

令和3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57)

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	128.6	27.1	13.0	13.4	35.8	33.9	22.9	10.6	123.8	9.2	43.2
都	128.0	26.4	11.7	15.0	33.4	31.4	24.2	10.4	126.5	8.6	42.7
T	51.2	51.8	55.0	47.0	53.2	53.8	48.8	47.6	48.5	52.5	

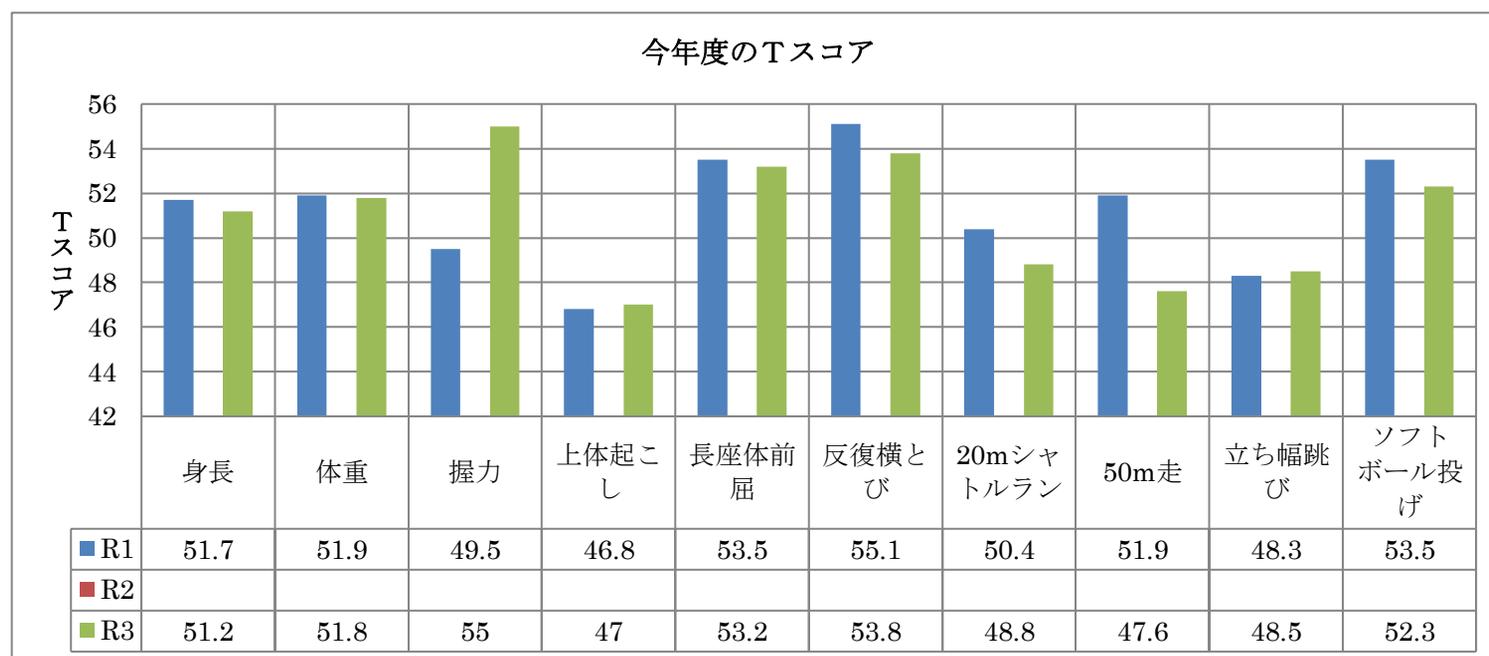
(2) 第3学年女子が得意としていること

- ・握力は、都の平均より1.3kg上回っている。
- ・長座体前屈は、都の平均より2.4cm上回っている。
- ・反復横とびは、都の平均より2.5点上回っている。

(3) 第3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1.6回少ない。→ 体幹の筋力を高める必要がある。
- ・20mシャトルランは、都の平均より1.3回少ない。→ 普段から走ったり縄跳びをしたりして持久力をつける必要がある。
- ・立ち幅跳びは、都の平均より2.7cm下回っている。→ 体育の授業等の準備運動に取り入れていく。

(4) Tスコアの推移



(5) まとめ

第3学年女子は、約半分の種目で都の平均を上回る結果となった。平均を下回っている3種目については、すぐにできるようになるものではないので、休み時間に外遊びをする習慣をつけたり、体育の授業等で少しずつ行ったりしていき、来年度につなげていきたい。