

# 令和5年度小松川第二小学校体力調査まとめ

体力向上委員会

## 【1年生】

### 1 結果

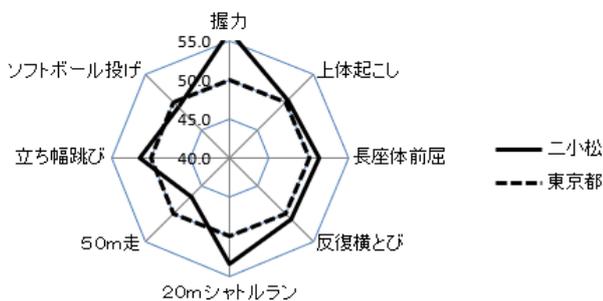
#### ①男子

1年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	52	53	53	53	53	53	53	53	53	53	53
	平均	118.5	22.0	10.1	11.1	27.0	26.8	19.2	11.8	115.8	7.1	30.0
区市町村	平均	116.9	21.2	8.8	11.1	26.0	26.5	16.4	11.6	114.6	7.4	29.2
	Tスコア	53.2	53.1	55.9	49.9	51.6	50.6	53.3	47.7	50.7	49.0	
東京都	平均	117.2	21.2	8.7	10.9	26.1	26.3	16.2	11.5	113.2	7.4	29.1
	Tスコア	52.6	52.9	56.1	50.4	51.3	51.0	53.5	46.9	51.4	49.2	
全国	平均	116.4	21.0	9.2	11.6	25.7	27.2	18.9	11.5	114.2	8.6	30.4
	Tスコア	54.4	53.6	54.0	49.0	52.0	49.2	50.4	46.9	50.9	45.2	

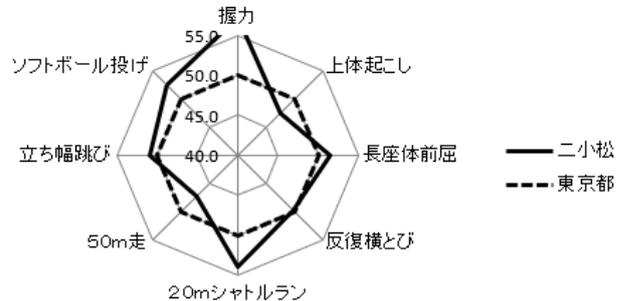
#### ②女子

1年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	49	49	48	48	48	48	47	48	48	47	47
	平均	117.4	21.2	9.6	9.5	29.0	25.4	15.3	12.2	106.4	5.5	29.5
区市町村	平均	116.1	20.8	8.2	10.8	28.0	25.5	13.3	11.9	106.3	5.2	29.0
	Tスコア	52.7	51.4	57.0	47.4	51.5	49.7	53.4	47.6	50.1	51.7	
東京都	平均	116.2	20.8	8.1	10.5	28.5	25.3	13.1	11.9	104.9	5.1	28.7
	Tスコア	52.3	51.4	57.2	48.1	50.7	50.3	53.9	47.3	50.9	52.5	
全国	平均	115.6	20.6	8.5	11.0	28.1	26.6	15.0	11.9	106.3	5.7	30.2
	Tスコア	53.7	52.1	55.2	47.0	51.5	47.3	50.4	46.9	50.1	48.8	

### 1年男子



### 1年女子



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均とほぼ等しく、東京都平均より高くなっている。測定種目の中では、「ソフトボール投げ」が低い傾向にあるため、休み時間などでボールを投げる場を増やし、投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げるなど、体全体を使った大きなフォームで投げることを意識できるようにしていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しい。測定種目の中では、「50m走」が低い傾向にあるため、体全体を大きく、素早く、力強く動かす経験をすることができるようにしていく。また、走るフォームを改善できるようにするとともに、体育の学習などで走る運動を取り入れていく。

