

# 令和 7 年度 新潟県新体力テスト結果 〈県平均値と阿賀野市の比較〉（小学校）

青色(令和 7 年度阿賀野市が新潟県平均を上回った種目) ◎印(同学年-同種目で令和 6 年度より向上した種目。県は県、市は市同士で比較)  
 ※全種目得点は各種目の記録を 10 点満点として算出し、その合計得点を平均値として表したものです。〈注〉男女の得点基準値は異なります。満点は 80 点  
**新潟県(小学校・男子)** **新潟県(小学校・女子)**

新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
握力	kg	◎ 8. 82	10. 70	12. 37	14. 32	◎16. 39	19. 54	握力	kg	8. 20	9. 98	11. 49	13. 56	16. 08	19. 09
上体起こし	回	◎11. 55	14. 54	16. 30	18. 35	◎20. 08	◎21. 92	上体起こし	回	11. 18	13. 64	15. 41	◎17. 41	18. 90	20. 02
長座体前屈	cm	27. 13	28. 92	30. 88	32. 53	34. 59	37. 37	長座体前屈	cm	29. 38	31. 77	34. 01	36. 43	39. 08	41. 90
反復横とび	点	◎28. 55	32. 72	◎35. 73	◎40. 01	◎43. 64	◎46. 85	反復横とび	点	◎27. 59	31. 43	◎34. 12	◎38. 06	◎41. 52	◎44. 00
20M シャトルラン	回	20. 76	32. 40	◎38. 60	46. 07	◎52. 43	◎59. 12	20M シャトルラン	回	17. 08	24. 13	29. 32	◎35. 73	41. 34	45. 35
50m走	秒	◎11. 69	◎10. 73	◎10. 19	◎ 9. 73	◎ 9. 40	◎ 8. 98	50m走	秒	◎12. 05	◎11. 11	◎10. 56	◎10. 08	◎ 9. 70	◎ 9. 32
立ち幅とび	cm	◎116. 93	◎128. 40	◎137. 88	◎146. 27	◎155. 32	◎167. 37	立ち幅とび	cm	109. 23	119. 88	◎128. 82	◎137. 55	◎147. 19	◎155. 98
ソフトボール投げ	m	◎ 8. 42	11. 60	◎15. 07	◎18. 27	◎21. 35	◎24. 63	ソフトボール投げ	m	5. 63	7. 43	9. 42	11. 50	13. 43	15. 00
全種目得点合計(平均値)		31. 37	39. 14	44. 44	50. 25	55. 21	61. 01	全種目得点合計(平均値)		31. 00	38. 69	44. 52	50. 64	56. 39	61. 29

## 阿賀野市(小学校・男子)

新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
握力	kg	◎ 8. 70	◎10. 53	◎12. 37	14. 72	16. 75	◎20. 84
上体起こし	回	12. 28	◎14. 69	16. 01	◎19. 01	20. 62	◎23. 09
長座体前屈	cm	◎29. 83	◎32. 80	◎34. 00	◎35. 58	◎37. 22	◎38. 97
反復横とび	点	◎28. 57	◎33. 77	◎36. 13	39. 12	◎43. 81	◎48. 77
20M シャトルラン	回	18. 73	29. 46	39. 09	44. 13	51. 68	◎64. 48
50m走	秒	◎11. 80	10. 87	◎10. 23	◎ 9. 63	◎ 9. 30	◎ 8. 85
立ち幅とび	cm	◎122. 78	127. 50	◎138. 95	142. 26	◎154. 72	◎168. 78
ソフトボール投げ	m	8. 45	◎11. 62	◎15. 32	◎18. 08	20. 82	◎27. 25
全種目得点合計(平均値)		32. 29	39. 11	44. 97	50. 22	56. 31	64. 38
県平均得点との比較		+0. 92	−0. 03	+0. 53	−0. 03	+1. 10	+3. 37
市 R 6 年度との比較		+2. 93	+0. 59	+2. 07	+0. 15	+1. 20	+4. 40

