

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

男子握力

(単位:kg)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	9.60	9.49	9.83	9.68	9.37	9.59	9.33	9.17	9.68	9.56	9.45	9.56
	2年(7歳)	11.44	11.12	11.56	11.59	11.24	11.23	11.36	11.08	11.04	11.28	11.15	11.07
	3年(8歳)	13.16	13.47	13.17	13.48	13.02	13.14	13.15	12.85	12.96	13.06	12.92	13.05
	4年(9歳)	15.19	15.18	15.34	15.45	15.22	15.04	15.18	14.89	14.97	14.99	14.84	15.17
	5年(10歳)	17.33	17.41	17.64	17.85	17.49	17.46	17.16	17.14	17.40	17.15	17.21	17.19
	6年(11歳)	21.05	20.62	20.87	21.15	20.51	20.31	20.49	20.19	20.33	20.13	20.16	20.30
中学校	1年(12歳)	25.39	25.20	25.86	25.74	25.38	25.03	24.65	25.39	24.71	24.66	24.54	24.69
	2年(13歳)	31.34	31.53	31.75	31.69	31.92	30.97	31.05	31.07	31.26	30.10	30.30	31.04
	3年(14歳)	36.85	36.30	37.10	36.9	36.99	36.46	36.09	36.40	35.81	35.46	35.16	35.82
高等学校	1年(15歳)	39.17	39.87	39.50	40.06	39.74	39.64	39.31	39.82	39.29	39.41	39.08	38.72
	2年(16歳)	41.18	42.44	42.35	42.43	42.25	42.56	42.15	42.39	41.95	42.18	41.56	41.45
	3年(17歳)	43.24	43.55	43.78	44.09	43.72	43.58	43.88	44.02	44.21	43.40	43.43	42.84

男子上体起こし

(単位:kg)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	10.50	10.85	10.81	10.68	10.87	10.53	11.16	10.93	11.31	11.23	11.46	11.12
	2年(7歳)	13.22	12.77	12.82	13.47	13.10	12.92	13.24	13.66	13.70	13.78	13.82	13.57
	3年(8歳)	14.72	14.63	15.15	15.31	15.36	15.14	15.32	15.60	15.01	15.64	15.81	15.64
	4年(9歳)	16.18	16.76	16.37	17.14	17.04	17.05	17.55	17.83	17.26	17.64	17.76	17.79
	5年(10歳)	17.84	17.98	18.40	18.91	18.65	19.36	19.38	19.88	19.90	19.37	19.52	19.99
	6年(11歳)	19.75	20.62	20.59	20.88	21.07	21.00	21.07	21.53	21.21	21.60	21.57	22.12
中学校	1年(12歳)	21.60	21.88	22.68	22.77	23.30	23.46	23.75	23.50	23.61	23.96	23.69	23.78
	2年(13歳)	24.67	25.27	26.00	26.34	26.79	26.93	27.41	27.30	27.10	27.50	26.74	27.41
	3年(14歳)	25.97	26.51	27.65	28.08	28.49	28.97	29.30	29.58	29.05	29.49	29.46	29.95
高等学校	1年(15歳)	25.99	27.21	27.66	28.34	28.42	29.47	29.44	29.43	29.90	29.62	29.63	29.90
	2年(16歳)	27.44	28.90	29.60	30.47	30.41	31.52	31.04	32.20	31.76	31.96	31.44	32.21
	3年(17歳)	27.89	29.26	29.70	31.20	31.42	32.22	31.94	32.64	33.04	32.58	32.88	32.64

