

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4学年男子 (対象人数 68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 | 133.3 | 30.4 | 14.6 | 15.5 | 33.6 | 35.8 | 40.7 | 9.7 | 146.9 | 18.0 | 47.9 |
| 都 | 133.9 | 30.0 | 14.4 | 18.4 | 31.4 | 38.2 | 42.7 | 9.6 | 142.8 | 17.8 | 48.9 |
| T | 48.8 | 50.8 | 50.4 | 44.6 | 53.0 | 46.7 | 48.9 | 48.1 | 52.2 | 50.3 | |

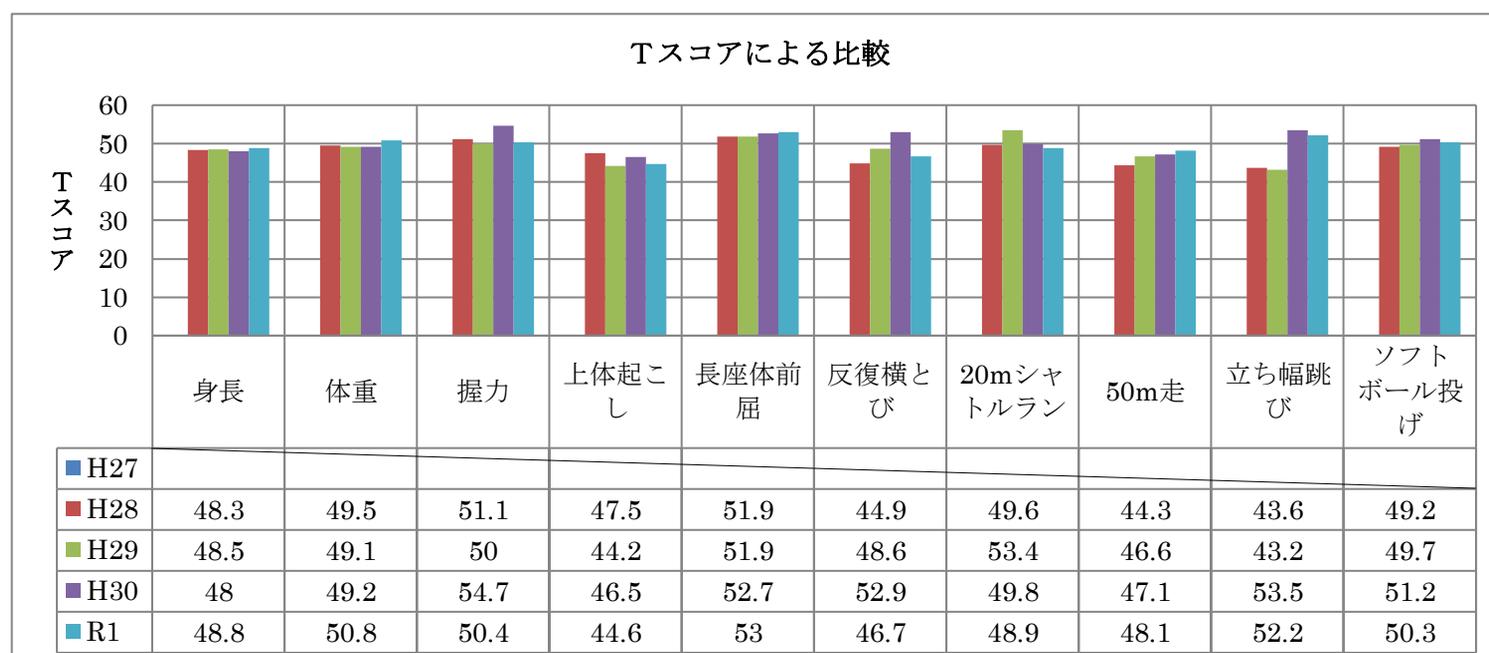
(2) 第4学年男子が得意としていること

- ・握力は都の平均より0.2kg上回っている。
- ・長座体前屈は都の平均より2.2cm上回っている。
- ・立ち幅跳びは都の平均より4.1cm上回っている。

(3) 第4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2.9回少ない。→体幹の筋力を高める必要がある。日頃からやらせていく。
- ・反復横跳びは都の平均より2.4回少ない。→バランスも身に付ける必要がある。
- ・50m走は都の平均より0.1秒遅い。

(4) 28年度からの経年変化分析



(5) まとめ

第4学年男子は、半数の種目で東京都の平均を上回っている。しかし、上体起こし・反復横跳び・20mシャトルランが苦手な児童が多いので、体幹と持久力を高める必要がある。

