

令和7年度 埼玉県児童生徒の新体力テスト結果について

1 令和7年度新体力テスト調査概要

(1) 調査の目的

- ア 各学校において児童生徒の基礎的な体力を測定することにより、自己の体力を理解させ、自ら健康の増進・体力の向上を図ることができるようとする。
- イ 教師が児童生徒の体力の実態を把握し、体育指導等の参考とする。

(2) 調査方法

- ア 実施期間 令和7年4月～7月
- イ 対象 県内（さいたま市を除く。）の公立小学校・中学校・高等学校（全日制・定時制）に在籍する全ての児童生徒
- ウ 実施項目 新体力テスト実施要項（スポーツ庁）に規定するテスト項目

実施項目一覧表

学校 学年 項目	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
握力	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
上体起こし	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
長座体前屈	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
反復横とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
持久走	—	—	—	—	—	—	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1
20mシャトルラン	○	○	○	○	○	○	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1	※1
50m走	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ボール投げ※2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
全項目数 (項目数×学年×男女)	96						54			54			72			276

※1 中学校・高等学校では、「持久走（男子1,500m、女子1,000m）」と「20mシャトルラン」のどちらかを選択して実施

※2 「ボール投げ」は、小学校はソフトボール、中学校と高等学校はハンドボールを使用

(3) 「新体力テスト」の評価

スポーツ庁が示す基準に従って、年齢と項目別の記録に応じて点数化し、8項目の点数の合計により、AからEの5段階で評価する。

2 調査結果

令和7年度 「埼玉県児童生徒の新体力テスト」平均値一覧表 (男)

学校種別 項目	学年	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
握力 (kg)		8.82	10.47	12.09	13.98	15.97	18.85	23.55	29.57	34.64	36.48	38.51	39.92	35.33	36.72	37.88	39.54
上体起こし (回)		12.38	15.62	17.82	19.67	21.39	22.94	24.81	28.39	30.54	29.30	31.05	32.26	23.79	24.53	25.46	24.94
長座体前屈 (cm)		27.18	29.12	31.26	33.22	35.50	37.99	43.55	49.28	53.08	50.14	51.61	52.86	43.62	44.43	44.95	44.80
反復横とび (点)		28.09	32.25	35.73	39.83	43.40	46.22	48.37	52.47	55.19	56.82	58.43	59.29	48.33	50.06	52.15	52.02
持久走 (分、秒)		—	—	—	—	—	—	7'07"21	6'32"77	6'17"60	6'17"84	6'05"02	6'02"19	7'29"20	7'16"60	7'09"38	7'30"90
20mシャトルラン (回)		21.04	31.12	39.00	45.99	52.38	58.81	68.40	80.86	86.33	80.81	85.79	87.06	59.14	63.79	65.83	66.08
50m走 (秒)		11"60	10"76	10"21	9"78	9"40	8"96	8"59	7"91	7"51	7"47	7"30	7"21	8"15	7"91	7"76	7"77
立ち幅とび (cm)		115.44	127.13	137.29	146.06	154.62	165.61	182.65	202.31	216.49	221.20	228.12	231.48	204.00	209.25	215.69	211.49
ボール投げ (m)		8.11	11.03	14.14	17.17	20.03	23.34	17.83	21.49	24.25	23.31	24.85	25.79	19.89	20.72	22.02	22.63

令和7年度 「埼玉県児童生徒の新体力テスト」平均値一覧表 (女)

