

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6学年男子(対象人数65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	145.8	37.7	19.5	17.6	35.5	43.0	52.1	9.1	156.7	23.8	56.6
都	146.2	38.8	19.2	21.0	36.0	44.0	53.3	8.8	163.9	23.6	59.0
T	49.5	48.5	50.7	43.7	49.4	48.5	49.5	46.3	46.8	50.3	

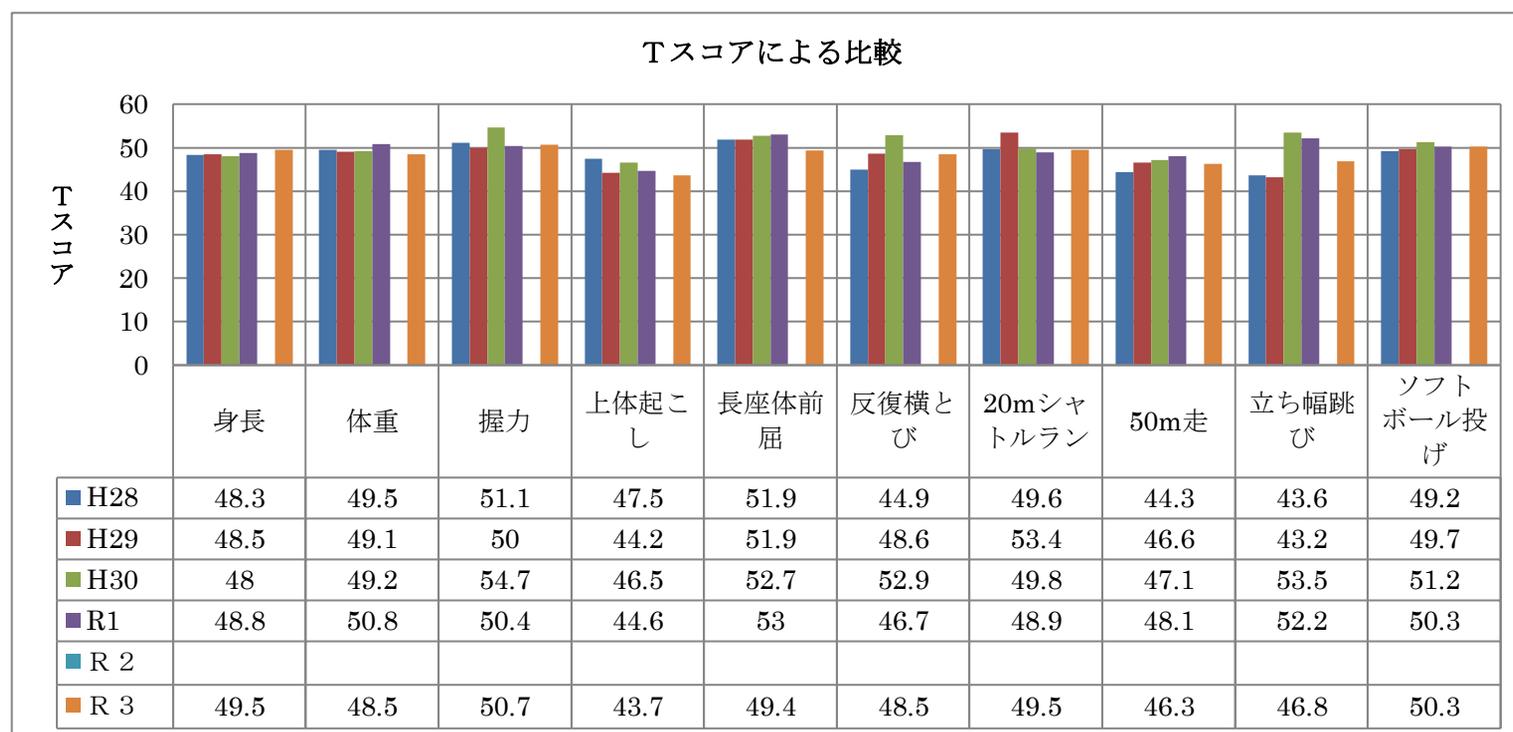
(2) 第6学年男子が得意としていること

- ・握力が若干平均値より上だが特になし。

(3) 第6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3.4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1回少ない。→バランスも身に付ける必要がある。
- ・20mシャトルランは都の平均より1.2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7.2cm少ない。→普段から腕振りスクワット等運動を取り入れる。

(4) Tスコアの推移



(5) まとめ

第6学年男子は、ほとんどの種目で東京都の平均を下回っている。2年前や3年前のTスコアと比べて下がっているのは、以前よりも運動不足になっている児童が多いからだと考えられる。体育の時間だけでなく、休み時間にも外遊びをさせて運動の習慣を身に付けさせていきたい。