

# 令和6年度元気っ子体力チェック（体力テスト）の結果から

## ○各学年において市の平均を上回っている種目（計32種目）について

※有意差（統計学上の平均値の差）がある種目のみ掲載する。

- 1年 男子：シャトルラン、立ち幅跳び  
女子：反復横跳び、シャトルラン
- 2年 男子：反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げ  
女子：長座体前屈、反復横跳び、ボール投げ
- 3年 男子：50m走  
女子：反復横跳び
- 4年 男子：長座体前屈、反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び  
女子：反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げ
- 5年 男子：上体起こし、長座体前屈  
女子：上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げ
- 6年 男子：反復横跳び、シャトルラン  
女子：反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げ

## ○各学年において市の平均を下回っている種目（計27種目）について

※有意差（統計学上の平均値の差）がある種目のみ掲載する。

- 1年 男子：握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び  
女子：握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳び
- 2年 男子：握力  
女子：握力、上体起こし
- 3年 男子：握力、上体起こし、長座体前屈、シャトルラン、ボール投げ  
女子：長座体前屈
- 4年 男子：握力、上体起こし、ボール投げ  
女子：握力
- 5年 男子：握力、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げ  
女子：なし
- 6年 男子：握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳び、ボール投げ  
女子：上体起こし、長座体前屈

昨年度の結果と比較すると、市の平均を上回っている種目の数が32種目から34種目と増加しており、下回っている種目の数が、27種目から32種目と増加している。このことから、体力がついている一方で苦手とする種目も増えていることが分かる。休み時間は外遊びを推奨し、運動する機会を増やしている。近年、生活様式が変わり、利便性の高まりに反比例し、身体を動かす機会が減少していることが問題視されている。運動習慣を身に付けるには、幼少期から身体を動かすことを習慣化することが大切だと考えられる。また、本校では握力の数値が市の平均を下回っている学年が多い。そこで、体育の授業ではハンドグリップを握ったり、グーパーの手の動きを連続で行ったりするなどの補強運動を継続して行っていきたい。さらに、日常生活の中で手を使う動作や荷物を持ったりする経験を多く取り入れていくことも大切だと考えている。