



学校
便り

やぎさわ

令和5年12月4日発行

令和5年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査報告号
西東京市立柳沢小学校 校長 橋本 誠之

令和5年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

男子 小学校用 学校番号 259070 学校名 西東京市立柳沢小学校

1年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点
平均	116.1	20.8	8.6	33	33	24.5	27.6	18.3	11.4	120.5	6.6	29.8
区市町村	平均	116.9	21.1	8.7	33	24.5	25.8	15.7	11.5	113.7	7.4	29.0
区市町村	アスコア	48.3	48.3	49.4	52.1	47.0	53.7	53.1	50.9	53.8	47.1	47.1
東京都	平均	117.2	21.1	8.7	33	26.1	26.3	16.2	11.5	113.2	7.4	29.1
東京都	アスコア	47.6	48.3	49.4	52.1	47.0	52.7	52.4	51.0	54.1	47.1	47.1
全国	平均	116.4	21.1	9.2	33	25.7	27.2	18.9	11.5	114.2	8.6	30.4
全国	アスコア	49.3	49.3	47.5	50.9	47.5	50.9	49.4	51.1	53.6	43.3	43.3

2年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点
平均	122.0	23.9	11.0	43	43	24.6	28.6	20.8	10.6	121.0	9.0	32.9
区市町村	平均	123.3	24.0	10.9	43	27.2	29.5	23.0	10.6	124.8	10.6	35.6
区市町村	アスコア	47.4	49.4	51.3	48.0	46.2	48.4	48.1	47.7	47.8	46.2	46.2
東京都	平均	123.3	24.0	10.9	43	27.7	30.1	25.0	10.6	124.0	10.6	36.4
東京都	アスコア	47.5	49.6	52.1	47.8	45.5	47.5	46.7	47.1	48.3	46.6	46.6
全国	平均	122.6	23.7	10.9	43	27.2	31.3	28.9	10.6	126.2	12.1	37.9
全国	アスコア	48.9	50.3	50.3	47.0	45.9	44.2	46.8	47.1	43.3	43.3	43.3

3年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点	
平均	129.3	27.5	13.1	38	38	17.2	30.1	38.1	25.6	9.9	140.4	15.1	44.0
区市町村	平均	129.0	27.0	12.2	38	15.8	31.0	33.0	30.9	10.1	135.1	13.7	42.6
区市町村	アスコア	50.7	51.1	52.9	52.7	48.9	56.6	46.6	52.3	52.8	52.8	52.4	
東京都	平均	129.0	27.1	12.2	38	15.7	30.0	33.0	32.2	10.1	133.7	13.7	42.4
東京都	アスコア	50.6	50.9	52.8	52.6	49.1	50.1	56.6	45.1	52.0	53.6	52.5	
全国	平均	128.5	26.7	13.0	38	16.2	29.5	35.0	39.7	10.0	137.5	16.4	44.8
全国	アスコア	51.7	52.0	50.2	51.8	51.0	51.0	42.7	51.4	51.6	47.7	47.7	

4年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点	
平均	132.9	29.6	16.2	33	33	17.4	31.1	36.2	42.8	9.3	150.8	18.2	49.8
区市町村	平均	134.5	30.4	14.7	33	17.8	32.1	36.0	37.8	9.6	144.3	16.1	47.6
区市町村	アスコア	47.1	48.5	56.4	49.4	48.8	50.3	52.8	54.5	53.4	52.9	52.9	
東京都	平均	134.5	30.6	14.7	33	17.7	31.8	37.2	39.1	9.6	142.5	16.8	47.8
東京都	アスコア	47.1	48.0	56.4	49.6	49.1	48.6	51.9	54.4	54.2	52.0	52.0	
全国	平均	133.6	30.0	14.8	33	18.3	30.8	39.4	46.8	9.6	145.7	20.2	50.3
全国	アスコア	48.7	49.3	54.4	48.4	50.4	45.6	48.0	53.9	52.6	47.1	47.1	