学校種別 項目	学年	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
握力 (kg)		8.35	9.90	11.51	13.38	15.85	18.77	21.42	24.09	25.54	25.21	26.01	26.56	23.89	24.21	24.80	25.10
上体起こし (回)		11.77	14.92	17.05	18.86	20.59	21.66	22.15	24.67	25.76	23.89	25.14	25.97	17.77	18.62	19.40	17.65
長座体前屈 (cm)		29.69	32.27	34.80	37.29	40.41	43.40	47.15	51.50	53.63	50.10	51.07	52.28	42.68	43.94	44.54	47.61
反復横とび (点)		26.67	30.34	33.69	37.69	41.36	43.78	44.67	46.84	47.31	48.97	49.51	50.10	40.87	42.21	43.27	41.26
持久走 (分、秒)		—	—	—	—	—	—	5'10"16	4'55"68	4'55"91	4'55"98	4'50"58	4'49"57	6'07"08	5'57"80	5'51"59	6'21"10
20mシャトルラン (回)		17.57	24.30	29.78	35.81	42.18	46.65	50.69	56.92	56.11	49.79	53.28	52.53	31.44	31.69	34.27	31.12
50m走 (秒)		11"92	11"14	10"58	10"10	9"65	9"26	9"11	8"78	8"70	8"88	8"83	8"79	9"80	9"74	9"52	10"02
立ち幅とび (cm)		107.86	118.36	128.80	138.31	147.48	156.33	165.39	173.47	175.23	174.34	176.52	178.02	157.14	156.58	161.05	150.60
ボール投げ (m)		5.70	7.32	9.29	11.18	13.18	15.04	11.68	13.58	14.55	13.59	14.01	14.54	11.26	11.37	11.90	10.89

施策指標との比較

(1) 施策指標の達成状況

ア 「埼玉県5か年計画－日本一暮らしやすい埼玉へ－」 (令和4年度～令和8年度)

イ 「第4期埼玉県教育振興基本計画－豊かな学びで 未来を拓く埼玉教育－」

(令和6年度～令和10年度)

施策指標	対象	目標値 (R8)	R 7 年度結果	R 6 年度結果
体力テストの5段階絶対評価で上位3ランク (A+B+C) の児童生徒の割合	小学校	85.0%以上	76.8%	78.4%
	中学校	88.0%以上	80.4%	81.4%
	高等学校 (全)	90.0%以上	85.8%	87.0%

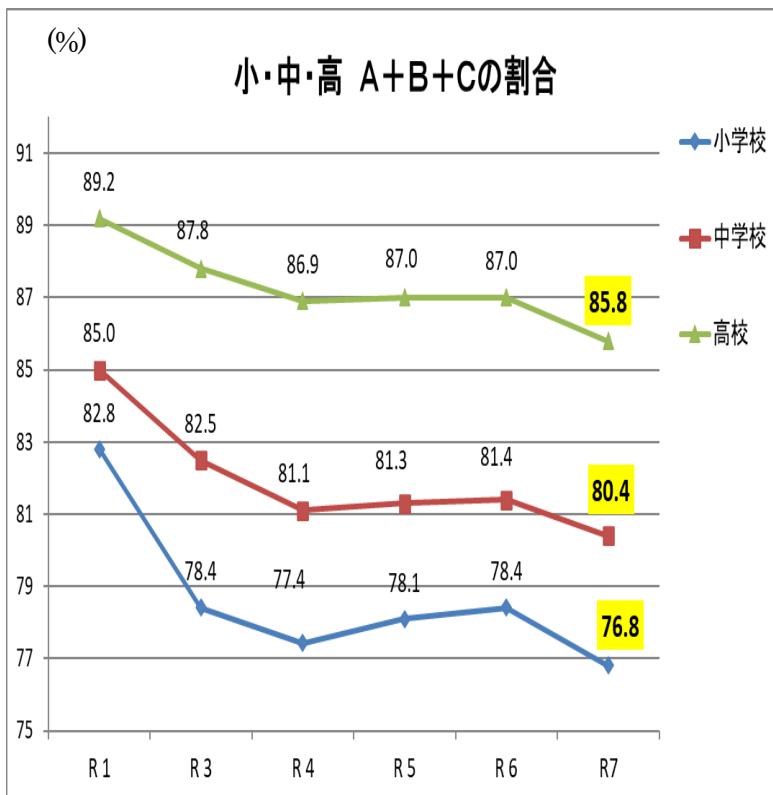
表1. 県総合評価(男女合計)の各段階の児童生徒の割合(さいたま市を除く。)

