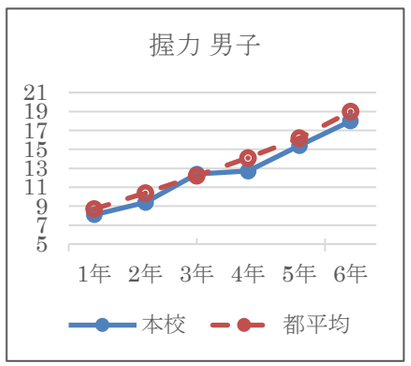
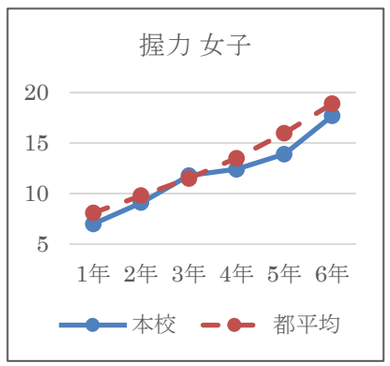
令和６年３月

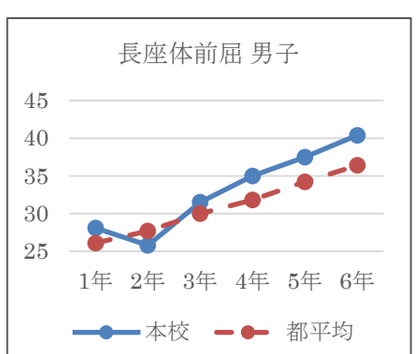
令和５年度　体力調査結果のお知らせ

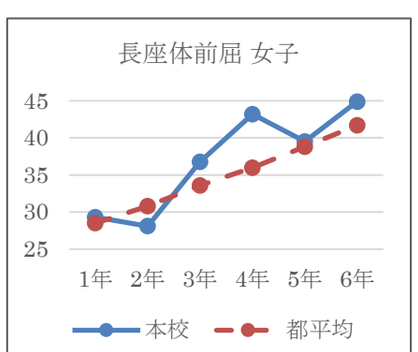
練馬区立石神井西小学校
校長　　青山　直志

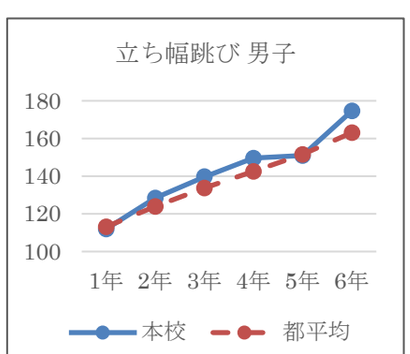
令和５年度実施の「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」の結果についてお知らせします。