5年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点	
平均	139.6	34.3	17.7	33	33	17.7	31.6	40.0	45.9	9.4	149.9	18.1	52.0
区市町村	平均	139.6	33.6	16.1	33	19.9	34.4	40.0	45.9	9.2	153.0	19.7	53.0
区市町村	アスコア	50.0	51.3	52.4	46.6	46.0	50.0	47.0	47.6	47.6	48.5	48.5	
東京都	平均	139.9	34.1	16.1	33	19.9	34.2	40.0	45.9	9.3	151.6	19.7	53.1
東京都	アスコア	49.5	50.4	52.4	46.6	47.3	49.0	47.0	48.0	48.0	48.0	48.0	
全国	平均	138.6	33.0	17.1	33	20.0	32.9	42.0	54.9	9.2	155.0	23.1	55.6
全国	アスコア	51.7	52.3	50.4	44.4	48.0	46.3	43.0	47.0	47.0	43.3	43.3	

6年男子

学校	人数	身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点	
平均	145.9	39.1	20.5	50	50	20.8	38.1	46.7	46.7	8.7	166.1	24.2	60.4
区市町村	平均	146.7	38.7	19.2	50	21.7	36.6	44.0	52.8	8.9	165.1	22.5	59.2
区市町村	アスコア	48.9	50.6	52.9	48.5	51.8	53.0	47.0	52.4	50.4	51.9	51.9	
東京都	平均	146.4	39.0	19.0	50	21.2	36.4	44.0	53.1	8.9	163.1	23.2	58.9
東京都	アスコア	49.3	50.1	53.3	49.4	52.0	53.0	47.0	52.4	51.3	51.1	51.1	
全国	平均	145.1	37.8	19.8	50	22.1	34.9	46.0	63.6	8.8	166.0	27.9	61.5
全国	アスコア	51.2	51.7	51.7	47.9	54.2	51.0	42.4	52.3	50.0	45.8	45.8	

令和5年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

調査票の見方は、青字が平均値よりも高いポイントを示し、赤字が平均値よりも低いポイントであることをしています。赤枠は特に課題となる種目となります。

男子児童の課題種目一覧表

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50M走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
1年	▼		▼					▼
2年		▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
3年					▼			
4年		▼	▼					
5年		▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
6年		▼						

【考察】

- 男子児童は、2年生と5年生が8種目中7種目で平均以下という結果であった。今後は外遊びの励行や体育の授業等を工夫し、体力向上を図る。
- 男児童全体としては、特に上体起こし、長座体前屈、シャトルランが課題である。それぞれの種目に対し、以下のような取組を行い、体力の向上を図る。

種目	具体的な手立て
上体起こし	体育授業のはじめに行う等し、継続して取り組む。 長期休業期間に家庭で取り組むように声かけする。
長座体前屈	お風呂上がりのストレッチをすることの声かけや準備運動等でストレッチを取り入れる。
シャトルラン	マラソン集会などで日頃から走る機会を設ける。 縄跳びやゲーム型の単元の一層の充実を図る。

