令和４年１２月８日

保護者の皆様

練馬区立北町西小学校長　小松田　早苗

令和４年度　東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

今年度は、新型コロナ感染症拡大防止のため、上体起こしについては行いませんでした。

表内に色が付いている記録は、練馬区の平均を上回っている記録です。以前お配りした個人表とお子さんとご覧の上、これからの体力向上に向けてご家庭での取り組みにもつなげてください。

☆握力（ｋｇ）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	7.9	8.0	9.0	9.7	11.1	10.9	14.1	13.2	14.9	15.3	16.7	16.9
練馬区	8.9	8.3	10.4	9.8	12.5	11.8	14.3	13.7	16.1	16.2	18.9	19.0
東京都	8.8	8.2	10.5	9.9	12.4	11.7	14.2	13.5	16.3	16.1	19.2	19.0

☆長座体前屈（ｃｍ）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	27.6	29.2	26.9	30.4	27.6	35.1	29.9	32.4	26.7	38.8	28.4	39.2
練馬区	25.4	27.7	27.2	30.0	28.9	32.5	31.2	35.4	33.7	38.7	35.3	40.7
東京都	26.2	28.6	27.8	30.8	29.9	33.5	31.9	35.9	34.1	38.7	36.2	41.5

☆反復横とび（回）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	25.0	25.3	28.9	28.4	32.3	30.0	35.9	33.9	38.6	40.1	41.7	38.6
練馬区	25.8	25.1	29.3	28.1	32.4	30.7	36.4	34.9	40.4	38.6	43.3	41.0
東京都	26.4	25.5	30.1	29.0	33.3	31.7	37.1	35.5	40.8	39.1	44.2	41.7

☆２０mシャトルラン（回）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	17.3	15.0	27.2	21.7	36.9	27.6	45.7	31.7	43.0	41.8	52.9	42.1
練馬区	16.7	13.7	25.6	19.3	31.0	22.6	37.7	27.9	45.7	34.3	52.4	38.4
東京都	16.6	13.7	25.3	19.4	31.8	23.7	38.5	29.3	45.5	35.5	52.8	40.0

☆５０m走（秒）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	11.2	11.6	10.6	11.1	10.1	10.4	9.7	10.1	9.7	9.4	9.0	9.3
練馬区	11.5	11.9	10.6	11.0	10.1	10.4	9.6	10.0	9.3	9.5	8.9	9.2
東京都	11.5	11.8	10.6	11.0	10.1	10.4	9.6	9.9	9.3	9.5	8.9	9.2

☆立ち幅跳び（ｃｍ）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	104.4	97.2	115.3	108.8	126.3	125.7	139.7	132.3	145.4	154.4	157.1	143.5
練馬区	112.5	103.6	122.2	114.7	132.5	124.5	141.5	134.4	151.2	144.1	161.5	150.5
東京都	113.6	105.7	123.9	115.7	133.7	125.7	142.4	135.3	151.8	145.2	163.1	153.1

☆ソフトボール投げ（ｍ）

	１年		２年		３年		４年		５年		６年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
北西小	6.2	5.2	10.3	6.5	11.6	7.7	17.1	9.6	19.0	11.2	23.6	12.5
練馬区	7.1	4.9	9.9	6.6	13.0	8.3	16.6	10.3	19.4	12.2	22.8	13.8
東京都	7.3	5.1	10.2	6.7	13.4	8.5	16.6	10.4	19.8	12.4	23.2	14.0

【北西小の児童の傾向】

〇長座体前屈と２０ｍシャトルランでは、多くの学年が練馬区の平均を上回っている。柔軟性及び持久力に優れている。

●握力は全学年で練馬区の平均を下回った。筋力に課題が見られる。