## 阿賀野市(小学校・女子)

新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
握力	kg	◎ 8. 20	10. 14	◎11. 70	13. 68	15. 60	19. 06
上体起こし	回	11. 47	◎14. 79	14. 97	◎17. 32	18. 75	◎20. 14
長座体前屈	cm	31. 85	34. 13	◎36. 26	◎39. 46	◎42. 19	◎42. 75
反復横とび	点	◎28. 28	◎32. 31	◎35. 21	◎37. 51	◎41. 02	◎44. 33
20M シャトルラン	回	16. 51	24. 06	◎32. 72	34. 06	40. 34	◎48. 18
50m走	秒	12. 34	11. 10	◎10. 51	◎10. 11	9. 77	9. 27
立ち幅とび	cm	◎113. 42	◎122. 09	◎131. 30	134. 87	◎145. 64	◎158. 31
ソフトボール投げ	m	◎ 5. 93	7. 17	◎ 9. 85	11. 34	◎13. 49	14. 74
全種目得点合計(平均値)		31. 74	39. 71	46. 05	50. 73	56. 36	62. 16
県平均得点との比較		+0. 74	+1. 02	+1. 53	+0. 09	−0. 03	+0. 87
市 R 6 年度との比較		−0. 13	+0. 67	+3. 00	+0. 24	−0. 54	+0. 69

【考察】  
**全体の傾向** 新潟県全体では、男女共昨年度と比べ向上がみられた。特に、「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」の 3 種目が著しく向上している。反面、「握力」「長座体前屈」は昨年度を下回る結果となった。  
 阿賀野市は 6 学年男子が全種目で県平均を上回ったのははじめ、男女全学年とも県平均と同等かそれ以上の結果であった。新潟県の体力は全国でも常に上位に位置し当市は本年度も良好な結果といえる。  
**成 果** 昨年度、反復横跳びが男女全学年において県平均を下回ったが、本年度は大幅に改善された。学校で事前にやり方の詳しい説明や試技反応動作を速くする重心移動遊びなど、繰り返し取り組ませたことが成果となって表れたと考えられる。また「長座体前屈」は男女全学年が県平均を上回った。各校の体育授業等で準備体操やストレッチなど担任が継続的に取り組んでいることが大きな要因と考えられる。  
**課 題** 県平均を上回る種目が昨年度にも増して多くみられた。各校が運動量の確保に向け改善を図りながら継続的に取り組んできた成果と言える。  
 「シャトルラン」「50m 走」など走力・持久力を伴う種目の伸びがやや鈍化傾向にあり県平均を下回る学年もみられた。体育の授業だけでなく学校生活や日常生活で走力を意識した遊びや活動を工夫していくことがより一層大切である。またメディアコントロールも大きな課題と言える。健康教育の大切さや体力向上への関心意欲を持ち続け、学校における教科体育をはじめとした教育活動の工夫や家庭での過ごし方、スポーツクラブ、大会等への推奨も重要と考える。

令和 7 年度 新潟県新体力テスト結果 〈県平均値と阿賀野市の比較〉（中学校）

青色(令和 7 年度阿賀野市が新潟県平均を上回った種目) ◎印(同学年-同種目で令和 6 年度より向上した種目。県は県、市は市同士で比較)  
※全種目得点は各種目の記録を 10 点満点として算出し、その合計得点を平均値として表したものです。〈注〉男女の得点基準値は異なります。満点は 80 点  
新潟県(中学校・男子) 新潟県(中学校・女子)