## 【2年生】

### 1 結果

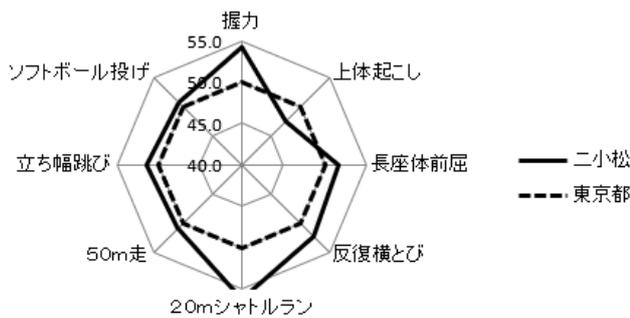
#### ①男子

2年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	38	38	45	45	45	45	44	45	45	45	44
	平均	124.0	23.7	11.5	12.2	28.9	31.4	33.2	10.5	126.4	10.8	37.7
区市町村	平均	123.3	24.1	10.6	13.7	27.6	30.1	25.5	10.6	124.7	10.6	36.5
	Tスコア	51.2	48.7	53.5	47.1	51.8	52.2	55.7	51.5	51.0	50.5	
東京都	平均	123.3	24.0	10.4	13.6	27.7	30.1	25.1	10.6	124.0	10.5	36.4
	Tスコア	51.3	49.0	54.2	47.4	51.7	52.2	56.3	50.8	51.4	50.6	
全国	平均	122.6	23.7	10.9	14.1	27.2	31.3	28.9	10.6	126.2	12.1	37.9
	Tスコア	52.7	49.8	52.1	46.6	52.7	50.2	53.1	50.8	50.1	47.1	

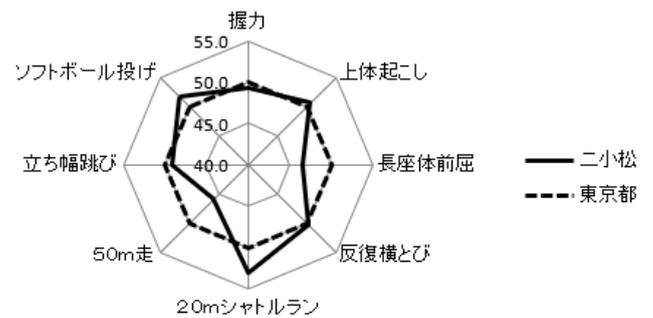
#### ②女子

2年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	37	39	39	38	39	39	37	39	39	39	36
	平均	121.9	23.7	9.6	12.9	28.4	29.0	21.2	11.3	113.9	7.2	35.5
区市町村	平均	122.2	23.5	10.0	13.1	30.6	28.9	19.1	11.0	116.1	6.9	36.4
	Tスコア	49.5	50.5	48.2	49.5	46.9	50.2	52.6	46.6	48.7	51.3	
東京都	平均	122.3	23.5	9.8	13.0	30.8	28.9	18.7	11.0	115.3	6.8	36.2
	Tスコア	49.3	50.6	48.9	49.8	46.6	50.3	53.0	45.9	49.2	51.6	
全国	平均	121.6	23.3	10.4	13.3	30.0	30.2	22.7	11.0	118.4	7.6	37.8
	Tスコア	50.6	51.4	46.5	49.2	47.5	47.7	48.4	45.3	47.3	48.1	

### 2年男子



### 2年女子



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均とほぼ等しく、東京都平均より高くなっている。測定種目の中では、「上体起こし」が低い傾向にあるため、力試しの運動や力強い動きを高めるための運動など体幹の筋力を高める運動を休み時間や体育の学習に取り入れていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均、東京都平均より低い水準になっている。測定種目の中では、「50m走」が低い傾向にある。体全体を大きく、素早く、力強く動かす経験を積むことができるようにするとともに、走るフォームの改善につながる活動を行っていく。