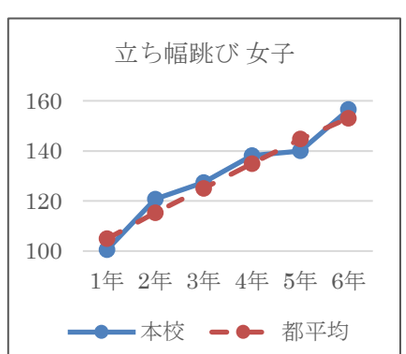


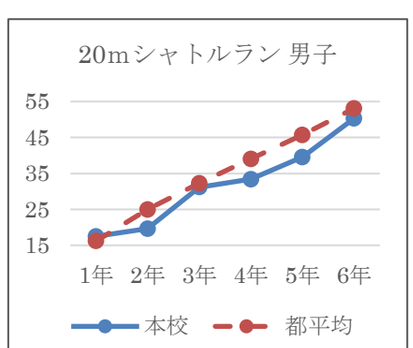


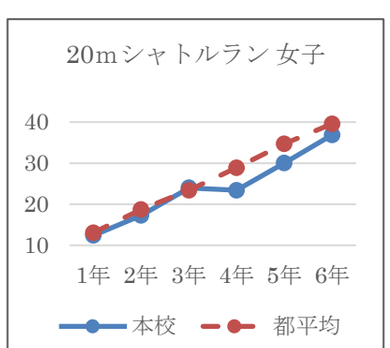


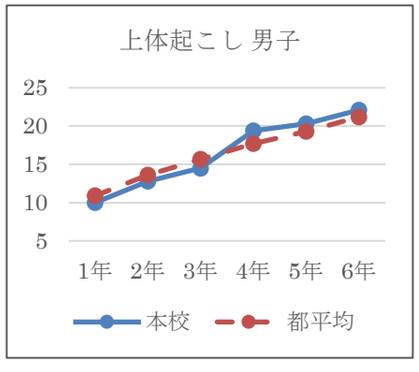


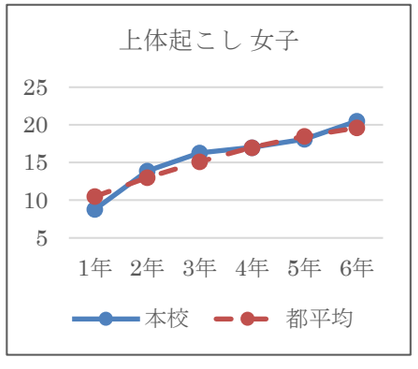


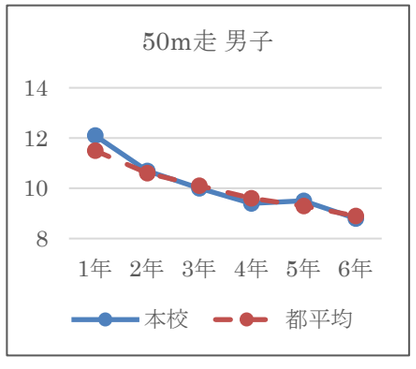


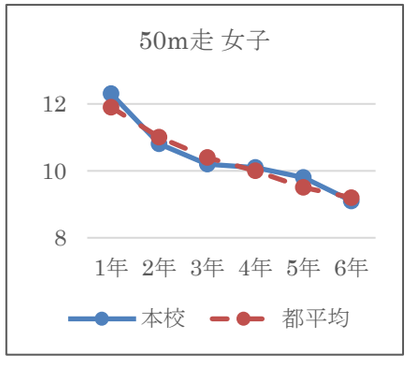


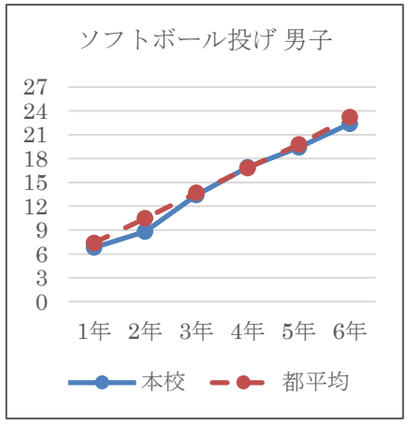


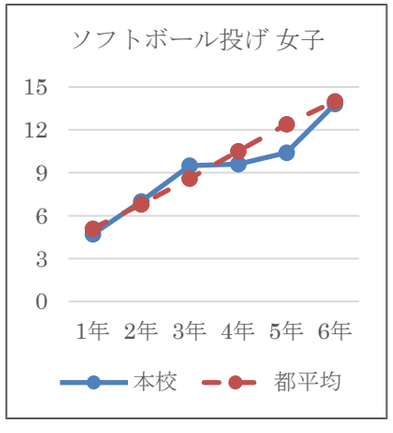


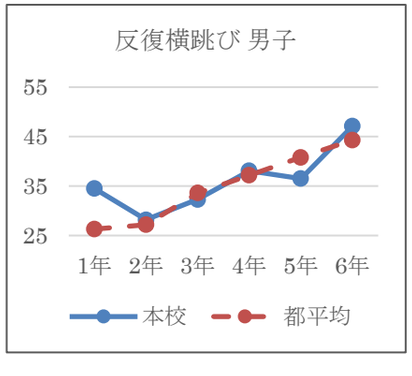


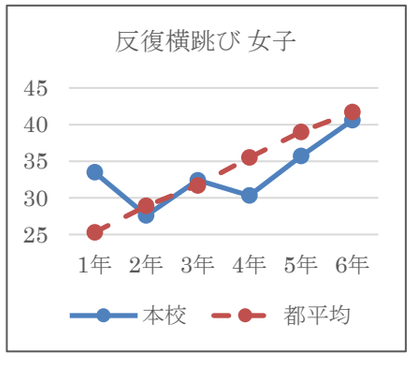












【考察と改善策】

「長座体前屈」と「立ち幅跳び」においては、多くの児童が東京都平均を上回っています。
「上体起こし」「50m走」では、半数の児童が東京都の平均を上回っています。
「握力」「２０ｍシャトルラン」「ソフトボール投げ」については、東京都の平均を下回る傾向にあります。
このことから、筋力や持久力、体の動きをつなげていく能力が弱いと考えられます。
○筋　力・・・固定遊具を使った様々な運動やボールを使った運動の経験
○持久力・・・なわ跳び、持久走、休み時間での日々の運動
○体の動きをつなげていく能力・・・ボールを使った運動の経験
体育の授業や日々の休み時間の運動を通して、児童の体力向上を図ることが確実にできるよう、指導を進めていきます。