

令和7年度 泗水小学校

子どもたちの健康な体を 育む取組

～体力テストの結果をもとに～



体力テスト の結果

～県基準値との比較～

※県基準値・・・体力目標の
基礎資料として、平成２９
年度から令和４年度の新体
力テストの調査結果を基に
算出された数値



性別	学年	種目	握力 (k g)		上体起こし (回)		長座体前屈 (c m)		反復横跳び (回)		20mシャトルラン (回)		5 0 m走 (秒)		立ち幅跳び (c m)		ソフトボール投げ (m)	
男子	1年	県基準値	9.2	▼	11.07	▼	27.52	◎	27.14	▼	19.33	▼	11.66	◎	113.04	▼	8.33	▼
		本 校	8.72		8.98		32.56		25.72		16.56		11.45		105.12		7.95	
	2年	県基準値	10.89	▼	13.61	◎	28.58	▼	30.85	▼	28.47	◎	10.8	◎	123.53	▼	11.43	▼
		本 校	10.06		14.09		28.4		28.34		32		10.53		121.26		11.03	
	3年	県基準値	12.63	▼	15.34	◎	29.35	◎	33.64	◎	34.96	◎	10.28	◎	133.88	▼	14.76	◎
		本 校	11.9		17.5		36.21		35.33		40.07		9.79		128.53		15.33	
	4年	県基準値	14.5	◎	17.3	◎	30.88	◎	37.61	▼	43.15	◎	9.84	◎	142.6	▼	18.33	◎
		本 校	15.63		17.57		33.9		36.4		44.18		9.53		136.04		18.59	
	5年	県基準値	16.7	◎	19.23	◎	32.88	◎	41.95	▼	51.59	▼	9.41	◎	151.32	▼	22.14	◎
		本 校	17.45		19.65		36.48		40.59		50.21		9.17		149.58		25.8	
	6年	県基準値	19.74	▼	21.2	▼	35.08	◎	45.29	▼	60.36	▼	8.99	◎	161.98	▼	26.01	▼
		本 校	19.6		19.98		37.77		42.7		42.18		8.97		147.7		22.93	
女子	1年	県基準値	8.65	▼	10.78	▼	29.4	◎	26.31	▼	16.73	▼	11.95	◎	105.21	▼	5.57	▼
		本 校	8		8.97		34.21		23.88		15.74		11.8		97.32		5.32	
	2年	県基準値	10.22	▼	13.17	◎	30.91	◎	29.91	▼	23.13	◎	11.08	◎	115.67	▼	7.41	◎
		本 校	9.05		13.27		31.39		28.8		27.45		10.81		110.82		8.27	
	3年	県基準値	11.96	▼	14.57	◎	31.94	◎	32.25	▼	27.65	▼	10.57	◎	125.51	▼	9.34	▼
		本 校	11.19		15.69		35.94		29.89		23.61		10.45		116.19		8.39	
	4年	県基準値	13.88	◎	16.38	◎	34.05	◎	36.11	▼	34.61	▼	10.08	◎	135.07	▼	11.57	◎
		本 校	15.14		16.94		38.03		34.58		30.11		9.87		128.58		12.78	
	5年	県基準値	16.47	▼	18.23	◎	36.74	◎	40.36	▼	42.88	◎	9.62	◎	144.67	▼	14.06	▼
		本 校	15.6		19.09		40.6		39.1		46.88		9.3		142.91		13.53	
	6年	県基準値	19.48	▼	19.52	▼	39.43	▼	43.08	▼	48.98	▼	9.24	▼	152.95	▼	16.3	▼
		本 校	19.07		18.51		37.77		38.84		35.79		9.26		138.12		14.07	
												※ 県基準値を上回る（◎） 県基準値を下回る（▼）						

泗水小の子どもたちの実態

<良い点>

- ・ 柔軟性
(長座体前屈)
- ・ 50m走

<課題>

- びんしょうせい
・ 敏捷性
(反復横跳び)
- ・ 瞬発力、跳躍力
(立ち幅跳び)



体力向上に向けての取組（学校）

01

- ・授業時間において課題に応じた準備運動の実施

02

- ・体育授業での運動量の確保

03

- ・外遊びの推奨
- ・スポーツ委員会によるイベントの実施

家庭との連携

- ・ 歩いて登校の奨励
(毎日合計60分以上、体を動かす)
- ・ 親子運動遊びの実施
(アクティブチャイルドプログラムの
サイトにて色々な遊びが紹介されて
います。 リンク先→



親子で体を動かす機会をつくってみてください！

健康な体を育みましょう！