# 【3年生】

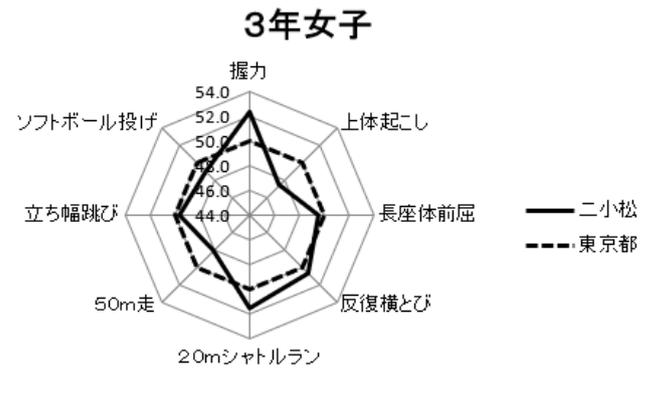
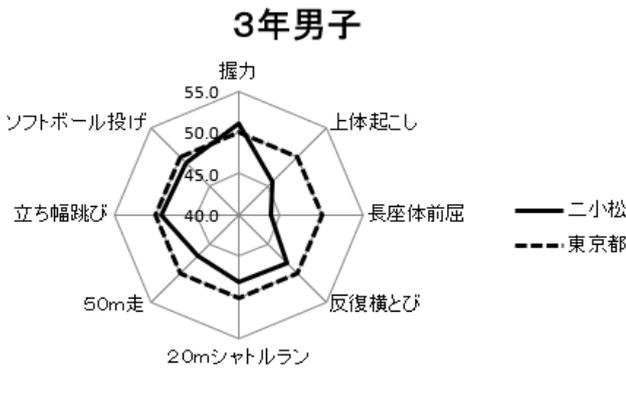
## 1 結果

### ①男子

3年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	平均	130.0	26.0	12.5	13.3	25.5	32.4	29.4	10.3	132.5	13.1	39.8
区市町村	Tスコア	51.6	47.2	50.3	45.7	44.7	48.1	47.9	47.7	48.5	49.7	
東京都	平均	129.0	27.1	12.2	15.7	30.0	33.6	32.3	10.1	133.8	13.7	42.4
	Tスコア	51.9	47.3	51.0	45.7	43.9	48.3	48.2	47.0	49.3	49.0	
全国	平均	128.5	26.7	13.0	16.2	29.5	35.7	39.4	10.0	137.5	16.4	44.8
	Tスコア	53.0	48.3	48.4	45.0	44.1	45.2	44.4	46.3	47.1	44.4	

### ②女子

3年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	48	48	47	47	47	47	48	48	47	48	47
	平均	128.6	26.5	12.1	13.7	33.2	32.1	24.7	10.6	124.3	8.3	42.1
区市町村	Tスコア	50.9	49.9	51.7	47.4	50.1	50.8	50.6	48.7	49.4	49.1	
東京都	平均	128.1	26.4	11.5	15.1	33.6	31.7	23.4	10.4	125.0	8.6	42.5
	Tスコア	50.9	50.2	52.3	47.3	49.5	50.7	51.3	48.1	49.6	48.9	
全国	平均	127.4	25.9	11.9	15.0	32.6	33.7	29.0	10.4	128.2	9.5	44.4
	Tスコア	52.3	51.5	50.8	47.6	50.9	47.7	46.8	47.5	47.8	45.7	



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均、東京都平均より低い水準になっている。測定種目の中では、「長座体前屈」が低い傾向にあるため、準備運動、体ほぐしの運動などで、体の柔らかさを高めるための運動を取り入れていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しくなっている。測定種目の中では、「ソフトボール投げ」が低い傾向にあるため、休み時間や学習などでボールを投げる場面を増やし、投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げるなど、体全体を使った大きなフォームで投げることを意識できるようにしていく。