単位 : %

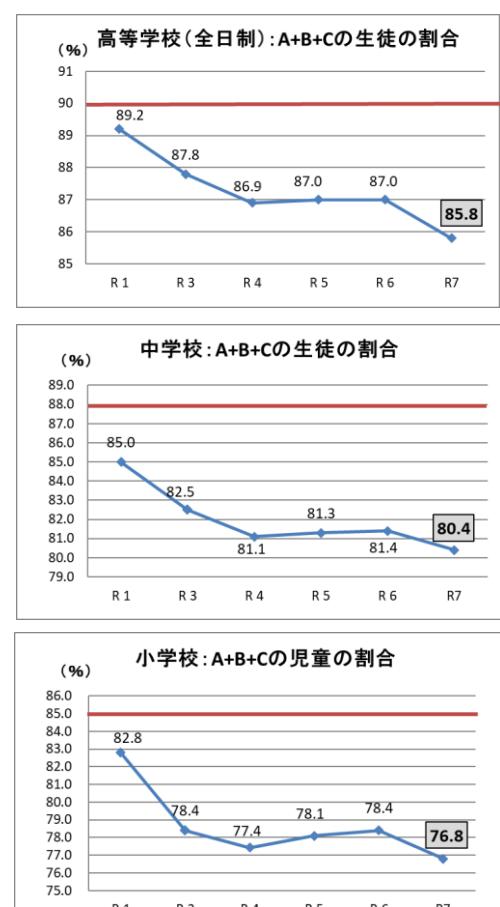
	A		B		C		D		E		A+B+C	
	R6	R7	R6	R7								
全体(小・中・高)	19.6	19.8	30.2	29.6	30.8	30.0	14.6	15.3	4.8	5.4	80.6	79.3
小学校	16.5	16.6	29.8	29.1	32.1	31.1	15.7	16.4	5.9	6.8	78.1	76.8
中学校	24.3	24.7	29.2	28.4	27.9	27.3	14.4	15.2	4.2	4.4	81.3	80.4
高等学校(全)	22.6	22.5	33.2	33.0	31.2	30.3	10.8	11.9	2.2	2.3	87.0	85.8
高等学校(定)	2.4	2.5	12.9	12.1	30.2	31.4	35.2	34.1	19.3	19.9	45.5	46.0

(2) 達成状況の推移

「体力テストの5段階絶対評価で上位3ランク (A+B+C) の児童生徒の割合」



- 小・中・高 全校種において低下している。
- 総合評価D・Eの児童生徒がR 6よりも増加している。



3 令和7年度県平均値と令和6年度県平均値との比較

令和7年度県平均値と令和6年度県平均値との比較一覧表 (男)

(さいたま市を除く)

