6.61	47.04	801	49.48	10.76	6.67	47.37
高校 2年	918	50.56	10.87	7.02	49.76	804	49.33	11.03	6.63	48.78
高校 3年	864	50.44	12.23	6.99	51.49	792	50.19	10.51	6.84	49.56

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	875	26.09	6.22	3.71	27.65	925	25.42	5.86	3.88	26.92
小学 2年	1,064	29.78	7.65	4.57	31.12	976	28.42	6.75	4.66	30.07
小学 3年	1,066	33.35	8.68	5.44	34.51	922	32.10	7.54	5.63	33.19
小学 4年	1,005	37.73	8.76	6.51	38.47	1,016	35.47	7.72	6.49	36.76
小学 5年	1,018	41.03	10.08	7.26	42.13	1,025	38.64	9.51	7.28	40.37
小学 6年	1,021	44.81	8.64	8.12	45.55	991	41.96	7.81	8.09	42.66
中学 1年	1,880	45.85	9.21	5.03	49.80	1,799	41.65	7.95	5.77	45.77
中学 2年	1,811	50.10	8.81	6.11	53.02	1,765	44.10	7.34	6.47	47.12
中学 3年	1,805	52.53	9.06	6.75	55.88	1,642	44.94	7.49	6.81	48.35
高校 1年	905	54.83	7.19	7.33	55.38	801	46.74	5.56	7.35	47.12
高校 2年	911	56.35	7.15	7.73	56.91	802	47.66	5.42	7.66	47.95
高校 3年	861	56.94	6.72	7.85	57.46	791	47.58	5.80	7.61	48.00

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	53	450.15	122.34	4.26	426.39	45	299.33	61.50	5.40	304.56
中学 2年	62	402.15	73.56	5.18	388.55	67	312.07	61.69	4.91	292.56
中学 3年	52	428.58	93.58	4.60	379.35	37	315.89	42.55	4.86	289.14
高校 1年	183	382.92	139.70	4.96	388.55	173	305.84	118.40	4.40	308.74
高校 2年	213	354.55	155.77	5.57	368.79	170	313.89	127.82	4.17	300.55
高校 3年	181	403.67	117.60	4.75	371.40	158	313.17	127.76	4.30	296.36

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	867	19.07	11.04	3.80	18.97	912	15.88	8.14	3.69	15.70
小学 2年	1,045	26.84	14.73	4.69	28.01	964	20.30	9.78	4.49	20.93
小学 3年	1,071	34.17	16.87	5.46	35.44	923	26.22	11.68	5.36	27.43
小学 4年	1,009	41.04	19.98	6.08	43.91	1,016	31.55	13.90	6.01	33.12
小学 5年	1,018	46.42	20.38	6.57	50.40	1,027	35.70	15.74	6.48	40.24
小学 6年	1,014	54.88	22.76	7.27	59.46	967	42.15	17.14	7.18	44.43
中学 1年	1,851	61.75	25.47	4.44	68.91	1,780	43.02	18.26	5.27	48.37
中学 2年	1,798	78.59	26.67	5.77	82.63	1,756	50.24	20.02	6.06	53.74
中学 3年	1,746	83.54	26.21	6.21	90.43	1,590	49.94	20.04	6.03	53.82
高校 1年	892	83.10	23.25	6.17	77.71	795	46.70	16.58	5.78	44.82
高校 2年	911	92.12	26.28	6.89	85.53	795	50.19	17.77	6.17	46.80
高校 3年	855	89.90	26.00	6.77	83.74	783	49.31	18.56	6.10	46.09