## 【4年生】

### 1 結果

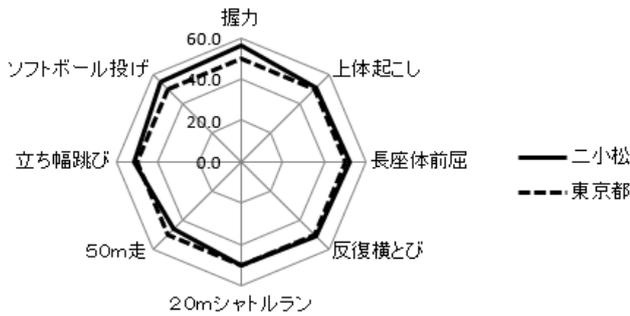
#### ①男子

4年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	63	62	63	63	63	63	63	63	63	63	63
	平均	135.4	30.4	16.2	18.0	33.3	38.1	40.0	9.9	145.3	20.1	50.2
区市町村	平均	134.3	30.6	14.3	17.7	31.6	37.4	40.1	9.7	143.0	16.4	47.9
	Tスコア	51.9	49.6	55.7	50.5	52.2	50.9	49.9	46.9	51.1	55.3	
東京都	平均	134.5	30.6	14.1	17.7	31.8	37.2	39.1	9.6	142.5	16.8	47.8
	Tスコア	51.7	49.5	56.5	50.6	51.9	51.1	50.5	46.0	51.4	54.8	
全国	平均	133.6	30.0	14.8	18.3	30.8	39.4	46.8	9.6	145.7	20.2	50.3
	Tスコア	53.4	50.8	54.4	49.4	53.5	48.1	46.6	44.8	49.8	49.8	

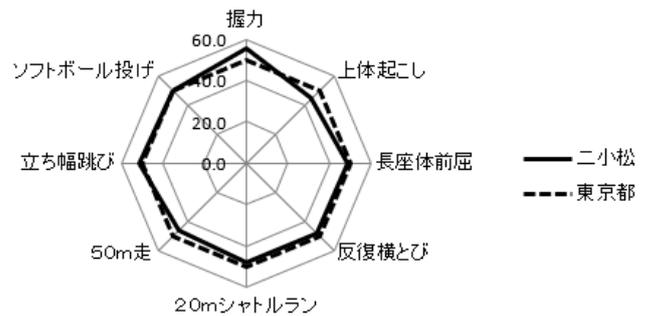
#### ②女子

4年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37
	平均	134.5	30.1	15.1	14.3	35.2	34.1	26.5	10.3	138.0	10.5	46.3
区市町村	平均	134.4	30.1	13.7	17.0	35.8	35.5	29.8	10.0	135.3	10.3	48.6
	Tスコア	50.2	50.0	54.5	44.6	49.2	47.8	47.4	46.9	51.5	50.6	
東京都	平均	134.5	30.0	13.5	17.0	36.0	35.5	28.9	10.0	134.9	10.5	48.6
	Tスコア	49.9	50.1	55.5	44.5	49.0	47.8	48.1	46.1	51.6	49.9	
全国	平均	133.1	29.1	13.8	17.4	34.1	37.5	37.0	9.9	137.4	12.1	50.9
	Tスコア	52.2	52.1	54.6	43.9	51.4	44.0	43.3	45.5	50.3	45.7	

#### 4年男子



#### 4年女子



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均とほぼ等しく、東京都平均より高くなっている。測定種目の中では、「50m走」が低い傾向にあるため、体全体を大きく、素早く、力強く動かす経験を増やすとともに、休み時間や体育の学習などで走る運動を取り入れていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均、東京都平均より低い水準になっている。測定種目の中では、「20mシャトルラン」が低い傾向にあるため、休み時間や体育の学習などでなわとび、持久走など、ねばり強く続けていく運動を取り入れていく。

