

《体力調査》

6月に実施しました「児童体力・運動能力調査」について、本校の結果がまとまりましたので、杉並区の結果と比較してお知らせいたします。子供たちは各自、個人票で自分の体格や体力、生活習慣についての実態を知り、よいところや努力が必要なところを確認しました。つきましては、今回のお知らせをお子さんの結果と併せて御覧になり、今後の日常生活の過ごし方について生かしていただけたらと思います。本校では、今回の結果を基にして、子供たちの体力向上を目指し、運動実践に取り組んでいきます。

体力調査の結果 [△→区平均より上回っている項目 ▲→区平均より下回っている項目]

男 子		握力(kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	シャトルラン (回)	50m走(秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点 (点)
	1年	△10.1	△12.4	▲22.1	▲25.4	△20.0	▲11.6	△112.4	7.9	▲29.4
	杉並	9.4	11.4	26.1	26.4	18.4	11.4	111.6	7.9	30.1
	全国	9.2	11.6	25.7	27.2	18.9	11.5	114.2	8.6	30.4
	2年	△12.5	△16.9	▲25.8	30.5	△35.7	▲10.7	△127.6	△12.2	△39.4
	杉並	11.0	14.2	26.9	30.5	28.6	10.6	123.1	11.7	37.4
	全国	10.9	14.1	27.2	31.3	28.9	10.6	126.2	12.1	37.9
	3年	▲12.8	△17.2	▲27.0	▲32.8	△38.1	△9.7	▲132.3	▲15.1	▲43.4
	杉並	12.9	16.9	29.2	33.4	36.1	10.0	135.4	15.4	43.5
	全国	13.0	16.2	29.5	35.7	39.4	0.0	137.5	16.4	44.8
4年	▲13.4	18.3	▲29.1	▲37.1	48.1	△9.5	▲140.1	▲16.4	▲48.1	
杉並	14.7	18.3	30.9	37.7	45.4	9.6	145.0	19.0	49.4	
全国	14.8	18.3	30.8	39.4	46.8	9.6	145.7	23.7	50.3	
5年	▲15.7	▲19.4	▲31.5	▲39.9	△56.0	9.2	▲147.2	▲19.4	▲52.9	
杉並	16.5	20.3	33.3	41.2	51.7	9.2	152.3	22.0	54.6	
全国	17.0	20.2	32.9	42.9	54.9	9.2	155.0	23.7	55.6	
6年	△22.0	△22.3	△36.0	▲44.2	△67.2	8.8	△163.2	▲23.4	△61.0	
杉並	19.4	22.2	35.3	44.5	60.6	8.8	162.9	26.1	60.3	
全国	19.8	22.1	34.9	46.1	63.6	8.8	166.0	27.9	61.5	

女 子		握力(kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	シャトルラン (回)	50m走(秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点 (点)
	1年	△9.1	10.7	▲25.5	▲24.4	△15.6	▲11.9	△106.1	△5.4	▲29.1
	杉並	8.6	10.7	28.4	25.4	14.7	11.8	103.7	5.2	29.5
	全国	8.5	11.0	28.1	26.6	15.0	11.9	106.3	5.7	30.2
	2年	△11.1	△13.7	▲29.2	▲27.6	▲20.7	11.0	▲112.8	▲6.7	▲36.1
	杉並	10.4	13.4	30.2	29.1	20.8	11.0	115.7	6.9	37.1
	全国	10.4	13.3	30.0	30.2	22.7	11.0	118.4	7.6	37.8
	3年	△12.3	△15.9	▲31.2	▲30.4	▲25.6	△10.2	▲119.6	▲8.0	▲42.3
	杉並	12.0	15.6	33.1	32.0	27.0	10.3	126.5	8.8	43.7
	全国	11.9	15.0	32.6	33.7	29.0	10.4	128.2	9.5	44.4
4年	▲13.2	△17.8	▲34.7	▲34.1	△36.1	△9.8	▲135.7	▲10.3	▲49.1	
杉並	13.6	17.7	35.2	36.0	34.3	9.9	137.5	10.7	50.2	
全国	13.8	17.4	34.1	37.5	37.0	9.9	137.4	12.1	50.9	
5年	△16.9	△19.7	▲37.3	▲37.5	△42.3	▲9.6	▲141.5	▲12.5	▲54.8	
杉並	16.1	19.3	38.8	40.0	40.9	9.5	147.3	12.8	56.4	
全国	16.8	18.8	37.6	40.6	44.0	9.5	147.9	14.7	57.1	
6年	△21.6	▲19.7	▲38.6	▲39.6	△47.4	▲9.3	▲150.7	▲11.5	▲59.2	
杉並	19.2	20.6	41.8	42.8	47.1	9.1	155.4	14.8	61.7	
全国	19.4	20.1	40.3	43.6	50.4	9.2	157.3	16.4	62.1	

〈本校の傾向と考察〉

学年によるばらつきはありますが、握力、上体起こしとシャトルランでは多くの学年で区平均を上回り、50m走でも平均を上回る学年があることから、筋力、走力、持久力が育っていることが分かります。一方、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、ボール投げは区平均を下回る学年が多く、柔軟性、敏捷性、投力の向上が課題となっています。

本校では、30分間という十分な中休みの時間を設けています。また、週に一度の「トライやるデー」では、児童は様々な運動に親しんだり、記録向上を目指して継続的に運動に取り組んだりしています。また、月に一度、歩数計ウィークを取り入れ、運動を促しています。これらの取組が子供たちの運動意欲を高め、遊びを通して運動能力の向上につながっていると考えられます。さらに、体の使い方を学んでいけるよう、体づくり運動の強化など、体育の授業改善に努めたり、休み時間の外遊びを工夫したりと、動きの質を高めながら、どの子にも運動量が確保できるようにしていきます。