

令和4年10月12日

保護者の皆様

日野市立日野第七小学校
校長 大西 浩之
体力向上委員会

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 の個人票配付及び学年別傾向と今後の取組について

本日、標記調査における個人票を配付いたしました。今後の生活・運動習慣等を見直す参考にしていただければと思います。また、体力・運動能力の調査結果を分析した学年ごとの傾向と今後の学校での取組についてお知らせいたします。

学年	傾向	今後の取組
1年生	多くの種目で市の平均を下回っています。特に握力と長座体前屈の数値の低さが目立ちます。逆に、反復横跳びに関しては男女ともに市の平均を上回っています。	「力強さ」や「体のやわらかさ」に課題があることから、授業の合間にグー・パー運動などの握力につながる運動や、ジャングルジムでの鬼ごっこなど柔軟性を育む運動を日常生活の中に取り入れていきます。
2年生	市の平均と比べ「反復横跳び」「50m走」「長座体前屈」が低い傾向にあります。特に「握力」は数値の低さが目立ちます。逆に、「上体起こし」「シャトルラン」「立ち幅跳び」は平均を上回っています。	「力強さ」や「すばやさ」に課題があることから、授業の合間にグー・パー運動などの握力につながる運動や、ボールを使った運動遊びや走の運動遊びを積極的に取り入れていきます。
3年生	「握力」「上体起こし」が市平均を下回っています。特に握力が低い傾向が見られました。立ち幅跳びとソフトボール投げは市平均と同等または上回っています。	「力強さ」や「筋持久力」に課題があることから、授業の合間にグー・パー運動などの握力につながる運動や、おにごっこやなわとび等の持久力や素早さを身に付ける運動を取り入れていきます。
4年生	どの種目も市平均と同等または上回っています。特に「長座体前屈」「反復横跳び」「シャトルラン」のスコアは都平均と同等または上回った結果となっています。課題は「握力」で、男女とも市平均を下回っています。	「力強さ」に課題があることから、なわとびや鉄棒などの握力につながる運動を行っていきます。また、握力は全身の筋力の指標にもなることから、力強く運動することや、一瞬で自分の全力を出すことを目標にした学習を行います。
5年生	「握力」「長座体前屈」は、市平均を下回っています。「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」は、男女とも市平均を上回っており、特に「ソフトボール投げ」は都平均を上回る結果になりました。	「力強さ」や「柔らかさ」に課題が見られたことから、握力を向上させる運動として、鉄棒やのぼり棒などの固定遊具を使った運動を取り入れます。また、体ほぐしの運動を通して、柔軟性や足田を動かす心地よさを体感する場面を増やしていきます。
6年生	「反復横跳び」と「長座体前屈」は、男女とも市平均を大きく上回っています。一方で、「50m走」と「握力」では、市平均と同等または下回っています。	「力強さ」や「素早さ」に課題がみられることから、鉄棒や縄跳びなどを通して、筋持久力や瞬発力を高めていきます。また、鬼ごっこやのぼり棒などの固定遊具を用いた遊びを取り入れながら、体の動きを高めていきます。