

4 過去5年間（平成27年度～令和元年度）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	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
	元	8.99	8.54	11.50	11.29	25.36	27.64	26.07	24.76	16.26	13.95	11.73	12.03	111.55	104.51	7.82	5.67
7	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
	元	10.61	10.05	14.44	13.87	28.02	30.68	29.51	28.64	27.35	21.02	10.79	11.21	123.35	115.26	11.50	7.33
8	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
	元	12.27	11.56	16.13	15.62	28.65	31.98	31.84	30.44	33.78	25.67	10.24	10.72	133.42	126.65	14.06	8.95
9	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
	元	14.19	13.60	18.01	17.03	30.92	34.15	35.76	33.78	42.01	31.77	9.76	10.15	142.41	135.09	17.92	11.09
10	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
	元	16.37	16.20	19.89	19.17	33.84	38.51	41.62	40.05	50.66	40.11	9.29	9.57	152.38	146.79	21.41	13.24
11	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
	元	19.56	19.37	21.95	20.37	35.27	39.73	44.10	41.12	56.74	44.34	9.03	9.32	160.66	151.66	25.76	14.97

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	
12	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
	元	23.55	20.96	24.42	21.44	38.33	42.37	48.44	45.21	68.53	51.29	442.68	300.42	8.65	9.13	175.83	160.31	17.42	11.08
13	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
	元	28.24	23.01	27.64	24.02	42.04	45.06	52.55	47.22	85.73	58.77	406.10	296.37	8.02	8.93	194.29	168.97	20.27	12.43
14	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
	元	32.27	24.09	29.59	24.45	45.76	47.10	54.67	47.85	91.43	58.89	399.35	288.90	7.66	8.93	206.75	169.98	22.33	13.29
15	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
	元	36.00	24.54	29.76	24.56	46.90	47.14	55.85	48.10	85.75	51.34	412.53	319.49	7.58	9.07	212.19	168.15	23.10	13.81
16	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
	元	38.29	25.41	30.65	24.88	47.93	47.46	56.70	48.59	90.95	54.68	395.71	304.32	7.41	9.04	220.33	171.02	24.45	14.09
17	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
	元	39.59	25.65	32.09	24.83	48.70	48.12	56.43	47.74	89.53	52.26	388.55	308.41	7.40	9.12	224.36	170.37	25.18	14.25

年齢	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)	
		性別		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
		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	男子	女子
15	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		
	元	39.32	24.42	19.57	15.58	37.57	34.92	42.93	37.33	42.30	28.56	566.75	519.00	8.44	10.03	181.29	144.75	19.68	11.17		
16	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		
	元	42.52	26.78	22.93	18.56	40.79	48.67	47.00	41.44	49.35	27.44	488.78	-	8.05	10.51	203.24	146.33	22.69	10.89		
17	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		
	元	42.48	25.58	25.52	19.42	45.43	40.00	48.17	42.17	57.13	40.36	543.14	535.00	8.19	10.23	196.96	141.92	19.87	11.08		
18	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		
	元	45.82	25.57	25.94	20.00	48.71	46.29	55.29	45.14	76.18	33.71	630.83	-	7.71	9.57	225.12	164.00	22.88	13.14		

※ 「-」：選択無し