裏面の女子の分析と考察を記載しております。

令和5年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査											小学校用 学校票	
女子											学校番号 259070	学校名 西東京市立柳沢小学校
1年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	41
平均	116.8	21.5	9.0	9.6	26.5	26.3	14.7	11.6	111.8	5.0	30.3	
区市町村	平均	116.1	20.9	8.2	9.9	28.6	24.7	12.6	11.9	107.0	5.1	28.3
東京都	平均	116.3	20.8	8.1	10.5	28.5	25.3	13.1	11.9	104.9	5.1	28.7
全国	平均	115.6	20.6	8.5	11.0	28.1	26.6	15.0	11.9	106.3	5.7	30.2
TSコア	52.5	53.2	52.2	47.2	47.6	49.4	49.4	52.5	53.4	46.1		
2年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	59
平均	121.3	23.4	10.3	11.9	28.0	28.6	18.9	11.1	114.6	6.5	34.2	
区市町村	平均	121.8	23.4	9.8	12.7	30.2	28.0	16.7	11.0	116.1	6.7	35.3
東京都	平均	122.3	23.5	9.8	13.0	30.8	28.9	18.7	11.0	115.3	6.6	36.2
全国	平均	121.6	23.3	10.4	13.3	30.0	30.2	22.7	11.0	118.4	7.6	37.8
TSコア	49.5	50.6	49.8	47.4	46.9	46.9	45.9	47.6	47.7	45.4		
3年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	28
平均	127.5	25.8	12.2	13.8	33.0	33.8	17.6	10.4	129.6	8.9	42.4	
区市町村	平均	128.0	26.1	11.5	15.2	34.5	31.4	21.1	10.5	125.0	8.5	42.2
東京都	平均	128.1	26.4	11.5	15.1	33.6	31.7	23.4	10.4	125.0	8.6	42.5
全国	平均	127.4	25.9	11.9	15.0	32.6	33.7	29.0	10.4	128.2	9.5	44.4
TSコア	50.2	49.6	51.2	47.8	50.6	50.2	41.4	50.0	50.8	48.0		
4年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	46
平均	133.0	29.6	14.8	15.8	33.7	34.3	32.0	10.0	136.9	10.9	48.4	
区市町村	平均	134.4	29.8	13.7	17.5	36.5	35.0	28.6	9.9	138.1	10.6	49.1
東京都	平均	134.5	30.0	13.5	17.0	36.0	35.5	28.9	10.0	134.9	10.5	48.6
全国	平均	133.1	29.1	13.8	17.4	34.1	37.5	37.0	9.9	137.4	12.1	50.9
TSコア	49.7	51.0	53.6	46.7	49.5	45.1	46.8	49.7	49.8	46.8		
5年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	32
平均	141.6	34.8	17.8	19.0	37.2	44.0	44.1	9.2	159.0	15.4	60.1	
区市町村	平均	141.4	34.3	16.1	19.1	39.0	39.2	35.4	9.5	148.3	12.6	55.3
東京都	平均	141.5	34.6	16.0	18.5	38.8	39.0	34.7	9.5	144.7	12.4	54.5
全国	平均	140.3	33.9	16.8	18.8	37.6	40.6	44.0	9.5	147.9	14.7	57.1
TSコア	51.8	51.4	52.6	50.3	49.5	55.3	50.1	54.3	55.8	51.5		
6年女子											学校	人数
身長	体重	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	平均	36
平均	144.7	38.7	19.1	20.4	40.6	41.7	35.1	9.1	150.9	13.4	60.9	
区市町村	平均	147.9	39.3	19.1	20.4	41.3	42.0	40.0	9.1	154.6	13.9	60.1
東京都	平均	148.2	39.7	18.9	19.6	41.7	41.7	39.0	9.2	153.1	14.0	59.6
全国	平均	147.0	38.9	19.4	20.1	40.3	43.6	50.0	9.2	157.3	16.4	62.1
TSコア	46.5	49.8	49.1	50.6	50.3	46.8	41.1	51.4	46.8	44.4		

令和5年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

調査票の見方は、青字が平均値よりも高いポイントを示し、赤字が平均値より低いポイントであることをしています。赤枠は特に課題となる種目となります。

女子児童の課題種目一覧表

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50M走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
1年		▼	▼					
2年		▼	▼			▼		▼
3年		▼	▼		▼			
4年		▼	▼					
5年			▼					
6年			▼		▼			▼

【考察】

- 女子児童は、2年生と6年生が8種目中4種目で平均以下という結果であった。今後は外遊びの励行や体育の授業等を工夫し、体力向上を図る。
- 女児童全体としても、男子児童と同様に、上体起こし、長座体前屈が課題である。それぞれの種目に対し、以下のような取組を行い、体力の向上を図る。

種目	具体的な手立て
上体起こし	体育授業のはじめに行う等し、継続して取り組む。 長期休業期間に家庭で取り組むように声かけする。
長座体前屈	お風呂上がりのストレッチをすることの声かけや準備運動等でストレッチを取り入れる。