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	853	11.74	1.48	3.34	11.43	911	12.05	1.32	3.22	11.79
小学 2年	1,064	10.88	1.25	4.35	10.65	973	11.31	1.42	4.15	10.99
小学 3年	1,079	10.39	1.14	5.02	10.12	935	10.71	1.19	4.98	10.48
小学 4年	1,017	9.93	1.28	5.79	9.70	1,029	10.25	1.08	5.67	9.97
小学 5年	1,025	9.55	1.02	6.37	9.34	1,029	9.89	1.02	6.30	9.56
小学 6年	1,009	9.16	1.03	7.11	8.85	969	9.47	1.02	7.09	9.21
中学 1年	1,833	8.56	1.30	3.68	8.42	1,759	9.13	1.10	5.46	9.02
中学 2年	1,769	7.91	1.05	5.05	7.82	1,724	8.87	1.11	6.08	8.78
中学 3年	1,784	7.53	0.87	6.17	7.46	1,595	8.81	0.91	6.29	8.73
高校 1年	895	7.49	0.60	6.11	7.47	796	9.09	0.81	5.52	8.95
高校 2年	902	7.40	0.60	6.48	7.31	794	9.11	0.85	5.50	8.89
高校 3年	853	7.35	0.62	6.65	7.24	787	9.11	0.85	5.48	8.89

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	876	112.10	20.39	3.21	117.36	918	107.37	18.31	3.43	108.49
小学 2年	1,051	126.86	20.06	4.32	127.40	978	116.65	18.58	4.16	117.82
小学 3年	1,043	134.75	22.99	4.95	135.68	903	127.21	20.95	5.03	127.78
小学 4年	1,011	144.05	24.22	5.68	144.48	1,025	134.95	20.58	5.63	137.53
小学 5年	1,006	154.72	26.14	6.53	154.62	1,020	146.25	21.90	6.56	147.39
小学 6年	1,022	162.45	27.30	7.14	166.70	993	152.98	24.80	7.11	155.26
中学 1年	1,866	178.92	34.88	3.37	184.99	1,799	159.83	29.30	5.05	167.52
中学 2年	1,813	199.30	30.55	4.55	203.14	1,786	165.38	28.82	5.55	172.45
中学 3年	1,811	213.13	31.25	5.53	216.86	1,641	168.38	28.07	5.80	174.37
高校 1年	908	221.92	25.01	6.10	217.85	802	174.32	23.40	6.30	169.67
高校 2年	913	227.72	23.70	6.54	223.55	802	174.06	20.81	6.23	171.40
高校 3年	860	228.69	25.38	6.62	227.09	792	172.91	21.28	6.15	171.99

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	865	8.14	3.41	2.97	8.44	907	5.71	2.08	3.29	5.77
小学 2年	1,040	11.79	4.66	4.05	11.80	966	7.50	2.65	4.24	7.59
小学 3年	1,078	14.92	5.87	4.79	14.89	935	9.71	3.75	5.10	9.43
小学 4年	1,021	18.50	7.29	5.52	18.47	1,013	11.63	4.27	5.80	11.83
小学 5年	1,032	21.32	7.92	6.09	21.87	1,032	13.93	5.14	6.52	13.78
小学 6年	1,028	25.25	9.22	6.79	25.80	993	15.71	5.81	7.01	15.76

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	1,860	17.65	5.67	3.30	18.34	1,795	11.15	4.67	3.83	11.66
中学 2年	1,801	21.28	6.09	4.47	21.41	1,774	12.54	4.42	4.65	13.22
中学 3年	1,805	23.83	6.56	5.30	24.23	1,632	13.39	4.60	5.11	14.12
高校 1年	902	24.05	6.08	5.37	23.53	802	13.09	4.03	4.98	13.37
高校 2年	912	25.12	6.09	5.72	24.79	799	13.50	4.09	5.21	13.83
高校 3年	858	26.18	6.51	6.05	25.83	788	13.60	4.12	5.28	14.24

2024年度 長野県 体力測定平均値一覧表

作成日: 2024年12月25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	761	29.93			31.18	815	30.23			30.98
小学 2年	943	36.91			37.84	888	36.26			37.89
小学 3年	936	42.67			43.24	820	43.38			43.81
小学 4年	910	48.09			48.96	936	48.23			50.19
小学 5年	944	53.47			54.74	964	54.46			56.32
小学 6年	910	59.30			60.86	891	59.82			60.86
中学 1年	1,749	32.93			35.47	1,720	41.46			45.29
中学 2年	1,715	42.19			43.75	1,660	47.17			49.87
中学 3年	1,663	48.41			50.66	1,527	49.45			52.44
高校 1年	882	49.71			49.42	787	49.36			49.28
高校 2年	893	53.45			53.39	788	50.65			51.32
高校 3年	837	54.46			54.97	776	50.82			52.08