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4学年女子(対象人数 58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 | 133.0 | 30.2 | 14.1 | 15.9 | 37.1 | 36.5 | 31.3 | 9.9 | 143.6 | 11.7 | 50.3 |
| 都 | 133.6 | 29.4 | 13.7 | 17.9 | 35.5 | 36.6 | 32.4 | 9.9 | 135.9 | 10.8 | 50.0 |
| T | 48.9 | 51.7 | 51.4 | 45.9 | 52.1 | 49.8 | 49.2 | 50.5 | 54.2 | 52.5 | 50.0 |

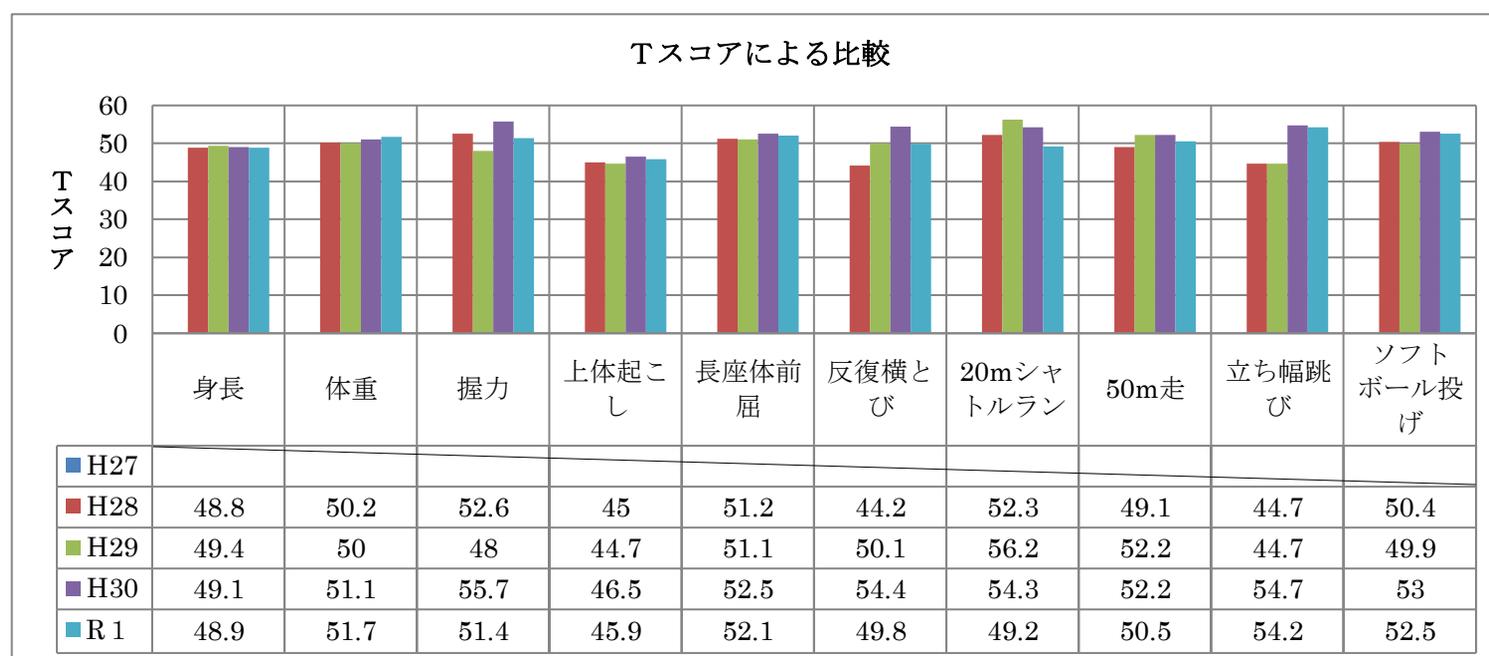
(2) 第4学年女子が得意としていること

- ・握力は都の平均より、0.4kg多い
- ・長座体前屈は都の平均より1.6cm上回っている。
- ・立ち幅跳びは都の平均より7.7cm上回っている。
- ・ソフトボール投げは都の平均より0.9m上回っている。

(3) 第4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回少ない。→体幹の筋力を高める必要がある。日頃からやらせていく。
- ・反復横跳びは都の平均より0.1回少ない。→同じとってよい数値である。
- ・20mシャトルランは都平均よりも0.9回少ない。→1回少ないと考えるともう少し持久力がつけたい。

(4) 28年度からの経年変化分析



全ての種目で下降している。Tスコアとしては平均下回っている種目は少ないので、今後も平均を上回るよう、体育・校庭遊びなどで体力の向上を図りたい。

(5) まとめ

第4学年女子は、半数の種目で東京都平均を上回っているが、上体起こし・反復横跳び・20mシャトルランで平均を下回っているため、体幹の筋力を高め、スタミナをつけることができるとよい。