

令和4年度 さいたま市 新体力テスト平均値

男子

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
握力	8	10	11	13	15	18
上体起こし	11	13	15	17	19	20
長座体前屈	25	27	29	31	33	34
反復横跳び	27	30	32	36	40	44
20mシャトルラン	18	25	31	38	45	54
50m走	11.6	10.7	10.2	9.7	9.4	9.0
立ち幅跳び	115	124	134	142	151	161
ボール投げ	7	9	12	15	18	21

女子

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
握力	8	9	11	13	15	18
上体起こし	11	13	15	16	18	19
長座体前屈	28	30	33	35	38	40
反復横跳び	26	28	31	34	38	41
20mシャトルラン	15	19	23	28	35	40
50m走	12	11.1	10.5	10.0	9.7	9.2
立ち幅跳び	106	115	125	135	144	152
ボール投げ	5	6	8	10	12	14