項目	学年	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
握力 (kg)	6年度	8.96	10.53	12.23	14.07	16.10	19.01	23.65	29.55	34.69	36.25	38.35	39.89	34.58	36.82	38.24	38.29
	7年度	8.82	10.47	12.09	13.98	15.97	18.85	23.55	29.57	34.64	36.48	38.51	39.92	35.33	36.72	37.88	39.54
	比較	▼	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	○	○	○	○	○	▼	▼	○
上体起こし (回)	6年度	12.36	15.35	17.79	19.55	21.08	22.85	24.93	28.28	30.69	29.28	31.24	32.28	23.04	25.21	25.25	24.82
	7年度	12.38	15.62	17.82	19.67	21.39	22.94	24.81	28.39	30.54	29.30	31.05	32.26	23.79	24.53	25.46	24.94
	比較	○	○	○	○	○	○	▼	○	▼	○	▼	▼	○	▼	○	○
長座体前屈 (cm)	6年度	27.16	29.24	31.34	33.23	35.53	38.26	43.41	48.27	52.44	49.41	51.03	52.42	43.68	43.89	45.27	43.40
	7年度	27.18	29.12	31.26	33.22	35.50	37.99	43.55	49.28	53.08	50.14	51.61	52.86	43.62	44.43	44.95	44.80
	比較	○	▼	▼	▼	▼	▼	○	○	○	○	○	○	▼	○	▼	○
反復横とび (点)	6年度	28.15	32.03	35.54	39.68	43.01	46.34	48.72	52.35	55.27	56.73	58.03	59.00	47.51	50.26	51.09	49.95
	7年度	28.09	32.25	35.73	39.83	43.40	46.22	48.37	52.47	55.19	56.82	58.43	59.29	48.33	50.06	52.15	52.02
	比較	▼	○	○	○	○	▼	▼	○	▼	○	○	○	○	▼	○	○
持久走 (分、秒)	6年度	—	—	—	—	—	—	7'06"27	6'35"21	6'19"11	6'19"10	6'05"47	6'02"84	7'35"79	7'18"91	7'17"05	7'35"29
	7年度	—	—	—	—	—	—	7'07"21	6'32"77	6'17"60	6'17"84	6'05"02	6'02"19	7'29"20	7'16"60	7'09"38	7'30"90
	比較	—	—	—	—	—	—	▼	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20mシャトルラン (回)	6年度	21.42	30.66	38.31	45.46	51.70	58.38	68.35	81.11	85.96	79.71	85.97	88.21	58.15	65.11	64.00	55.69
	7年度	21.04	31.12	39.00	45.99	52.38	58.81	68.40	80.86	86.33	80.81	85.79	87.06	59.14	63.79	65.83	66.08
	比較	▼	○	○	○	○	○	○	▼	○	○	▼	▼	○	▼	○	○
50m走 (秒)	6年度	11"59	10"76	10"20	9"77	9"39	8"96	8"56	7"92	7"50	7"47	7"28	7"20	8"06	7"87	7"68	8"00
	7年度	11"60	10"76	10"21	9"78	9"40	8"96	8"59	7"91	7"51	7"47	7"30	7"21	8"15	7"91	7"76	7"77
	比較	▼	△	▼	▼	▼	△	▼	○	▼	△	▼	▼	▼	▼	○	○
立ち幅とび (cm)	6年度	116.12	126.85	136.97	145.50	154.20	165.48	183.49	202.40	216.78	221.72	227.66	231.95	203.33	211.46	214.50	205.26
	7年度	115.44	127.13	137.29	146.06	154.62	165.61	182.65	202.31	216.49	221.20	228.12	231.48	204.00	209.25	215.69	211.49
	比較	▼	○	○	○	○	○	▼	▼	▼	▼	○	▼	○	▼	○	○
ボール投げ (m)	6年度	8.10	10.96	14.03	16.93	19.99	22.91	17.83	21.37	24.21	23.60	24.92	25.95	19.58	21.44	22.27	21.68
	7年度	8.11	11.03	14.14	17.17	20.03	23.34	17.83	21.49	24.25	23.31	24.85	25.79	19.89	20.72	22.02	22.63
	比較	○	○	○	○	○	○	△	○	○	▼	▼	▼	○	▼	▼	○

○: 6年度より上回っているもの ▼: 6年度より下回っているもの △: 6年度と同じもの

男子	小学校 48項目中			中学校 27項目中			高等学校(全) 27項目中			高等学校(定) 36項目中			合計 138項目中		
	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼
	数	27	2	19	13	1	13	15	1	11	23	0	13	78	4
%	56.3	4.2	39.6	48.1	3.7	48.1	55.6	3.7	40.7	63.9	0.0	36.1	56.5	2.9	40.6

※ 割合の合計は、四捨五入の関係で100%にならない場合がある。

令和7年度県平均値と令和6年度県平均値との比較一覧表 (女)

(さいたま市を除く)

