

令和元年度 「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2学年男子(対象人数59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	121.7	23.5	10.9	12.8	31.6	32.0	31.3	10.6	125.0	10.2	38.7
都	122.9	23.7	10.7	14.1	27.4	30.5	26.7	10.5	123.6	10.9	37.0
T	47.6	49.4	50.8	47.7	56.1	52.6	53.5	49.5	50.8	48.4	

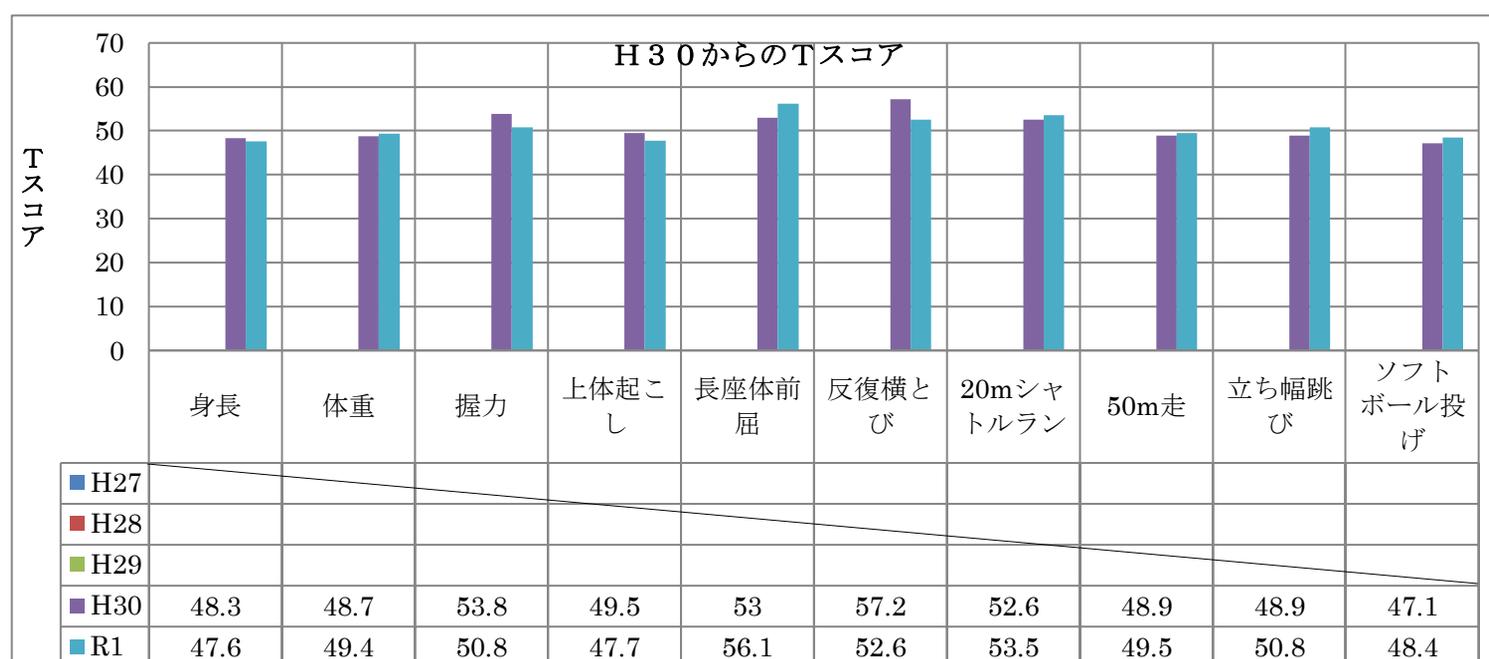
(2) 第2学年男子が得意としていること

- ・握力は都の平均より0.2kgと上回っている。
- ・長座体前屈は都の平均より4.2cmと上回っている。
- ・反復横跳びは、1.5点上回っている。
- ・20mシャトルランは、4.6点上回っている。
- ・立ち幅跳びは、1.4cm上回っている。

(3) 第2学年男子が苦手としていること

- ・上体起こしは都の平均より1.3回少ない。→体幹の筋力を高める必要がある。
- ・50m走は、0.1秒下回っている。→脚筋の瞬発力を高める必要がある。
- ・ソフトボール投げは都の平均より0.7m下回っている。→

(4) H30からの経年変化分析



(5) まとめ

第2学年男子は、全体的に都の平均値を上回る結果となった。3種目下回っているが、差はさほど大きくはない。上体起こしについては、経験があまりなかったようだった。遊び感覚で経験させることが必要である。

