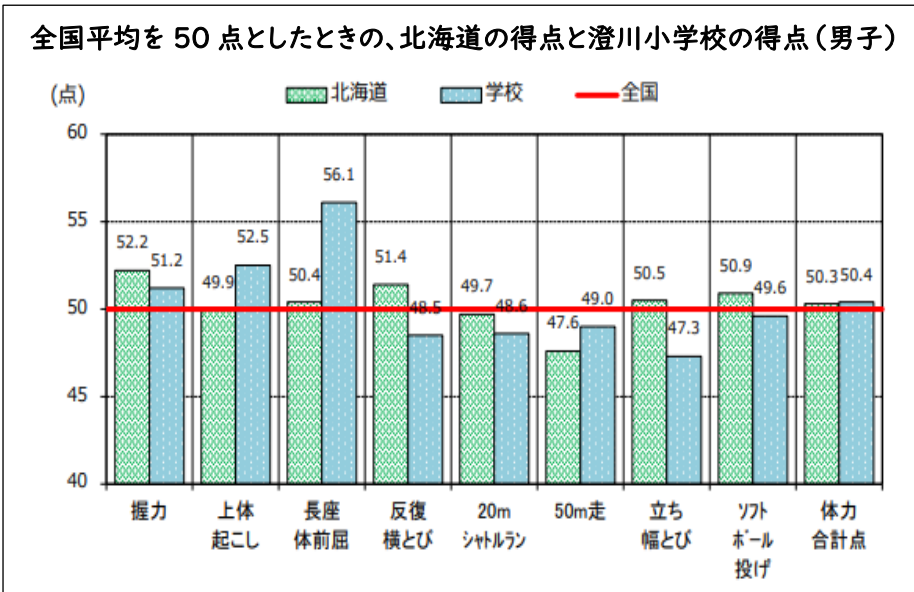


令和6年度 苫小牧市立澄川小学校 新体力テスト結果について

令和6年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果が発表されました。本校では、昨年の6月に全学年で新体力テスト(1・2年は一部種目のみ)を実施しました。全国調査の対象が5年生であるため、5年生以外の学年は「令和5年体力・運動調査」の結果で全国平均を示しています。

1. 令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査(5年生対象) 調査結果

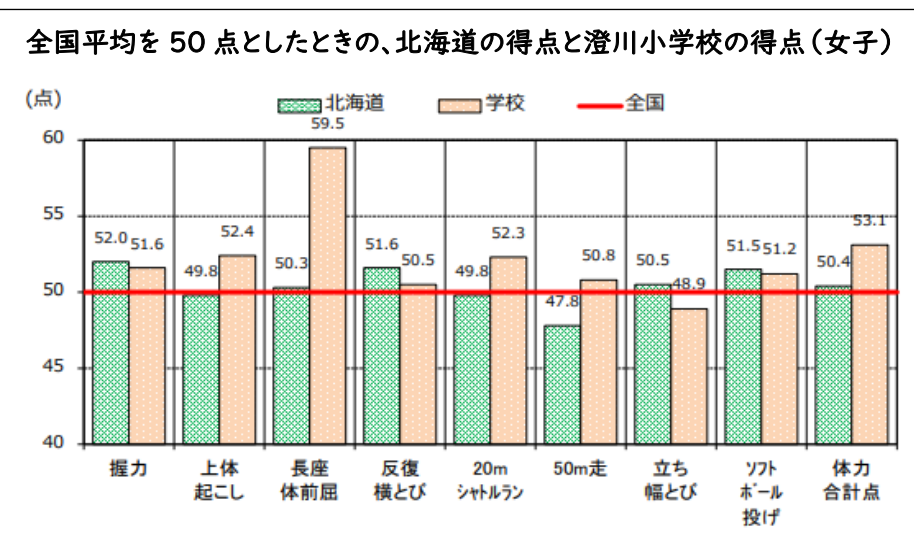


数値の高い項目(男子)