# 【5年生】

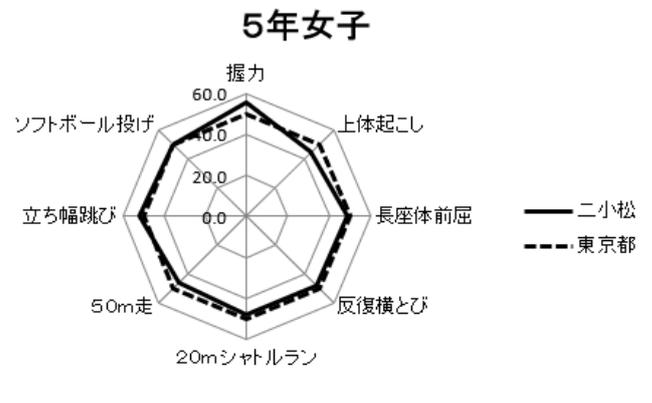
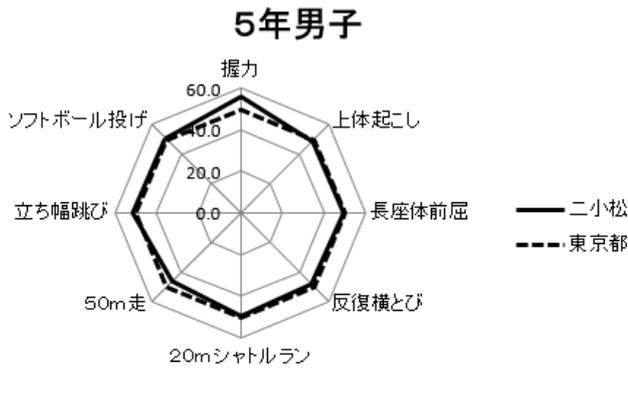
## 1 結果

### ①男子

5年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	53	53	53	53	53	52	52	52	52	53	52
	平均	140.1	35.4	18.5	18.6	33.7	39.7	44.2	9.6	155.1	20.2	52.9
区市町村	平均	140.0	34.4	16.6	19.2	34.2	41.2	46.2	9.4	153.6	19.7	53.2
	Tスコア	50.2	51.7	55.1	48.7	49.4	47.6	49.1	47.4	50.7	50.6	
東京都	平均	139.9	34.1	16.2	19.3	34.2	40.8	45.7	9.3	151.6	19.8	53.1
	Tスコア	50.4	52.2	56.3	48.7	49.4	48.4	49.3	46.2	51.7	50.5	
全国	平均	138.6	33.0	17.0	20.2	32.9	42.9	54.9	9.2	155.0	23.7	55.6
	Tスコア	52.5	54.2	54.2	47.1	51.1	45.5	44.8	45.0	50.0	45.6	

### ②女子

5年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
	平均	142.4	35.6	18.3	18.0	39.4	39.5	28.5	9.9	151.9	12.3	54.1
区市町村	平均	141.4	34.7	16.3	18.5	38.4	39.0	36.2	9.6	146.0	12.1	54.5
	Tスコア	51.4	51.4	55.1	48.9	51.1	50.9	44.9	46.1	53.1	50.5	
東京都	平均	141.5	34.6	16.0	18.5	38.8	39.0	34.7	9.5	144.6	12.4	54.5
	Tスコア	51.2	51.5	55.9	49.0	50.6	50.6	45.7	45.0	53.7	49.8	
全国	平均	140.3	33.9	16.8	18.8	37.6	40.6	44.0	9.5	147.9	14.7	57.1
	Tスコア	53.0	52.6	53.9	48.2	52.4	48.3	40.5	43.3	52.1	44.9	



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しくなっている。測定種目の中では、「20mシャトルラン」が低い傾向にあるため、休み時間や体育の学習などでなわとびや持久走など、ねばり強く続けていく運動を取り入れていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しくなっている。男子と同様に、測定種目の中では、「20mシャトルラン」が低い傾向にあるため、休み時間や体育の学習などでなわとび、持久走など、ねばり強く続けていく運動を取り入れていく。

