

令和6年12月25日

保護者様

練馬区立北町西小学校  
校長 小松田 早苗

令和6年度 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

保護者の皆様におかれましては、日頃から本校の教育活動にご理解ご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、今年度6月に実施しました「令和6年度 東京都児童・生徒 体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」の結果についてご報告いたします。

表内に色が付いている記録は、東京都の平均を上回っている記録です。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	7.74	7.39	10.26	9.83	11.31	10.86	12	12.91	14.85	15.22	18.94	19.14
東京都	8.76	8.17	10.62	9.78	12.45	11.58	14.2	13.38	16.36	16.05	19.37	18.89
全国	9.13	8.52	10.76	10.09	12.46	11.76	14.31	13.88	16.73	16.45	19.48	18.66

☆ 上体起こし (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	13.44	13.56	14.67	14.4	16.63	17.77	19.74	18.51	19.15	19.28	19.83	19.27
東京都	11.41	10.66	14.06	13.28	16.3	15.39	18.16	16.94	19.62	18.68	21.28	19.88
全国	11.82	11.77	14.45	13.63	16.05	15.7	17.96	17.27	20.01	18.5	21.63	19.48

☆ 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	19.79	24.81	24	28.9	25.41	27.74	23.74	29.81	33.35	37.09	33.2	42.26
東京都	26.83	29.11	28.33	31.16	30.56	33.87	32.24	36.2	34.59	38.73	36.59	41.39
全国	26.56	28.49	28.15	30.64	29.91	33.08	31.97	35.68	34.35	37.81	36.61	41.14

☆ 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	27.32	24.47	30.12	29.2	34.97	31.51	39.03	37.26	38.98	39.09	43.13	40.15
東京都	26.24	25.38	30.25	29.08	34	31.89	37.5	35.45	40.64	38.81	43.9	41.61
全国	27.36	26.88	31.1	29.88	34.64	33.34	38.3	36.89	42.73	39.93	45.51	42.15

☆ 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	19.83	18.52	28.05	21.93	37.69	28.37	47.33	33.6	47.41	37.38	55.47	41.7
東京都	17.36	14.11	25.89	20.43	34.84	25.14	41.03	29.77	46.68	35.93	53.91	40.69
全国	18.11	15.6	27.7	21.59	35.17	27.77	42.79	33.98	51.19	40.44	57.46	45.08

☆ 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	11.8	12.3	10.56	10.8	10.16	10.42	9.69	9.99	9.71	9.76	9.28	9.35
東京都	11.9	12.24	10.93	11.25	10.29	10.66	9.92	10.25	9.56	9.79	9.09	9.38
全国	11.47	11.77	10.59	10.95	10.13	10.42	9.7	10	9.3	9.57	8.94	9.26

☆ 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	109.68	108.21	125.93	113.37	135.41	132.74	140.53	137.81	152.4	149.88	165.53	159.47
東京都	112.89	104.67	123.46	115.59	133.71	124.93	142.06	133.74	150.78	143.9	162.45	152.02
全国	116.98	108.42	127.41	119.62	136.59	128.26	145.25	137.98	156.04	148.68	166.14	154.71

☆ 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	7.94	4.88	11.67	7.17	13.34	7.65	18.68	10.14	18.5	10.94	26.5	13.91
東京都	7.83	5.27	11.1	7.02	14.53	8.94	17.53	10.91	20.41	12.89	23.97	14.84
全国	8.27	5.63	11.38	7.37	14.98	9.33	18.17	11.53	21.88	13.42	25.39	15.22

【北西小の児童の傾向】

- 上体起こし、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳びでは、多くの学年で東京都の平均を上回っています。筋持久力、持久力、走力、瞬発力に優れている傾向が見られます。
  - 本校で毎年行っている、体力向上旬間、北西スポーツラリー、持久走大会、縄跳び週間および休み時間の外遊びの奨励などの取り組みの効果が現れてきていると考えられます。
- 握力、長座体前屈、ソフトボール投げでは、多くの学年で東京都の平均を下回っています。筋力や柔軟性、投げる動作の習得が不十分である傾向が見られます。
  - 体育の学習等で、固定遊具や鉄棒を使った運動や日々の生活の中で雑巾絞り等の握る動きを取り入れたり、柔軟性を高める活動を取り入れたりしていく必要があると考えます。また、来年度の北西スポーツラリー等で、投げる動作を取り入れていくことを検討していきます。ご家庭でも、日頃から、柔軟運動などにお取り組みください。