

平成28年度 幼児・ジュニアスポーツ教室、ジュニアアスリート2016 測定結果一覧

測定種目

● 3歳児・・・20m走

● 4歳児・・・20m走、立ち幅跳び

● 5歳児・・・20m走、反復横とび

● ジュニア・・・20m走、反復横跳び

● ジュニアアスリート・・・20m走、ボール投げ、一般体力測定

3歳児	初回平均	最終回平均	向上値
20m走	8.30秒	7.10秒	1.2秒減
4歳児	初回平均	最終回平均	向上値
20m走	6.58秒	5.72秒	0.86秒減
立ち幅跳び	83.42cm	88.08cm	4.66cm増
5歳児	初回平均	最終回平均	向上値
20m走	5.86秒	5.34秒	0.52秒減
反復横跳び	19回	26回	7回増
ジュニア	初回平均	最終回平均	向上値
20m走	4.61秒	4.73秒	0.12秒増
反復横跳び	31回	33回	2回増
ジュニアアスリート	初回平均	最終回平均	向上値
20m走	3.9 秒	3.6 秒	0.3 秒減
ボール投げ	17.43 m	19.62 m	2.2 m増
一般体力測定			
握力(右)	19.6 kg	21.9 kg	2.3 kg増
握力(左)	19.1 kg	20.9 kg	1.8 kg増
垂直飛び	41.1 cm	44.0 cm	2.9 cm増
反復横とび	44.5 回	45.8 回	1.3 回増
全身反応	0.37 秒	0.31 秒	0.06 秒減
閉眼片足立ち	23.5 秒	52.5 秒	29.0 秒増
体前屈	10 cm	11.0 cm	1 cm増
踏み台昇降	57.7 点	56.5 点	1.2 点減
上体起こし	23.1 回	26.5 回	3.4 回増