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

男子長座体前屈

(単位: cm)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	25.51	24.90	26.14	25.55	25.29	25.59	25.23	24.83	26.41	26.38	26.34	25.87
	2年(7歳)	26.79	27.10	27.32	28.05	27.17	27.18	27.28	27.04	26.88	27.45	27.06	26.89
	3年(8歳)	28.98	28.35	29.17	30.01	29.14	29.25	28.45	28.56	29.24	29.06	28.78	29.32
	4年(9歳)	30.46	30.97	31.09	31.74	30.92	31.00	30.33	30.60	30.80	30.28	30.46	30.50
	5年(10歳)	32.68	32.60	32.57	33.18	32.67	33.21	32.32	32.45	33.02	32.47	32.82	33.00
	6年(11歳)	34.60	34.43	34.98	35.09	34.91	35.06	34.56	35.04	34.62	34.49	34.56	35.31
中学校	1年(12歳)	37.55	38.46	38.69	38.40	38.53	38.94	39.11	38.92	39.09	39.39	38.67	39.50
	2年(13歳)	40.77	42.31	42.65	43.18	43.83	43.50	42.76	44.08	43.69	43.15	43.64	43.53
	3年(14歳)	44.20	45.39	46.11	46.22	46.49	46.70	46.88	47.81	47.13	46.79	46.08	47.35
高等学校	1年(15歳)	45.03	46.12	46.78	47.49	48.40	48.59	49.01	48.34	48.23	48.24	49.57	48.21
	2年(16歳)	46.71	48.16	49.47	50.33	50.85	50.68	50.33	51.84	51.22	50.17	50.74	51.13
	3年(17歳)	47.68	47.93	49.44	50.86	51.55	52.29	52.65	53.42	53.12	51.94	53.05	52.53

男子反復横とび

(単位: 点)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	25.63	25.83	26.20	26.10	26.58	26.04	26.37	26.43	26.20	26.98	27.01	27.09
	2年(7歳)	29.84	29.78	30.29	30.02	30.04	30.00	30.20	30.92	30.49	31.26	30.66	31.53
	3年(8歳)	33.24	33.41	33.82	34.04	33.96	34.37	33.83	34.16	34.08	34.59	34.43	35.47
	4年(9歳)	36.08	36.88	36.89	37.52	38.12	38.01	37.96	38.79	37.63	38.78	38.34	38.31
	5年(10歳)	39.22	40.41	40.42	41.60	41.71	41.70	41.28	42.37	42.10	42.43	42.01	42.68
	6年(11歳)	42.43	43.50	43.43	43.58	44.88	44.86	44.67	44.90	45.15	45.43	45.41	46.56
中学校	1年(12歳)	44.65	44.41	45.72	46.09	47.80	47.90	47.37	47.84	47.31	48.37	48.17	48.75
	2年(13歳)	48.29	49.01	49.39	49.98	51.34	51.57	51.77	51.84	51.33	51.78	51.76	52.90
	3年(14歳)	50.16	51.03	51.55	52.34	53.14	54.04	53.94	54.02	53.95	54.62	54.40	55.45
高等学校	1年(15歳)	49.49	51.62	51.92	52.33	53.37	53.89	54.07	54.70	55.20	54.85	55.29	55.63
	2年(16歳)	51.11	52.55	53.71	54.56	55.02	55.44	55.21	56.70	56.72	56.66	57.04	57.14
	3年(17歳)	52.05	53.37	54.15	55.43	55.79	56.99	56.77	57.73	58.39	57.45	58.21	58.03

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

男子20mシャトルラン

(単位:回)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	17.74	16.04	16.41	15.69	15.38	15.92	15.62	16.14	16.87	16.28	17.31	17.62
	2年(7歳)	26.48	25.30	25.81	25.8	23.71	24.18	24.34	25.66	25.70	26.29	26.56	26.58
	3年(8歳)	34.18	33.04	34.09	33.74	33.16	33.27	32.51	34.06	33.79	34.10	35.61	36.67
	4年(9歳)	40.85	41.24	40.75	41.38	40.61	42.06	41.77	43.46	41.27	44.07	45.80	43.40
	5年(10歳)	46.28	47.63	47.84	50.31	48.26	49.38	49.48	51.93	50.95	51.83	53.67	53.48
	6年(11歳)	55.65	56.44	56.33	57.48	58.44	59.30	57.30	60.34	60.42	61.96	62.77	64.31
中学校	1年(12歳)	64.01	63.85	65.99	65.22	67.74	67.67	66.58	67.05	69.67	70.12	69.25	70.86
	2年(13歳)	79.66	80.96	82.04	81.62	82.72	83.63	83.42	86.30	87.47	87.60	85.49	89.44
	3年(14歳)	85.64	86.42	89.85	88.92	89.69	90.68	92.55	92.34	93.71	94.06	92.80	95.57
高等学校	1年(15歳)	80.34	83.64	83.85	83.12	81.98	84.54	86.84	88.13	87.55	86.10	87.12	88.96
	2年(16歳)	87.00	90.27	91.99	92.57	89.81	92.62	90.25	93.55	94.23	93.06	92.91	97.32
	3年(17歳)	91.09	91.03	90.61	91.89	93.17	94.60	93.79	97.62	93.66	94.90	95.64	96.08

