



元気に挨拶 笑顔で挑戦 夢が広がる大北小

大北がより

10月臨時号
令和3年 10月 15日
練馬区立大泉北小学校
校長 松井 貴子

<http://www.ooizumi-n-e.nerima-tky.ed.jp/>

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のお知らせ

今年度の新体力テストの結果をお知らせいたします。以下は、種目別庭けた各学年の新体力テストの結果です。表内に色がついている記録(■)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をお子さんとご覧の上、これから体力向上に向けて、ご家庭での取組にもつなげていただけるとありがたいです。

☆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
大北小	8.5	7.9	10.3	9.8	10.5	11.1	13.4	12.9	14.9	15.4	18.4	18.2
練馬区	8.9	8.3	10.5	9.9	12.4	11.8	14.1	13.5	16.2	16.2	19.2	19.1
東京都	8.8	8.3	10.5	10.0	12.4	11.7	14.3	13.6	16.4	16.2	19.2	18.9

☆上体起こし(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
大北小	12.5	9.8	13.6	13.1	13.7	17.7	17.5	18.3	20.2	19.5	22.1	19.4
練馬区	11.2	10.9	13.1	13.0	15.4	15.1	17.2	16.4	19.0	18.0	20.9	19.3
東京都	10.9	10.6	13.3	13.0	15.4	15.0	17.6	17.0	19.2	18.4	21.0	19.5

☆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
大北小	26.9	27.8	28.6	29.8	26.8	33.9	31.5	36.5	32.6	35.0	36.2	42.5
練馬区	25.0	27.2	26.6	29.6	29.4	33.4	31.2	35.5	33.7	38.3	35.7	41.1
東京都	25.9	28.4	27.7	30.7	29.8	33.4	31.8	35.9	34.0	38.7	36.0	41.3

☆反復横跳び(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
大北小	29.4	27.1	33.0	29.4	32.4	31.2	38.1	33.4	43.9	41.5	43.5	41.9
練馬区	26.4	25.5	29.0	28.1	32.4	30.4	36.4	34.7	40.2	38.7	43.3	41.3
東京都	26.3	25.5	29.8	28.8	33.0	31.4	36.9	35.3	40.8	39.0	44.0	41.8

☆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
大北小	20.1	13.8	28.0	19.8	35.6	23.3	40.3	33.2	55.1	39.1	58.5	40.3
練馬区	18.0	14.8	25.0	19.1	32.1	23.7	38.7	28.7	46.0	35.8	54.1	40.8
東京都	16.9	14.0	25.1	19.7	31.7	24.2	38.9	30.1	45.8	36.2	53.3	40.9

☆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
大北小	11.0	11.6	10.4	11.1	10.2	10.4	9.5	9.8	9.1	9.6	9.0	9.1
練馬区	11.5	11.8	10.6	10.9	10.1	10.4	9.6	9.9	9.3	9.5	8.8	9.1
東京都	11.5	11.8	10.6	10.9	10.0	10.4	9.6	9.9	9.2	9.5	8.8	9.1

☆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
大北小	111.3	96.5	123.7	112.2	127.5	121.3	140.5	138.4	154.0	144.9	165.6	153.6
練馬区	110.6	103.0	123.4	115.8	135.0	126.7	142.6	134.6	152.2	145.4	163.4	154.2
東京都	112.8	105.4	124.0	116.3	134.4	126.5	143.3	136.5	152.8	145.9	163.9	154.2

☆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
大北小	6.9	4.4	10.5	6.7	12.5	7.9	15.5	10.3	19.4	12.8	22.4	12.2
練馬区	7.1	5.0	9.9	6.7	13.5	8.4	16.8	10.6	19.8	12.4	23.5	14.3
東京都	7.2	5.1	10.2	6.8	13.5	8.6	16.8	10.6	20.0	12.6	23.6	14.3

大北小の児童の傾向

- 反復横跳びは多くの学年が練馬区の平均を上回っていて、敏捷性が優れている。
- 20mシャトルランは全学年の男子が練馬区の平均を上回っていて、全身持久力が優れている。
- 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。
- ソフトボール投げはほとんどの学年で練馬区の平均を下回った。巧緻性・瞬発性に課題が見られる。

《大北小の体力向上に向けた取組について》

今年度は、昨年度実施できなかったパワーアップ旬間を2週間設定し、体力向上に励みます。体力テストの結果をもとに、筋力・体幹を育む「バービージャンプ」、筋力を育む「うんていぶら下がり」を加えました。また、巧緻性・瞬発性を育む「投てき板スロー」も実施いたします。

今回の結果を受け、各家庭でも運動習慣を身に付けることだけでなく、生活習慣についても見直していただき、子供たちの体力向上に向けて取組んでいただければと思います。ご協力よろしくお願いいたします。