

令和5年度 「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」結果と考察

(1) 第3学年女子(対象人数 51人)

Tスコア(平均を50とした時の偏差値 0.5以上本校が上回っている場合青色 下回っている場合赤色)

	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
本校	127.6	27.0	11.4	14.4	30.9	36.2	27.6	10.5	133.0	8.8	44.0
都	128.1	26.4	11.5	15.1	33.6	31.7	23.4	10.4	125.0	8.6	42.5
T	49.0	51.5	49.8	48.7	46.4	57.1	53.9	49.4	54.5	50.8	

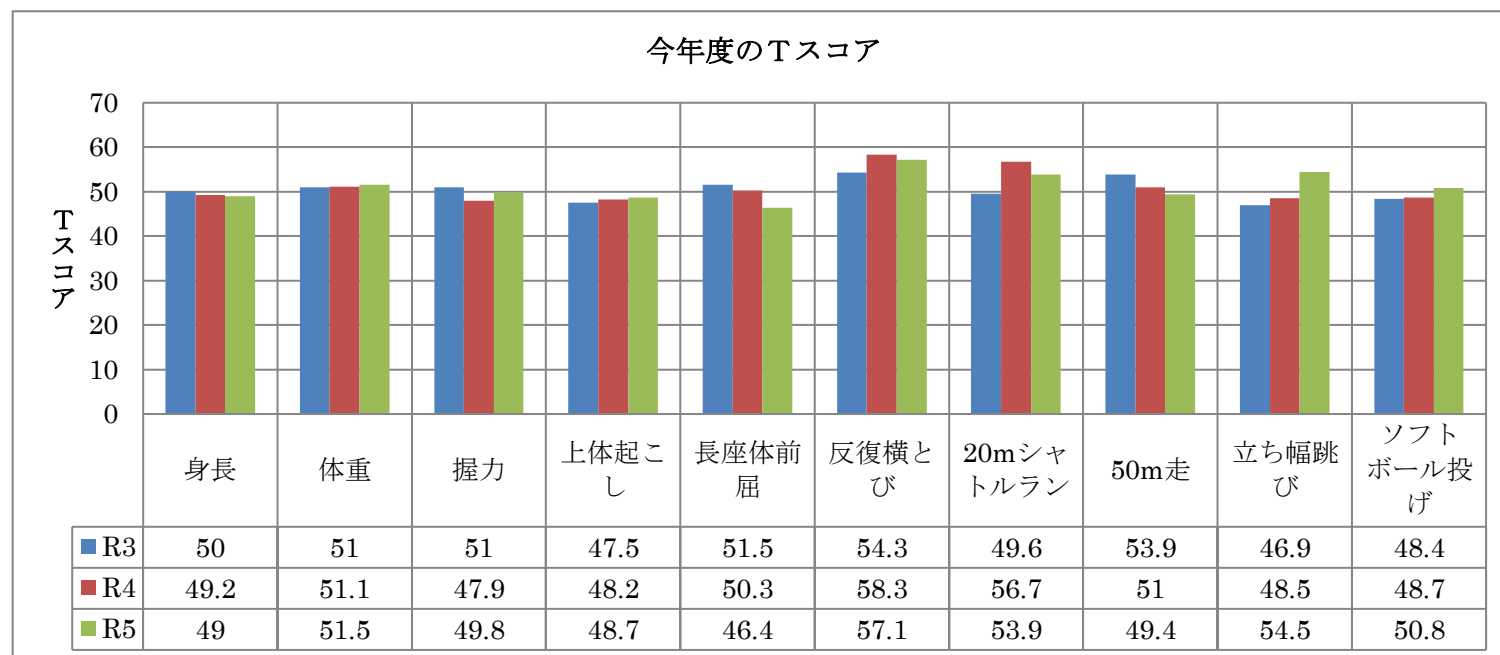
(2) 第3学年女子が得意としていること

- ・反復横とびは、都の平均より4.5回上回っている。
- ・20mシャトルランは、都の平均より4.2回上回っている。
- ・立ち幅跳びは、都の平均よりも8cm上回っている。

(3) 第3学年女子が苦手としていること

- ・長座体前屈は、都の平均より2.7cm下回っている。→ 日頃から柔軟性を高めていく必要がある。

(4) 今年度のTスコア



(5) まとめ

第3学年女子は、体力合計点が都の平均をやや上回っている。平均を下回っている長座体前屈については、記録アップのために、日頃から柔軟性や脚力などが身に付く運動を取り入れていきたい。