男子持久走(1500m)

(単位:秒)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
中学校	1年(12歳)	418.95	426.97	420.70	432.04	422.03	423.31	417.83	421.00	424.44	421.47	414.23	419.23
	2年(13歳)	383.16	385.46	393.56	388.65	388.07	383.68	384.73	386.72	392.16	391.52	383.06	374.75
	3年(14歳)	368.22	375.53	382.66	378.47	375.44	373.28	369.11	371.97	373.21	367.71	369.28	356.21
高等学校	1年(15歳)	384.02	378.16	385.24	381.26	381.12	387.12	383.43	385.43	377.86	377.33	380.58	379.43
	2年(16歳)	373.43	367.34	376.19	371.55	368.91	379.72	371.39	379.59	367.17	372.36	363.65	368.83
	3年(17歳)	368.38	363.29	372.39	370.45	365.87	367.85	375.72	374.92	366.44	368.11	365.20	361.50

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

男子50m走

(単位:秒)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	11.68	11.68	11.62	11.63	11.65	11.60	11.57	11.68	11.67	11.57	11.58	11.55
	2年(7歳)	10.73	10.81	10.83	10.78	10.83	10.76	10.76	10.71	10.80	10.65	10.66	10.69
	3年(8歳)	10.16	10.20	10.21	10.18	10.16	10.15	10.17	10.18	10.19	10.19	10.15	10.18
	4年(9歳)	9.72	9.70	9.84	9.78	9.75	9.69	9.69	9.67	9.74	9.65	9.62	9.68
	5年(10歳)	9.34	9.34	9.39	9.31	9.36	9.33	9.31	9.33	9.28	9.35	9.28	9.24
	6年(11歳)	8.93	8.89	9.03	8.96	8.91	8.89	8.95	8.89	8.91	8.88	8.90	8.82
中学校	1年(12歳)	8.47	8.56	8.54	8.57	8.47	8.51	8.47	8.52	8.55	8.48	8.44	8.56
	2年(13歳)	7.96	7.95	7.98	7.95	7.97	7.94	7.91	7.91	7.94	7.92	7.91	7.88
	3年(14歳)	7.56	7.63	7.60	7.60	7.60	7.55	7.54	7.56	7.53	7.53	7.52	7.51
高等学校	1年(15歳)	7.55	7.49	7.52	7.56	7.54	7.55	7.51	7.51	7.50	7.52	7.49	7.49
	2年(16歳)	7.38	7.34	7.35	7.36	7.34	7.35	7.34	7.37	7.32	7.35	7.34	7.28
	3年(17歳)	7.27	7.25	7.27	7.29	7.26	7.23	7.22	7.22	7.20	7.30	7.18	7.19

男子立ち幅とび

(単位:cm)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	115.92	117.25	115.70	115.23	114.61	113.54	115.17	113.47	115.60	115.56	114.71	115.13
	2年(7歳)	130.08	127.17	127.68	127.13	127.08	125.83	126.62	127.55	127.23	127.67	126.25	126.44
	3年(8歳)	139.48	139.17	137.78	138.83	138.65	138.61	136.53	137.09	136.36	137.44	136.96	137.37
	4年(9歳)	149.15	149.21	146.85	147.11	145.49	146.24	146.12	146.61	145.48	147.12	146.15	146.45
	5年(10歳)	156.82	157.04	156.37	156.97	153.47	155.52	154.73	156.20	156.29	154.54	155.33	155.79
	6年(11歳)	168.94	168.12	166.31	166.68	166.54	167.24	165.47	165.08	165.82	166.79	165.37	167.27
中学校	1年(12歳)	182.57	180.11	181.57	180.55	182.35	183.15	180.67	181.12	180.61	180.72	179.53	181.05
	2年(13歳)	198.83	197.67	198.48	198.85	200.16	200.36	198.48	199.33	197.99	196.76	196.52	198.26
	3年(14歳)	212.38	210.71	213.26	211.55	212.61	213.23	212.66	213.17	213.02	211.42	210.39	213.12
高等学校	1年(15歳)	216.91	220.37	219.16	217.51	220.07	219.60	217.97	218.73	218.14	219.11	218.78	218.98
	2年(16歳)	225.26	227.01	226.50	225.80	225.64	227.62	224.14	225.78	224.83	225.72	224.85	227.04
	3年(17歳)	229.77	230.29	230.39	229.54	230.45	231.59	230.39	230.50	230.62	228.00	231.04	229.89

