

平成28年度東京都体カテスト結果

練馬区立
豊玉東小学校

※各記録は5月に計測したものを基にしています。

<体カテスト計測項目>

- ①握力
- ②上体起こし
- ③長座体前屈
- ④反復横跳び
- ⑤20mシャトルラン
- ⑥50m走
- ⑦立ち幅跳び
- ⑧ソフトボール投げ

<結果の見方>

全8項目のうち、何項目で平均を上回ったかを表しています。

- 体力合計点平均が +1.0～ -10.9
- △ 体力合計点平均が -1.0～

それぞれ前学年時の記録を下部に示しています。

<練馬区平均との比較>

練馬区平均と比べて、大きく標準偏差を下回っている項目を挙げています。

女子結果			
	練馬区平均以上の項目数	東京都平均以上の項目数	全国平均以上の項目数
1年	7項目/8項目	7項目/8項目	6項目/8項目
2年	8項目/8項目	8項目/8項目	4項目/8項目
3年	6項目/8項目	6項目/8項目	5項目/8項目
4年	0項目/8項目	1項目/8項目	1項目/8項目
5年	1項目/8項目	1項目/8項目	1項目/8項目
6年	5項目/8項目	1項目/8項目	1項目/8項目

練馬区平均との標準偏差で、-1.0～2.0、開きのある項目	練馬区平均との標準偏差で、-2.1以上開きのある項目
なし	立ち幅跳び
なし	なし
・上体起こし ・ソフトボール投げ	なし
・上体起こし ・反復横跳び ・立ち幅跳び	なし
・握力	・長座体前屈 ・20mシャトルラン ・立ち幅跳び
なし	・ソフトボール投げ

男子結果			
	練馬区平均以上の項目数	東京都平均以上の項目数	全国平均以上の項目数
1年	3項目/8項目	3項目/8項目	3項目/8項目
2年	5項目/8項目	6項目/8項目	5項目/8項目
3年	2項目/8項目	1項目/8項目	0項目/8項目
4年	5項目/8項目	5項目/8項目	6項目/8項目
5年	2項目/8項目	2項目/8項目	2項目/8項目
6年	1項目/8項目	1項目/8項目	1項目/7項目

練馬区平均との標準偏差で、-1.0～2.0、開きのある項目	練馬区平均との標準偏差で、-2.1以上開きのある項目
・なし	・反復横跳び ・立ち幅跳び
・なし	・なし
・反復横跳び	・立ち幅跳び
・反復横跳び	・立ち幅跳び
・上体起こし	・長座体前屈 ・立ち幅跳び ・ソフトボール投げ
・なし	・上体起こし ・立ち幅跳び

<各学年の結果の分析>

- ①1学年では、全体的に全国平均より低く、東京都とほぼ等しくなっています。測定種目の中では、「反復横とび」「立ち幅とび」が低い傾向にあります。
- ②2学年では、東京都平均より高い項目が多かったです。測定科目の中では、「20mシャトルラン」「握力」が低い傾向にあります。
- ③3学年では、女子は合計点数が全国平均を上回り、男子は全国平均や東京都平均より、低い水準でした。種目の中には「立ち幅跳び」が低い傾向にあります。
- ④4学年では男女ともに、全国平均、東京都水準より低い水準にあります。男女ともに「立ち幅跳び」が低くなっています。
- ⑤5学年では、全国平均、東京都平均より低い水準にあります。特に「立ち幅跳び」「長座体前屈」が低い傾向です。
- ⑥6学年では、全国平均、東京都平均より低い水準にあります。男子は、「上体起こし」「立ち幅跳び」が低く、女子は「ソフトボール投げ」が低くなっています。

<考察・改善策>

- ・低学年の児童に比べ、中・高学年と年齢の上昇に伴い、学年平均が全国平均や東京都平均を下回っていくことが分かりました。学校全体としては「立ち幅跳び」「長座体前屈」に課題がある学年が多く見られます。高学年児童では、スポーツクラブなどに入っていない児童は体育の学習時間以外に運動する機会がほとんどなく、それぞれの動きに対し、経験不足であることも考えられます。休み時間や放課後などに積極的に体を動かしながら児童がいる実態もあります。
- ・外遊びの時間の確保、全校で短縄に取り組む「全校びよんびよん」期間、全校で持久走に取り組む「全校タツカ」期間等、児童が外遊びを十分にすることのできる学校での運動生活リズムを作っていきます。低学年では、鬼ごっこや、校庭の固定遊具を使っての運動や、短縄を使った持久力をつける運動などを意識的に取り組ませていきます。中学年では、瞬発力をつけるとともに体全体を使った運動を積極的に行わせていきます。高学年では、準備運動や体ほぐし運動などで、体全体を動かすような運動を組み合わせる柔軟性を鍛えていきます。また、高学年では、走る運動を多く取り入れるとともにや、瞬発力も身に付けさせていきます。
- ・全学年を通して、「柔軟性」「瞬発力」「持久力」「投力」について、年間を通したカリキュラムを検討します。(授業改善、サーキット運動の新設など)
- ・家庭とも、連携をしていきます。(食生活、日常生活、遊びの仕方など)