# 【6年生】

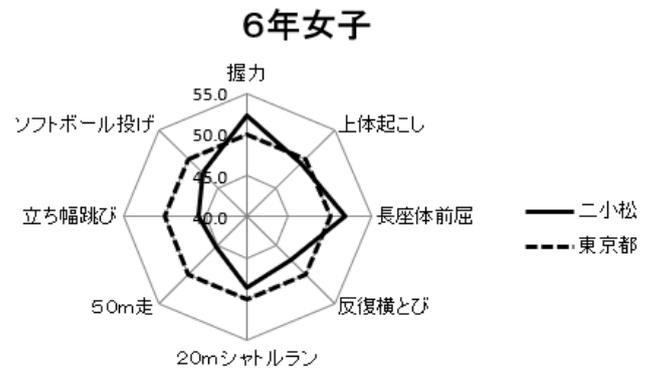
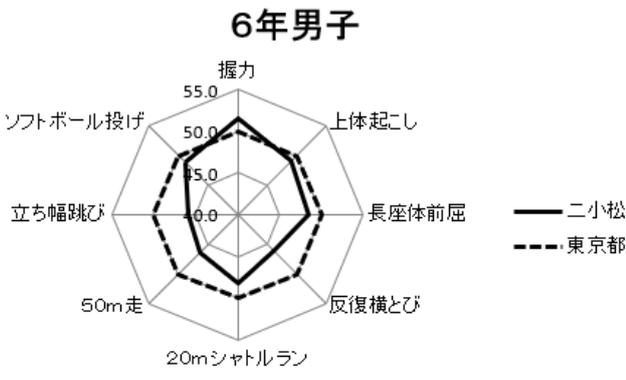
## 1 結果

### ①男子

6年男子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	66	66	66	66	66	66	66	66	66	66	66
	平均	146.2	39.4	19.7	20.7	35.2	41.5	49.2	9.2	153.6	22.1	56.7
区市町村	平均	146.3	39.5	19.3	21.3	36.2	44.4	53.0	8.9	164.2	22.9	58.9
	Tスコア	49.8	49.9	50.8	49.0	48.7	46.1	48.3	47.1	45.3	49.1	
東京都	平均	146.4	39.0	19.0	21.2	36.4	44.3	53.1	8.9	163.1	23.2	58.9
	Tスコア	49.7	50.5	51.6	49.1	48.5	46.1	48.2	46.3	45.9	48.8	
全国	平均	145.1	37.8	19.8	22.1	34.9	46.1	63.6	8.8	166.0	27.9	61.5
	Tスコア	51.6	52.1	49.9	47.7	50.3	43.7	43.5	45.7	44.3	43.5	

### ②女子

6年女子		身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
学校	人数	50	50	51	48	51	50	49	49	50	50	48
	平均	149.2	39.6	19.9	19.2	43.3	40.2	37.6	9.5	144.5	12.8	58.1
区市町村	平均	147.9	39.8	19.0	19.5	41.2	41.8	39.3	9.3	153.1	13.7	59.1
	Tスコア	52.0	49.8	52.1	49.4	52.5	47.4	48.9	46.7	45.8	48.1	
東京都	平均	148.2	39.7	18.9	19.6	41.7	41.7	39.6	9.2	153.1	14.0	59.6
	Tスコア	51.6	50.0	52.3	49.2	51.8	47.4	48.7	45.2	45.9	47.6	
全国	平均	147.0	38.9	19.4	20.1	40.3	43.6	50.4	9.2	157.3	16.4	62.1
	Tスコア	53.4	51.1	51.2	48.1	53.8	44.3	42.9	44.4	43.6	43.3	



## 2 考察

### 【男子】

合計得点は全国平均、東京都平均より低い水準になっている。測定種目の中では、「ソフトボール投げ」が低い傾向にあるため、ボールを投げる場面を増やし、投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げるなど、体全体を使った大きなフォームで投げることを意識できるように指導を行っていく。

### 【女子】

合計得点は全国平均、東京都平均より低い水準になっている。測定種目の中では、「20mシャトルラン」が低い傾向にある。外遊びをすることが少ないため、休み時間などになわとび、持久走など、ねばり強く続けていく運動を取り入れていく。