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

男子ソフトボール投げ

(単位:m)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	9.46	9.55	9.50	9.21	9.16	9.37	9.35	9.15	9.27	9.30	9.18	9.21
	2年(7歳)	13.28	13.22	13.19	12.97	12.37	12.89	13.08	13.26	13.34	13.25	13.33	12.96
	3年(8歳)	17.27	17.83	17.39	17.51	17.08	17.42	17.65	17.29	17.43	17.66	17.92	17.49
	4年(9歳)	21.85	22.20	21.52	21.98	21.42	21.65	21.92	21.85	21.74	22.33	22.55	21.97
	5年(10歳)	25.69	26.46	26.33	26.58	25.20	25.62	25.59	26.21	26.46	26.20	26.37	25.97
	6年(11歳)	30.25	30.43	29.94	30.86	30.42	30.19	29.80	29.46	29.95	30.37	30.57	30.78

男子ハンドボール投げ

(単位:m)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
中学校	1年(12歳)	19.35	18.88	19.34	19.02	19.29	19.35	19.11	18.93	19.04	19.21	18.92	18.89
	2年(13歳)	21.99	22.06	22.55	21.80	22.06	22.11	22.43	22.25	22.03	21.76	22.04	21.93
	3年(14歳)	24.76	24.39	24.75	24.29	24.29	24.55	24.91	24.82	23.99	24.41	24.10	24.41
高等学校	1年(15歳)	25.25	25.79	24.96	25.68	24.94	25.52	25.54	25.70	25.69	25.06	25.17	25.32
	2年(16歳)	26.80	27.23	26.73	26.70	26.69	26.80	26.51	26.97	27.03	26.55	26.53	26.79
	3年(17歳)	27.73	27.92	27.52	27.63	27.33	27.66	27.86	28.07	27.96	27.13	27.86	27.52

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

女子握力

(単位:kg)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	8.84	8.55	8.91	8.93	8.75	8.77	8.68	8.66	8.94	8.85	8.80	8.87
	2年(7歳)	10.47	10.21	10.51	10.68	10.62	10.44	10.55	10.34	10.30	10.31	10.39	10.56
	3年(8歳)	12.07	12.23	12.05	12.37	12.06	12.26	12.18	11.90	12.13	12.02	11.93	12.28
	4年(9歳)	14.09	14.09	14.17	14.19	14.28	14.07	14.07	14.01	13.97	13.96	14.01	14.46
	5年(10歳)	16.73	16.56	16.69	16.84	16.93	16.96	16.83	16.35	16.55	16.81	16.62	16.98
	6年(11歳)	20.05	19.57	19.96	20.04	19.36	19.57	19.98	19.46	19.59	19.97	19.89	19.66
中学校	1年(12歳)	21.85	21.75	22.41	22.26	22.39	22.07	21.99	22.23	22.05	22.08	21.86	22.03
	2年(13歳)	24.20	24.19	24.52	24.62	24.75	24.27	24.14	24.02	24.34	23.97	24.01	24.47
	3年(14歳)	25.83	25.40	26.06	25.7	26.12	25.73	25.62	25.73	25.58	25.33	25.36	25.67
高等学校	1年(15歳)	25.72	25.87	26.02	25.86	25.83	25.78	25.53	25.91	25.87	26.13	25.47	25.98
	2年(16歳)	26.52	26.72	26.65	26.89	26.92	26.50	26.71	26.90	26.88	27.01	26.57	27.01
	3年(17歳)	27.10	27.36	27.66	27.56	27.64	27.32	27.14	27.56	27.59	27.35	27.05	27.24