令和元年度 「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2学年女子(対象人数67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	119.6	23.1	10.0	11.6	32.3	30.3	21.3	11.0	114.7	7.1	36.9
都	121.8	23.2	10.1	13.7	30.5	29.2	20.3	10.9	115.8	6.9	37.2
T	45.6	49.6	49.8	45.8	52.6	52.2	51.2	49.0	49.3	50.8	

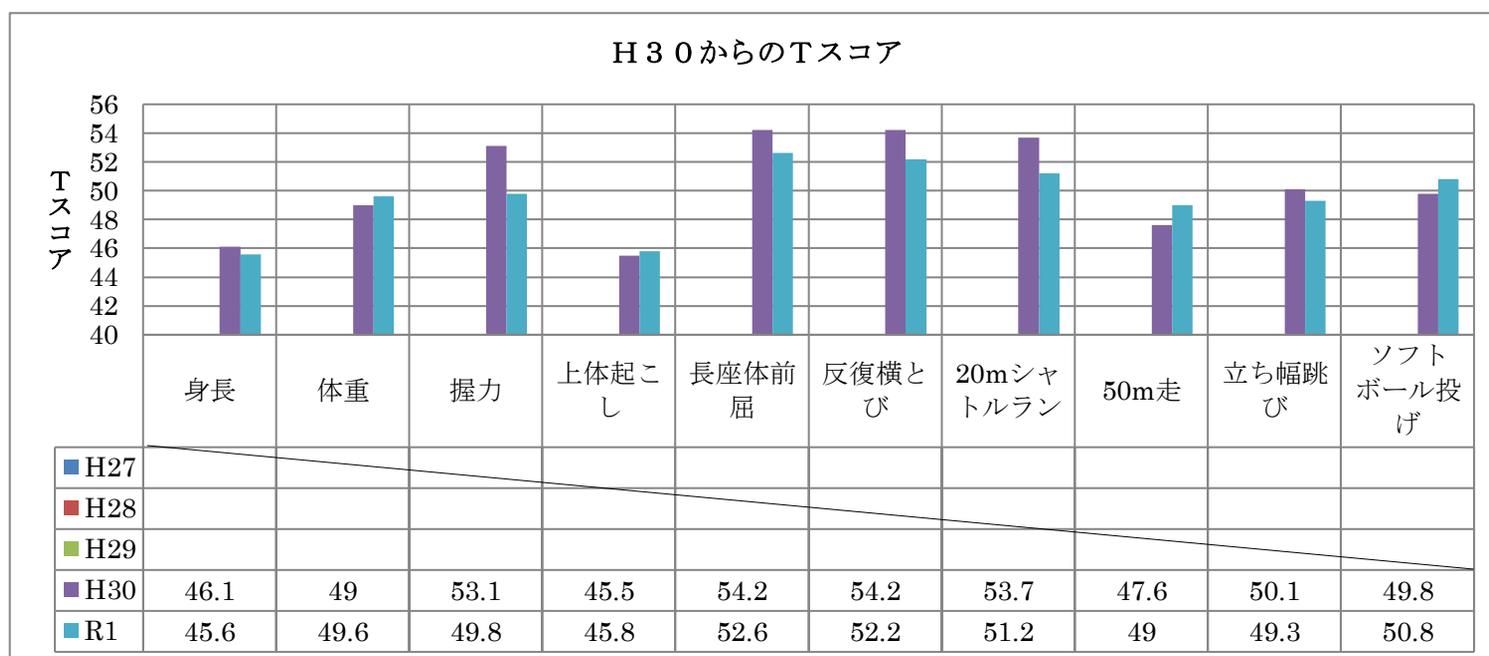
(2) 第2学年女子が得意としていること

- ・長座体前屈は都の平均より1.8cm上回っている。
- ・反復横とびは都の平均より1.1点上回っている。
- ・20mシャトルランは都の平均より1点上回っている。
- ・ソフトボール投げは、都の平均より0.2m上回っている。

(3) 第2学年女子が苦手としていること

- ・上体起こしは都の平均より2.1回少ない。→体幹の筋力を高める必要がある。
- ・50m走は都の平均より0.1秒下回っている。→走り方を指導したり、走の運動遊びを取り入れたりする必要がある。
- ・立ち幅跳びは都の平均より1.1cm下回っている。→脚筋の瞬発力を高める必要がある。

(4) H30からの経年変化分析



(5) まとめ

第2学年女子は、得意としているものもあるが苦手としているものもある。上体起こしを特に苦手としているが、状態を起こす経験が少ないようだった。苦手な種目に楽しく触れ合わせることで、経験を積んでいくことで、体力向上が期待できる。