

☆ 新体力テスト 終わる ☆

梅雨の時期になり、寒暖の差等により風邪をひいている子供が学校でも見られます。運動・食事・睡眠のバランスのよい生活を心がけることが大切です。

さて、今年度も新体力テストが終わりました。結果をお知らせいたします。

【 男子の結果 】 ○…県平均を上回っている ×…県平均を下回っている

種目	記録	1年	2年	3年	4年	5年	6年
握力 (kg)	H25県平均	9.24	10.90	12.64	14.56	16.66	19.34
	H26南小平均	9.29	13.18	16.32	19.29	20.69	21.39
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H25県平均	12.03	15.01	17.24	19.32	21.33	23.30
	H26南小平均	17.14	16.76	20.50	19.00	23.38	25.12
	県との比較	○	○	○	×	○	○
長座体前屈 (cm)	H25県平均	26.15	28.04	29.74	31.70	33.72	36.08
	H26南小平均	26.21	29.94	30.00	32.36	33.77	38.53
	県との比較	○	○	○	○	○	○
反復横とび (点)	H25県平均	28.23	32.23	35.96	40.69	44.18	47.22
	H26南小平均	35.43	40.18	38.64	42.93	50.46	52.12
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H25県平均	21.17	30.88	40.41	49.93	58.07	65.70
	H26南小平均	27.71	45.29	35.59	35.00	60.67	62.94
	県との比較	○	○	×	×	○	×
50m走 (秒)	H25県平均	11.53	10.68	10.12	9.65	9.28	8.88
	H26南小平均	11.08	10.17	10.16	10.15	9.38	8.54
	県との比較	○	○	×	×	×	○
立ち幅とび (cm)	H25県平均	116.72	128.49	138.79	147.80	156.89	166.60
	H26南小平均	114.36	132.06	126.73	131.86	147.54	166.71
	県との比較	×	○	×	×	×	○
ボール投げ (m)	H25県平均	8.42	11.55	15.09	18.74	22.34	25.81
	H26南小平均	9.29	15.18	14.00	23.57	22.77	26.59
	県との比較	○	○	×	○	○	○

【 女子の結果 】 ○…県平均を上回っている ×…県平均を下回っている

種 目	記 録	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
握 力 (kg)	H25 県平均	8.72	10.37	11.98	13.86	16.32	19.21
	H26 南小平均	8.06	11.48	16.56	15.95	20.56	20.36
	県との比較	×	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H25 県平均	11.43	14.53	16.53	18.42	20.17	21.60
	H26 南小平均	16.06	16.22	17.11	19.74	24.38	22.07
	県との比較	○	○	○	○	○	○
長座体前屈 (cm)	H25 県平均	28.80	31.13	33.49	35.61	38.30	41.32
	H26 南小平均	24.94	32.91	32.50	35.16	39.44	41.79
	県との比較	×	○	×	×	○	○
反復横とび (点)	H25 県平均	26.70	30.63	34.11	38.51	41.90	44.56
	H26 南小平均	34.00	37.17	38.06	40.47	49.06	49.07
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H25 県平均	17.96	24.69	31.34	39.16	46.73	53.01
	H26 南小平均	22.29	33.22	27.44	28.11	57.69	53.93
	県との比較	○	○	×	×	○	○
50m走 (秒)	H25 県平均	11.82	10.96	10.40	9.93	9.53	9.13
	H26 南小平均	11.51	10.80	10.60	10.17	9.47	8.79
	県との比較	○	○	×	×	○	○
立ち幅とび (cm)	H25 県平均	109.11	121.58	131.94	141.26	150.58	159.15
	H26 南小平均	110.35	125.61	118.89	135.47	155.63	163.64
	県との比較	○	○	×	×	○	○
ボール投げ (m)	H25 県平均	5.86	7.72	9.65	11.82	13.93	16.05
	H26 南小平均	5.65	8.91	10.39	13.32	17.81	15.43
	県との比較	×	○	○	○	○	×

<新体力テストの結果の考察>

96項目中72項目が県平均を上回った(75%)。(男子48項目中36項目(75%)、女子48項目中36項目(75%)。昨年度(72.92%)と比較すると2項目上回る結果となった。昨年度の課題であった「立ち幅とび」については、昨年度の5項目に対して今年度は6項目が県平均を上回った。また、「50m走」についても、昨年度の6項目に対して今年度は7項目が県平均を上回った。

課題は、昨年度に引き続き、「立ち幅とび」・「50m走」である。昨年度より県平均を項目数で上回っているが、全体的に数値が低い。取組として、跳ぶ機会(縄跳び(短縄・長縄)・川跳び等)を増やしたり、動作のポイントを意識した全力走をしたりして、体育の授業を中心に体力の向上を図っていく必要がある。また、業間運動(ランタイム・チャレンジタイム)・体育教室などを実施し、バランスよく全体の体力を高めていくことを目指したい。

家庭でも、夏休みの前に配付される体力プロフィールを参考に、お子さんの苦手な分野の数値が上げられるよう工夫して取り組んでいただけるとありがたいです。ご協力お願いいたします。