女子上体起こし

(単位:kg)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	10.23	10.13	9.82	9.80	10.27	10.38	10.54	10.43	10.38	10.43	10.84	10.38
	2年(7歳)	12.24	11.90	11.84	12.38	12.35	12.48	12.42	12.86	12.71	12.73	12.99	12.94
	3年(8歳)	13.35	13.67	13.65	14.03	13.96	14.17	14.34	14.22	14.40	14.60	14.81	14.50
	4年(9歳)	14.80	14.87	14.74	15.61	15.59	15.68	16.13	16.57	15.83	16.43	16.36	16.42
	5年(10歳)	15.67	15.92	16.45	17.04	16.82	17.53	17.91	18.05	17.61	18.42	17.71	18.41
	6年(11歳)	16.77	16.83	17.63	17.84	18.33	18.29	18.84	19.18	19.17	19.22	19.48	19.46
中学校	1年(12歳)	17.22	17.38	18.03	18.22	19.25	19.47	19.75	19.86	20.12	20.25	20.25	20.55
	2年(13歳)	18.17	19.47	19.84	20.46	21.44	21.79	21.92	22.62	22.49	23.08	22.32	22.78
	3年(14歳)	18.98	19.52	20.58	21.16	21.85	22.23	22.60	23.22	23.37	24.00	23.16	23.84
高等学校	1年(15歳)	18.11	19.02	19.33	19.98	20.55	21.28	21.29	22.09	22.40	22.52	22.87	23.22
	2年(16歳)	19.08	19.66	20.09	20.69	21.66	22.38	22.44	23.27	23.96	23.82	24.25	24.55
	3年(17歳)	19.33	20.42	20.89	21.30	22.15	22.43	22.95	23.99	24.44	24.18	24.62	24.93

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

女子長座体前屈

(単位: cm)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	27.54	27.11	27.66	27.36	27.38	27.24	27.85	27.26	28.39	28.51	28.49	28.28
	2年(7歳)	28.90	29.43	29.22	30.03	29.68	29.63	29.73	29.94	29.95	29.96	29.65	30.05
	3年(8歳)	31.65	30.97	31.75	31.73	31.50	31.63	31.28	31.03	32.58	31.66	31.21	32.39
	4年(9歳)	34.00	33.40	33.94	34.43	33.35	33.90	33.66	34.16	34.17	33.90	33.85	34.40
	5年(10歳)	35.64	35.46	35.66	36.66	36.03	36.56	35.81	36.20	36.02	36.26	36.68	36.93
	6年(11歳)	38.69	37.66	38.87	39.03	37.98	38.66	38.67	38.85	38.90	39.11	38.91	39.66
中学校	1年(12歳)	40.91	40.47	41.46	40.94	42.10	41.38	41.61	41.52	41.97	42.04	42.57	42.00
	2年(13歳)	43.78	43.29	43.70	43.53	44.26	43.76	43.52	44.13	44.52	43.94	43.93	45.04
	3年(14歳)	45.02	44.97	45.30	44.85	45.67	45.69	45.73	45.94	46.08	45.93	46.03	46.57
高等学校	1年(15歳)	44.55	45.46	45.24	45.61	45.89	46.09	46.41	46.40	46.19	46.43	46.12	46.79
	2年(16歳)	45.89	45.63	46.57	46.65	47.20	46.90	47.38	47.62	48.55	47.11	47.80	48.11
	3年(17歳)	46.17	46.69	47.34	47.29	47.97	48.20	48.40	48.96	49.83	48.20	48.73	48.69

女子反復横とび

(単位: 点)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	25.25	25.18	25.14	25.05	26.00	25.63	25.63	25.81	25.49	26.49	26.22	26.36
	2年(7歳)	28.29	29.78	28.85	28.69	29.07	28.85	29.36	29.51	29.30	29.83	29.36	30.46
	3年(8歳)	31.10	31.74	31.76	32.14	32.37	32.33	32.31	32.55	32.54	32.80	32.73	33.51
	4年(9歳)	34.11	34.57	34.74	35.61	35.88	35.84	36.04	36.30	35.97	37.06	36.23	36.69
	5年(10歳)	37.04	37.29	37.65	38.97	39.50	39.42	39.42	39.61	39.23	40.17	39.48	40.15
	6年(11歳)	38.67	39.67	40.21	40.44	41.53	41.21	42.02	42.10	42.05	42.40	42.12	43.25
中学校	1年(12歳)	40.00	40.16	41.11	41.61	42.87	43.32	42.86	43.49	43.47	43.96	43.97	44.35
	2年(13歳)	41.72	42.47	42.76	43.75	44.83	45.21	44.70	45.59	45.45	45.50	45.71	46.24
	3年(14歳)	42.46	42.85	43.40	43.81	45.20	45.48	45.35	45.99	46.10	46.58	46.26	46.92
高等学校	1年(15歳)	41.35	42.40	42.91	43.39	44.64	44.59	44.38	45.52	45.67	46.30	46.26	46.62
	2年(16歳)	42.23	42.91	43.32	44.60	45.07	44.76	44.87	46.25	46.75	46.77	47.14	47.53
	3年(17歳)	42.34	43.37	43.89	44.85	45.18	45.61	45.71	46.70	47.40	47.15	47.58	47.50