学校種別 項目		小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)			
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
握力 (kg)	6年度	8.48	9.97	11.60	13.57	16.05	18.97	21.52	24.07	25.59	25.27	26.14	26.62	23.37	23.75	25.13	25.13
	7年度	8.35	9.90	11.51	13.38	15.85	18.77	21.42	24.09	25.54	25.21	26.01	26.56	23.89	24.21	24.80	25.10
	比較	▼	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	▼	▼	▼	○	○	▼	▼	
上体起こし (回)	6年度	11.81	14.70	16.97	18.88	20.31	21.54	22.14	24.60	26.04	23.96	25.45	26.10	18.38	20.01	19.40	18.11
	7年度	11.77	14.92	17.05	18.86	20.59	21.66	22.15	24.67	25.76	23.89	25.14	25.97	17.77	18.62	19.40	17.65
	比較	▼	○	○	▼	○	○	○	▼	▼	▼	▼	▼	△	▼	▼	
長座体前屈 (cm)	6年度	29.79	32.28	34.95	37.38	40.62	43.82	47.11	50.53	53.05	50.01	51.39	52.29	42.73	44.21	44.58	47.67
	7年度	29.69	32.27	34.80	37.29	40.41	43.40	47.15	51.50	53.63	50.10	51.07	52.28	42.68	43.94	44.54	47.61
	比較	▼	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	○	○	▼	▼	▼	▼	▼	
反復横とび (点)	6年度	26.71	30.40	33.60	37.76	41.20	43.87	44.88	46.66	47.75	48.84	49.41	50.00	41.09	42.67	41.75	41.91
	7年度	26.67	30.34	33.69	37.69	41.36	43.78	44.67	46.84	47.31	48.97	49.51	50.10	40.87	42.21	43.27	41.26
	比較	▼	▼	○	▼	○	▼	▼	○	▼	○	○	○	▼	○	▼	
持久走 (分、秒)	6年度	—	—	—	—	—	—	5'08"64	4'55"91	4'52"88	4'55"68	4'50"12	4'48"25	6'05"45	5'58"17	6'00"36	6'23"56
	7年度	—	—	—	—	—	—	5'10"16	4'55"68	4'55"91	4'55"98	4'50"58	4'49"57	6'07"08	5'57"80	5'51"59	6'21"10
	比較	—	—	—	—	—	—	▼	○	▼	▼	▼	▼	○	○	○	
20mシャトルラン (回)	6年度	17.74	24.08	29.43	35.65	41.87	46.20	50.88	56.47	54.87	49.93	53.05	53.76	30.26	33.66	35.11	30.87
	7年度	17.57	24.30	29.78	35.81	42.18	46.65	50.69	56.92	56.11	49.79	53.28	52.53	31.44	31.69	34.27	31.12
	比較	▼	○	○	○	○	○	▼	○	○	▼	○	▼	○	▼	○	
50m走 (秒)	6年度	11"94	11"12	10"55	10"07	9"64	9"24	9"07	8"79	8"66	8"85	8"78	8"76	9"63	9"48	9"68	9"96
	7年度	11"92	11"14	10"58	10"10	9"65	9"26	9"11	8"78	8"70	8"88	8"83	8"79	9"80	9"74	9"52	10"02
	比較	○	▼	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	
立ち幅とび (cm)	6年度	108.34	118.35	129.12	138.59	148.29	156.58	166.29	172.95	176.23	175.34	177.49	178.86	155.78	161.75	158.72	155.75
	7年度	107.86	118.36	128.80	138.31	147.48	156.33	165.39	173.47	175.23	174.34	176.52	178.02	157.14	156.58	161.05	150.60
	比較	▼	○	▼	▼	▼	▼	▼	○	▼	▼	▼	▼	○	▼	○	
ボール投げ (m)	6年度	5.66	7.37	9.28	11.27	13.32	15.00	11.60	13.42	14.63	13.58	14.30	14.54	11.34	11.73	11.59	12.08
	7年度	5.70	7.32	9.29	11.18	13.18	15.04	11.68	13.58	14.55	13.59	14.01	14.54	11.26	11.37	11.90	10.89
	比較	○	▼	○	▼	▼	○	○	○	▼	○	▼	△	▼	▼	○	

○: 6年度より上回っているもの ▼: 6年度より下回っているもの △: 6年度と同じもの

女子	小学校 48項目中			中学校 27項目中			高等学校(全) 27項目中			高等学校(定) 36項目中			合計 138項目中		
	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼
	数	16	0	32	13	0	14	6	1	20	12	1	23	47	2
%	33.3	0.0	66.7	48.1	0.0	51.9	22.2	3.7	74.1	33.3	2.8	63.9	34.1	1.4	64.5

男女合計	小学校 96項目中			中学校 54項目中			高等学校(全) 54項目中			高等学校(定) 72項目中			合計 276項目中		
	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼	○	△	▼
	数	43	2	51	26	1	27	21	2	31	35	1	36	125	6
%	44.8	2.1	53.1	48.1	1.9	50.0	38.9	3.7	57.4	48.6	1.4	50.0	45.3	2.2	52.5

※ 割合の合計は、四捨五入の関係で100%にならない場合がある。

令和7年度の体力向上の方針

児童生徒一人一人の課題に応じた取組により、総合的な体力向上を目指す。

令和7年度の体力向上の目標

一人一人が「目標を持って」取り組み、

「自己の体力の伸びを実感」できるようにする。

— 教師の適切な支援で、児童生徒の主体性を —

令和7年度の目指す体育・保健体育授業

「めあてをもって進んで運動 仲間と学ぶ 喜びあふれる体育・保健体育授業」