

令和5年度 新体力テストさいたま市平均値

男子

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
握力 (Kg)	8	9	11	13	15	18
上体起こし (回)	11	13	16	17	19	20
長座体前屈 (cm)	26	27	29	31	33	34
反復横とび (点)	27	30	33	37	40	43
20mシャトルラン (回)	17	24	32	39	46	54
50m走 (秒)	11.6	10.7	10.2	9.8	9.3	8.9
立ち幅とび (cm)	113	125	134	143	151	162
ボール投げ (m)	7	9	12	15	18	22

女子

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
握力 (Kg)	8	9	11	12	15	18
上体起こし (回)	10	13	15	16	18	19
長座体前屈 (cm)	28	30	33	35	38	40
反復横とび (点)	25	28	31	34	38	40
20mシャトルラン (回)	14	19	23	29	34	40
50m走 (秒)	12.1	11.1	10.5	10.1	9.6	9.3
立ち幅とび (cm)	105	116	125	135	144	152
ボール投げ (m)	5	6	8	10	12	13