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

女子20mシャトルラン

(単位:回)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	14.85	14.60	14.05	14.00	13.70	13.54	13.34	14.44	13.89	14.50	14.07	14.33
	2年(7歳)	20.75	20.57	20.43	20.38	19.51	19.70	19.72	20.77	20.56	20.01	20.72	20.80
	3年(8歳)	25.25	26.12	25.91	26.54	24.80	26.45	25.00	26.29	24.60	26.68	26.68	26.49
	4年(9歳)	31.73	31.82	32.90	32.98	31.43	33.42	32.06	33.12	32.68	33.26	34.36	32.91
	5年(10歳)	37.22	38.19	38.21	39.41	38.68	39.23	39.64	40.49	40.18	41.57	41.15	41.36
	6年(11歳)	42.07	42.56	43.57	44.62	46.06	45.15	46.79	46.94	47.74	47.66	48.45	48.37
中学校	1年(12歳)	44.56	47.11	47.43	47.07	50.40	51.49	49.33	49.09	50.72	51.18	50.73	50.87
	2年(13歳)	52.07	53.19	54.98	55.43	57.28	57.71	57.50	58.74	59.81	59.60	57.64	60.02
	3年(14歳)	52.89	54.26	55.53	56.11	56.80	57.11	57.45	60.21	59.49	59.35	56.92	59.35
高等学校	1年(15歳)	45.01	46.82	47.92	46.58	46.87	49.62	48.56	51.32	49.19	49.37	51.28	51.89
	2年(16歳)	49.19	49.59	50.16	49.70	49.92	52.27	52.00	53.95	54.22	53.81	56.08	56.31
	3年(17歳)	51.05	49.40	50.32	49.29	49.31	53.34	49.94	55.03	54.72	53.73	55.31	56.44

女子持久走(1000m)

(単位:秒)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
中学校	1年(12歳)	292.89	301.06	303.02	301.08	299.77	296.99	295.71	291.53	301.50	297.31	293.16	293.95
	2年(13歳)	285.00	292.77	288.61	294.98	287.34	283.57	286.52	287.29	289.22	285.48	283.53	279.39
	3年(14歳)	289.70	298.73	297.08	291.93	291.37	293.65	287.55	288.97	293.30	288.35	289.39	285.34
高等学校	1年(15歳)	304.50	301.22	312.84	308.34	306.54	305.09	312.42	305.51	308.57	307.06	304.46	304.45
	2年(16歳)	301.04	298.86	309.71	308.07	305.63	307.79	312.71	304.37	303.26	303.25	303.73	295.33
	3年(17歳)	303.84	302.27	304.95	307.56	303.70	308.51	310.47	302.88	304.52	303.50	298.08	301.30

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

女子50m走

(単位:秒)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	11.96	11.93	11.91	11.91	11.93	11.90	11.94	12.01	11.98	11.89	11.89	11.92
	2年(7歳)	11.04	11.10	11.10	11.09	11.01	11.01	11.05	11.00	11.12	11.08	10.97	11.03
	3年(8歳)	10.50	10.46	10.49	10.45	10.50	10.44	10.45	10.46	10.52	10.38	10.45	10.49
	4年(9歳)	10.03	10.02	10.04	9.99	9.99	9.93	9.97	9.98	10.05	9.93	9.96	9.98
	5年(10歳)	9.57	9.59	9.59	9.62	9.62	9.54	9.53	9.58	9.61	9.54	9.61	9.52
	6年(11歳)	9.26	9.24	9.26	9.26	9.25	9.22	9.20	9.22	9.19	9.23	9.23	9.17
中学校	1年(12歳)	9.05	9.09	9.10	9.09	8.98	9.01	9.01	9.07	9.02	9.03	9.00	9.03
	2年(13歳)	8.89	8.90	8.91	8.85	8.80	8.75	8.76	8.84	8.79	8.78	8.75	8.81
	3年(14歳)	8.74	8.89	8.83	8.83	8.80	8.75	8.76	8.71	8.75	8.72	8.69	8.73
高等学校	1年(15歳)	9.08	9.01	9.00	9.08	9.02	8.97	8.98	8.96	8.96	8.91	8.91	8.86
	2年(16歳)	8.98	8.97	9.04	9.01	8.97	9.07	8.96	8.94	8.91	8.88	8.91	8.82
	3年(17歳)	9.01	8.97	8.94	9.02	8.93	9.05	8.94	8.93	8.86	8.87	8.84	8.84

