

## 令和4年度

## 中学生の体力・運動能力

種目・項目	学年	中学生 男子				中学生 女子			
		全国平均	千葉県平均	東葛飾平均	松戸市平均	全国平均	千葉県平均	東葛飾平均	松戸市平均
1. 握力 (Kg)	1年	24.53	24.14	22.21	21.68	21.73	21.22	20.28	20.47
	2年	30.39	29.44	27.83	27.77	24.19	23.42	23.01	23.31
	3年	34.65	34.14	33.39	32.96	25.73	25.23	24.53	24.82
2. 上体起こし (回)	1年	23.92	22.96	22.35	22.3	20.5	20.31	19.99	19.52
	2年	27.31	25.83	24.74	25.95	23.23	22.27	22.14	22.38
	3年	28.96	28.48	28.74	29.13	24.55	23.59	22.58	22.58
3. 長座体前屈 (cm)	1年	40.98	41.45	39.14	37.72	43.64	44.69	42.93	43.71
	2年	44.8	45.95	44.44	45.4	46.65	47.4	45.24	45.23
	3年	47.81	50.16	48.85	48.9	49	50.34	47.92	48.32
4. 反復横とび (点)	1年	46.69	48.10	46.49	46.2	45.78	44.54	43.59	43.16
	2年	53.77	51.65	50.52	51.38	48.31	46	45.39	45.17
	3年	56.28	54.63	54.54	54.47	49.34	46.94	45.74	46.5
5. 20mシャトルラン (回)	1年	70.58	63.24	61.62	58.1	50.85	46.86	46.20	44.5
	2年	86.88	78.96	77.65	84.03	60.46	52.43	53.45	54.78
	3年	94.44	86.65	89.27	85.62	60.91	52.44	50.89	49.35
6. 50 m 走 (1/10秒)	1年	8.38	8.49	8.60	8.7	8.98	9.03	9.09	9.15
	2年	7.78	7.81	7.89	7.82	8.66	8.8	8.75	8.77
	3年	7.41	7.41	7.39	7.42	8.58	8.69	8.73	8.68
7. 立ち幅跳び (cm)	1年	185.41	180.80	175.08	168.56	167.23	161.95	158.09	157.15
	2年	203.8	198.50	196.11	195.93	174.4	168.86	167.95	165.6
	3年	216.35	213.41	213.99	210.06	178.61	170.98	167.85	167.41
8. ハンドボール投げ (m)	1年	18.14	16.98	16.49	15.81	11.92	11.09	10.95	11.12
	2年	21.09	19.71	19.48	20.02	13.35	12.27	12.29	12.46
	3年	23.54	22.53	22.76	21.81	14.44	13.17	13.31	13.23

※ 全国平均は令和3年度の値