新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年
握力	kg	24. 20	◎ 29. 83	34. 44	握力	kg	◎ 21. 50	23. 37	24. 86
上体起こし	回	◎ 24. 06	◎ 26. 83	28. 86	上体起こし	回	20. 28	22. 39	23. 48
長座体前屈	cm	◎ 44. 05	◎ 48. 42	◎ 51. 79	長座体前屈	cm	◎ 47. 00	49. 65	◎ 51. 99
反復横とび	点	◎ 49. 40	◎ 52. 76	◎ 55. 29	反復横とび	点	◎ 44. 92	◎ 46. 37	◎ 47. 00
20M シャトルラン	回	◎ 67. 19	78. 65	85. 48	20M シャトルラン	回	47. 08	50. 05	50. 72
50m走	秒	◎ 8. 45	◎ 7. 85	◎ 7. 48	50m走	秒	◎ 9. 11	◎ 8. 91	◎ 8. 79
立ち幅とび	cm	◎ 188. 29	◎ 205. 30	◎ 218. 66	立ち幅とび	cm	◎ 166. 54	◎ 170. 98	◎ 173. 07
ハンドボール投げ	m	◎ 18. 45	◎ 21. 55	◎ 24. 19	ハンドボール投げ	m	◎ 11. 26	12. 71	13. 64
全種目得点合計(平均値)		36. 72	45. 10	51. 58	全種目得点合計(平均値)		44. 75	49. 55	52. 46
阿賀野市(中学校・男子)					阿賀野市(中学校・女子)				
新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年	新体力テスト種目	単位	1 年	2 年	3 年
握力	Kg	◎ 25. 25	◎ 30. 58	34. 96	握力	Kg	◎ 22. 04	◎ 23. 87	24. 59
上体起こし	回	◎ 27. 18	◎ 28. 65	28. 94	上体起こし	回	◎ 21. 68	◎ 22. 19	22. 72
長座体前屈	cm	48. 95	52. 06	◎ 57. 27	長座体前屈	cm	◎ 51. 80	◎ 53. 38	◎ 55. 33
反復横とび	点	◎ 52. 38	◎ 54. 59	54. 05	反復横とび	点	◎ 47. 46	◎ 46. 69	46. 72
20M シャトルラン	回	69. 72	◎ 83. 35	85. 69	20M シャトルラン	回	48. 80	48. 63	53. 66
50m走	秒	◎ 8. 27	7. 80	◎ 7. 21	50m走	秒	◎ 8. 87	◎ 8. 86	◎ 8. 54
立ち幅とび	cm	◎ 193. 95	◎ 207. 98	◎ 217. 61	立ち幅とび	cm	◎ 174. 81	172. 35	172. 83
ハンドボール投げ	m	20. 26	24. 33	25. 77	ハンドボール投げ	m	11. 33	13. 21	14. 63
全種目得点合計(平均値)		40. 39	48. 14	53. 92	全種目得点合計(平均値)		49. 04	50. 88	54. 19
県平均得点との比較		+3. 67	+3. 04	+2. 34	県平均得点との比較		+4. 29	+1. 33	+1. 73
市 R6 年度との比較		－2. 55	+2. 15	+1. 60	市 R6 年度との比較		+1. 83	－0. 40	－0. 33

【考察】  
全体の傾向 令和 2 年度よりコロナ感染禍の影響もあり全国的に体力が低下傾向にあったが、令和 6 年度より上昇傾向となった。新潟県全体では、本年度も「反復横跳び」「50m 走」「立ち幅跳び」の 3 種目が男女全学年で昨年度の数値を上回った。全体的に昨年度よりさらに向上している。ただ「シャトルラン」は全種目の中で最も低い結果となった。一方、阿賀野市の中学校の体力は、本年度も向上傾向にあり男女共、全学年で 8 種目得点県平均値を上回った。また男子 1, 2 学年、女子 1 学年は全種目で県平均を上回った。県平均に届かなかった種目もほとんどが僅差であり、全体的にバランスのとれた高い体力を保持している。  
成果・「長座体前屈」「50m 走」「ハンドボール投げ」は男女全学年で県平均を上回った。新潟県の体力得点は全国的に上位に位置する傾向にあるが阿賀野市の得点はさらに高いレベルにあると言える。  
課題・男女全学年の平均種目が全体的に向上し、県と著しい差のある種目が減少してきている。阿賀野市内の全中学校が体力向上に向け、日頃より真摯に取り組んでいる成果と言える。  
課題・肥満傾向の割合が全国・新潟県に比べ例年やや高い傾向にある。本年度も割合が増加傾向にある。スクリーンタイム時間の増加も懸念されるところである。日常生活の過ごし方について学校と家庭が連携を深め改善していくことが必要である。  
今後も体育の授業における運動量の確保に向けた授業改善と健康への関心意欲の継続、そして、家庭での生活習慣の改善、さらに地域におけるスポーツ環境の充実が必要不可欠と言える。