女子立ち幅とび

(単位:cm)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	106.05	107.54	105.74	104.40	105.59	104.47	106.34	106.19	106.18	106.56	105.81	104.98
	2年(7歳)	118.63	117.44	117.22	117.68	117.38	116.37	116.61	118.36	118.34	118.16	117.17	117.90
	3年(8歳)	129.40	128.94	127.48	128.02	128.12	128.14	127.10	128.36	127.66	129.13	126.61	128.15
	4年(9歳)	139.93	138.30	138.03	137.00	136.92	137.57	136.10	138.23	137.12	138.73	137.27	136.99
	5年(10歳)	148.26	148.23	146.93	147.59	145.26	146.26	147.54	147.83	146.20	147.61	146.05	146.34
	6年(11歳)	155.38	154.33	154.96	154.05	154.28	154.82	155.90	153.39	156.19	155.15	154.61	155.34
中学校	1年(12歳)	162.04	160.74	161.45	158.96	164.63	164.34	162.23	162.92	162.44	163.29	162.75	164.21
	2年(13歳)	166.56	165.26	166.34	167.89	170.32	170.72	167.94	169.24	169.03	169.46	168.63	170.12
	3年(14歳)	171.35	168.19	168.65	170.00	171.35	171.60	169.99	171.74	171.22	171.47	169.08	171.71
高等学校	1年(15歳)	165.46	166.32	165.48	165.07	167.99	169.64	164.90	168.49	168.42	169.99	169.65	172.60
	2年(16歳)	169.42	168.07	167.91	168.27	169.64	169.62	167.47	171.04	170.63	172.07	172.42	173.61
	3年(17歳)	168.86	168.53	170.15	169.96	172.72	172.70	170.49	172.52	173.12	171.27	172.53	173.02

参考：新体力テスト(全国) 年度別平均値

女子ソフトボール投げ

(単位:m)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
小学校	1年(6歳)	5.94	6.20	5.88	5.75	5.83	5.85	5.90	5.87	5.86	5.91	6.02	5.95
	2年(7歳)	7.74	7.86	7.96	7.77	7.61	7.81	8.01	7.73	7.81	7.73	7.83	8.04
	3年(8歳)	9.99	10.02	10.27	10.25	9.55	9.85	10.22	10.14	9.94	10.22	10.32	9.93
	4年(9歳)	12.54	12.68	12.72	12.65	12.31	12.43	12.55	12.77	12.41	12.50	12.87	12.19
	5年(10歳)	15.21	14.98	15.12	15.19	14.80	15.04	15.18	15.21	15.12	15.24	15.05	15.00
	6年(11歳)	17.06	17.03	17.26	17.49	17.19	17.15	17.81	17.24	17.49	17.87	17.82	17.45

女子ハンドボール投げ

(単位:m)

校種	学年(年齢)	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22
中学校	1年(12歳)	12.76	12.27	12.49	12.49	12.53	12.86	12.69	12.54	12.81	12.76	12.74	12.40
	2年(13歳)	13.56	13.43	13.63	13.75	13.92	14.13	14.05	13.93	14.10	13.99	13.88	13.89
	3年(14歳)	14.71	14.18	14.38	14.23	14.56	14.93	14.55	14.74	14.78	14.71	14.45	14.59
高等学校	1年(15歳)	14.45	14.49	14.23	14.18	14.30	14.53	14.27	14.66	14.42	14.57	14.57	14.71
	2年(16歳)	15.26	14.92	14.66	14.73	14.64	14.80	14.68	14.92	15.29	15.28	14.87	15.37
	3年(17歳)	15.43	15.26	15.05	15.28	14.98	15.24	15.00	15.56	15.51	15.30	15.29	15.61