- 長座体前屈(柔軟性)は、全国平均を大幅に上回っている。
- 握力(筋力)と上体起こし(筋力・筋持久力)は、全国平均を上回っている。

数値の低い項目(男子)

- 立ち幅とび(跳躍力)は、全国平均を大幅に下回っている。
- 反復横とび(敏捷性)と20mシャトルラン(持久力)は、全国平均を下回っている。



数値の高い項目(女子)

- 立ち幅とび(跳躍力)以外のすべて種目で、全国平均を上回っている。
- 長座体前屈(柔軟性)は、全国平均を大幅に上回っている。

数値の低い項目(女子)

- 立ち幅とび(跳躍力)は、全国平均を下回っている。

2. 6年生以外の調査結果 ※全国平均を上回った項目には色を付けています。

1年・男子	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)
本校児童	12.0	109.5
全国平均	11.4	117.4

1年・女子	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)
本校児童	12.1	105
全国平均	11.8	108.5

2年・男子	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)
本校児童	11.0	121.7
全国平均	10.7	127.4

2年・女子	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)
本校児童	10.8	121.3
全国平均	11.0	127.4

3年・男子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	11.4	13.9	31.3	35.1	25.5	10.7	129.1	12.4
全国平均	12.5	15.8	29.3	34.5	35.4	10.1	135.7	14.9

3年・女子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	10.3	13.8	35.4	31.4	22.3	10.9	126.9	7.8
全国平均	11.9	15.2	32.5	33.2	27.4	10.5	127.8	9.4

4年・男子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	14.2	16.7	32.8	43.4	48.1	9.7	144.9	19.0
全国平均	14.4	17.9	31.6	38.5	43.9	9.7	144.5	18.5

4年・女子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	13.5	16.5	37.4	39.3	32.2	10.0	136.4	10.4
全国平均	14.0	17.3	35.2	36.8	33.1	10.0	137.5	11.8

6年・男子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	20.6	21.2	40.5	48.6	62.5	8.8	168.9	26.0
全国平均	19.9	22.1	36.2	45.6	59.5	8.9	166.7	25.8

6年・女子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン (折り返し回数)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ (m)
本校児童	19.3	18.4	45.2	42.6	44.8	9.3	148.3	15.2
全国平均	19.4	19.9	40.9	42.3	44.4	9.2	155.3	15.8

3. 考察と今後の取組

【考察】

- 〈1年〉男女ともに、いずれの種目についても全国平均を上回ったものはなかった。
- 〈2年〉男子はいずれの種目も全国平均を下回ったが、女子の50m走については全国平均を上回った。
- 〈3年〉男子は長座体前屈と反復横とびが全国平均を上回り、女子は長座体前屈が全国平均を上回った。
- 〈4年〉男子は長座体前屈、反復横とび、シャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げで、全国平均を上回り、女子は長座体前屈と反復横とびが全国平均を上回った。
- 〈6年〉男子は上体起こしと50m走以外の種目で全国平均を上回り、女子は長座体前屈と反復横とび、20mシャトルランが全国平均を上回った。

3年生以上のすべての学年で上体起こしが全国平均を下回ったことから、筋力と筋持久力に課題が見られ、また、50m走については、2年女子と5年女子以外のすべての学年で全国平均を下回ったことから、走力にも課題が見られます。

【今後の取組】

- 小学生のうちは、特定の筋力を伸ばすようなトレーニングよりも、全身運動の中でそれぞれの筋力をまんべんなく鍛えることが大切です。休み時間には多くの子供が体育館を全力で走り回って遊んでいる姿が見られますので、今後も積極的に体を動かすような遊びをするよう、声をかけていきます。
- 体育の時間では、45分の中でどれだけ子供たちが夢中で運動できるかを意識した授業づくりを行っていきます。
- 週末や長期休業中は運動量が減りがちです。ご家庭でも手軽にできる運動を後日ご紹介いたしますので、ぜひ取り組んでください。