

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5学年女子(対象人数 64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	142.1	35.3	16.1	16.4	42.4	40.5	38.7	9.6	145.4	11.5	55.2
都	141.3	34.4	16.2	18.4	38.7	39.0	36.2	9.5	145.9	12.6	55.0
T	51.2	51.4	49.9	45.9	54.4	52.3	51.7	48.6	49.7	47.4	

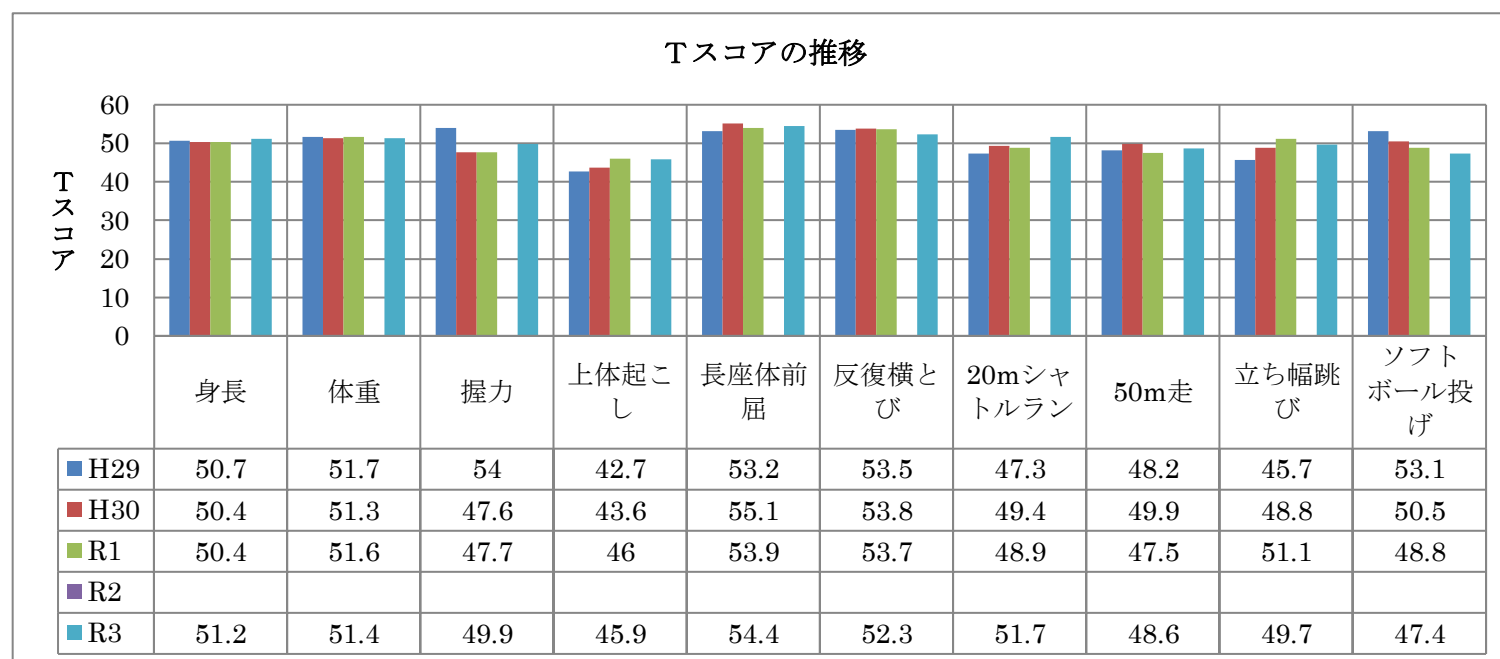
(2) 第5学年女子が得意としていること

- ・長座体前屈は都の平均より3.7cm上回っている。
- ・反復横とびは都の平均より1.5回上回っている。
- ・20mシャトルランは、都の平均より2.5回上回っている。

(3) 第5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。
- ・ソフトボール投げは都の平均より1.1m下回っている。→ 投力を高めていく必要がある。

(4) Tスコアの推移



(5) まとめ

第5学年女子は、合計得点が東京都平均より高くなっている。しかし、得意不得意が明らかとなる結果になった。上体起こし、50m走、ソフトボール投げを苦手としているので、それぞれの種目に適した運動遊びを行っていく必要がある。上体起こしは、Sケン、ゴム高跳び。50m走は、おにごっこやSケン、ろくむし。ソフトボール投げは、紙飛行機飛ばし、ろくむし。などがあげられる。Sケンとろくむしを行うことで、バランスよく苦手な力を高められる。